

II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2010.

# Factores predictores del bienestar psicológico en una muestra Argentina.

Cordoba, Esteban y Ceccarini, Eliana.

Cita:

Cordoba, Esteban y Ceccarini, Eliana (2010). *Factores predictores del bienestar psicológico en una muestra Argentina. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-031/350>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eWpa/3ov>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

Por otro lado, si las máquinas de expresión se forman en lo afectivo, en enunciaciones, preformativas, es necesario, introducir la categoría afectiva en el trabajo, no sólo para pensar en los afectos de las personas que trabajan, sino para permitir espacios donde la confianza, posibilite la expresión de afectos que movilicen las máquinas de expresión capitalista. El introducir la confianza, viabiliza un espacio donde los cerebros puedan pensar colectivamente, donde haya diálogo que permita una reconversión subjetiva a nivel colectivo.

Si algo caracteriza los lugares de trabajo capitalista es la competitividad, por eso pensar juntos, producir juntos, crear juntos, es un impensado, porque es algo que no realza el valor individual, sino que realza el *cualquier sea*, es colectivizar el acto de creación, sin nombre, sin persona; es la potencia del colectivo, que le permite dentro de un espacio, abrir campos de significación diferentes, un lugar donde permitir el contagio. Quizás esta puede ser una lectura de lo que sucedió con algunas de las fábricas recuperadas, la intensidad de las relaciones emocionales que se tejieron en momentos de crisis, les permitió buscar alternativas para funcionar como colectivo, donde las singularidades se rescatan, pero no se individualizan.

El *cualquier sea*, se torna entonces como un otro válido, las diferencias sociales de exclusión se rompen, no para eliminar las singularidades, sino para reconocer en ellas la potencia de su virtualidad, de su creación. Poder hacer red o fluir con otro es potenciar las formas macro políticas de relación, desde una micropolítica de reflexión. Por tanto, la propuesta para desmontar los mecanismos de control de la individualidad no puede pensarse sin abrir los mecanismos colectivos de control.

Es una lucha contra las formas cognitivas, emocionales y corporales que se han ido situando como lugares de dominación: "Crear en el mundo y en sus posibilidades, significa arriesgar una acción que no se subordine a ninguna normatividad exterior, a ninguna trascendencia, sino que construya, montando y problematizando dispositivos 'procesuales, polifónicos y autopoieticos', sus propias reglas, sus propios protocolos, sus propias modalidades de organización, sus propias hipótesis parciales y específicas que somete siempre a la prueba de lo que es y de lo que viene" (Lazzarato, 2008 a).

En conclusión, pensar el mundo del trabajo desde la producción de subjetividad, nos implica generar mecanismos para abrir espacios de creación, no de formas nuevas de hacer el trabajo, sino de formas nuevas de pensar el trabajo, cuestionando las miradas categoriales que se han realizado hasta el momento, volviendo a reflexionar para crear formas políticas de ser sujeto trabajador.

#### BIBLIOGRAFIA

- DELEUZE, G. (1999). Conversaciones. Valencia: Pre-textos.
- DELEUZE, G & GUATTARI, F (2006) Mil Mesetas. 7ª edición. Buenos Aires: Pre-texto
- LAZZARATO, M. (2006). Políticas del acontecimiento. Buenos Aires: Tinta Limón.
- LAZZARATO, M. (2007a). Biopolítica: estrategias de gestión y agenciamientos de creación. Bogotá: Universidad Central y Ediciones "sé cauto".
- LAZZARATO, M. (2007b). Biopolítica - bioeconomía. www.caosmosis.acracia.net. Consultado noviembre de 2009.
- LAZZARATO, M. (2007c). Del biopoder a la Biopolítica www.caosmosis.acracia.net. Consultado noviembre de 2009.
- LAZZARATO, M. (2007d). La forma política de la coordinación. www.caosmosis.acracia.net. Consultado noviembre de 2009.
- LAZZARATO, M. (2007e). La máquina. www.caosmosis.acracia.net. Consultado noviembre de 2009.
- LAZZARATO, M. (2008a). Del conocimiento a la creencia, de la crítica a la producción de subjetividad. www.caosmosis.acracia.net. Consultado NOVIEMBRE DE 2009.
- LAZZARATO, M. (2008b). Lucha, acontecimiento y media. www.caosmosis.acracia.net. Consultado noviembre de 2009.

## FACTORES PREDICTORES DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO EN UNA MUESTRA ARGENTINA

Cordoba, Esteban; Ceccarini, Eliana  
Universidad de Buenos Aires

#### RESUMEN

El presente trabajo estudia el "bienestar psicológico". Este constructo posee diversas vertientes teóricas, una de ellas, centrada en el bienestar subjetivo o corriente hedonista (Diener & Ryan, 2009); otra, en las disposiciones afectivas relativas al desarrollo personal, asunción de valores sociales, compromiso con proyectos propios y/o colectivos que redunden en un desenvolvimiento del potencial humano, corriente eudaemónica (Ryan & Deci, 2001). Este estudio pretende identificar los factores asociados y posibles predictores del bienestar psicológico. Se tomó una muestra de 696 sujetos compuesta por personas de Capital Federal (32,3 %), Gran Buenos Aires (37,5 %) y del interior del país (30,2 %) con una edad promedio de 28,15 años (DT=11,045). La misma está compuesta por un 65,8 % de mujeres y un 34,2 % de hombres. El 23,8 % tienen al menos un hijo. El 61,9 % trabaja en la actualidad. De los que trabajan el 70 % lo hace en el ámbito privado. El 75,4 % tiene estudios universitarios. Se evaluó el poder predictor de los factores edad, sexo, cantidad de hijos y realización de actividad asociada a bienestar. Se encontró que estos factores podían ser predictores de las dimensiones Relación, Autonomía y Crecimiento de bienestar psicológico.

#### Palabras clave

Bienestar Psicológico Subjetivo Predictores

#### ABSTRACT

PREDICTORS OF THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN A SAMPLE ARGENTINA

This paper studies the "psychological well-being". This concept possesses diverse theoretical slopes, one of them, centred on the subjective or current hedonistic well-being (Diener & Ryan, 2009); other one, in the affective dispositions relative to the personal development, assumption of social values, commitment with own and / or collective projects that redound to a development of the human potential, current eudaemónica (Ryan & Deci, 2001). This study tries to identify the associate factors and possible predictors of the psychological well-being. There took a sample of 696 subjects composed by persons of Capital Federal (32,3 %), Great Buenos Aires (37,5 %) and of the interior of the country (30,2 %) with an average age of 28,15 years (DT=11,045). The same one is composed by 65,8 % of women and 34,2 % of men. 23,8 % has at least a son. 61,9 % works at present. Of those who work 70 % does it in the private area. 75,4 % has university studies. The power evaluated predictor of the factors age, sex, quantity of children and accomplishment of activity associated with well-being. One thought that these factors could be predictors of the dimensions Relation, Autonomy and Growth of psychological well-being.

#### Key words

Well-being Subjective Predictors Social

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo aborda el estudio del "bienestar psicológico" y a los factores asociados y posibles predictores del mismo.

Este constructo posee diversas vertientes teóricas, una de ellas, centrada en el hedonismo y la felicidad como valores del bienestar psicológico, denominado también bienestar subjetivo o corriente hedonista (Diener & Ryan, 2009); otra, en las disposiciones afectivas relativas al desarrollo personal, asunción de valores sociales, compromiso con proyectos propios y/o colectivos que redunden en un desenvolvimiento del potencial humano, corriente eudaemónica (Ryan & Deci, 2001). Ambas corrientes mencionadas, empero, hunden raíces en debates filosóficos de larga tradición (Gual, 1986).

En Psicología dentro de la corriente hedonista encontramos los planteos e investigaciones realizados por Diener (1984), donde postula el bienestar subjetivo en tanto felicidad a través de la búsqueda de placeres, tanto físicos como mentales, y en una consideración global de la vida en tanto bienestar.

Otros autores (Kahneman & Riis, 2005) encuadran la corriente hedonística dentro de un bienestar basado en la experiencia vital, que incluye experiencias en el presente (¿qué tan bien se siente hoy?), en contraposición a las concepciones eudaemónicas que se contextualizan en la reflexión y evaluación del bienestar en general (¿cómo considera su nivel de felicidad?). En contraposición a la corriente hedonística, la *eudaemonía* propone un concepto de bienestar psicológico sustentado en el desarrollo del ser humano, en el despliegue del potencial personal. No considera que la consecución de los deseos ofrezca bienestar duradero, ni que tampoco todo deseo cumplido se traduzca en placer (Ryan & Deci, 2001).

La tradición *eudaemónica* en Psicología va a estar relacionada al desarrollo del potencial humano. Los individuos ven la actividad que realizan como algo que los completa, y tienen la impresión de que lo que hacen tiene sentido (Waterman, 1993).

Ryff & Keyes (1995) presentan un modelo para medir el bienestar psicológico, considerando seis aspectos de actualización del desarrollo humano: autoaceptación (concepto central para la definición de salud mental, además de implicar nociones de desarrollo personal y madurez), relaciones positivas (capacidad de fuertes lazos con otros, empatía, capacidad de amar), autonomía (independencia, capacidad de regular los propios deseos y conductas), control sobre el entorno (capacidad para elegir o crear entornos apropiados para el propio desenvolvimiento), propósito en la vida (fines y objetivos acordes a los propios valores) y desarrollo personal (capacidad de continuar ampliando perspectivas acordes a los propios requerimientos a lo largo del tiempo) (Ryff, 1989).

Estas dos tradiciones representan dos concepciones teóricamente relacionadas pero empíricamente diferenciadas del bienestar; es decir, están interesadas en un mismo proceso psicológico, pero se sirven de distintos indicadores para medirlo, unos indicadores que se han situado a lo largo de una doble dimensión: rasgos y estilos de personalidad (Costa & McCrae, 1996; Díaz & Sánchez, 2002), y **variables sociodemográficas**.

De entre las primeras, la autoestima (Diener, 1994), el neuroticismo y la extraversión (Costa & McCrae, 1980; Magnus, et al., 1993; DeNeve y Cooper, 1998) aparecen en lugares de preferencia. Entre las segundas, **la edad, el sexo, el estado civil**, el estatus socioeconómico y el nivel educativo son las que adquieren el mayor protagonismo (García Martín, 2002; Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002; Keyes & Shapiro, 2004).

Según el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo Humano (1994) las diferencias sociodemográficas, no sólo pueden producir diferentes niveles de bienestar y de salud sino también diferentes formas de encontrar el bienestar psicológico. Puede esperarse que las causas del bienestar difieran según el **ciclo vital, las condiciones de vida**, el nivel educacional, la ocupación o el grupo social.

Tanto Argyle (1992a) como Diener (1994) proponen que hay algunos dominios de la vida que afectan la percepción de bienestar. Según Diener *et al.*, (1999), algunos estudios a gran escala muestran que las personas casadas reportan un mayor Bienestar Psicológico que las que nunca se casaron, están divorciadas, separadas o son viudas.

Asimismo Argyle (1992a) y Diener (1994) muestran que quienes tienen más amigos o quienes pasan más tiempo con ellos tienden a ser más felices; estas investigaciones por lo general señalan que quienes disfrutan de más y mejores relaciones sociales, específicamente de amistad, expresan más Bienestar Psicológico. También el tipo de ocupación parece influir de manera significativa en la satisfacción laboral, ya que se ha visto que ésta es mayor entre quienes tienen trabajos de estatus más elevado y muy especializados. Sin embargo, tal como señalan Diener *et al.* (1999), más importante que el tipo de trabajo es tenerlo o no tenerlo. De acuerdo con estos autores, las personas desempleadas tienen un nivel más alto de tensión, presentan una menor satisfacción con la vida y tasas más altas de suicidio que las personas empleadas. Tras un estudio longitudinal, Clark (1998, citado en Diener *et al.*, 1999) concluyó que el desempleo afecta el Bienestar Psicológico. Además en numerosos estudios se demuestra una relación positiva entre el Bienestar Psicológico y los ingresos (Argyle, 1992a; Diener, 1994, 2000; Diener *et al.*, 1999).

Para la presente investigación, consideramos a la edad y el sexo que como mencionamos son relevantes, asimismo usaremos la cantidad de hijos en lugar del estado civil o el nivel de ingresos pues creemos que está relacionado con las dos y además porque no contamos con los datos de ingresos, por último utilizaremos el hecho de que se realice alguna actividad asociada al bienestar, pues creemos que la mayoría de las veces se realiza en compañía de otros con los que se establecen relaciones de amistad o de compañerismo. Estos serán los factores que indagaremos si pueden ser predictores del bienestar psicológico. Por ello las siguientes hipótesis dirigirán este trabajo:

*Hipótesis 1: Factores como la edad, el sexo, la cantidad de hijos y el hacer una actividad placentera están asociados al bienestar Psicológico.*

*Hipótesis 2: Estos factores permitirían pronosticar el bienestar psicológico.*

## METODOLOGÍA:

**Objetivo del estudio:** detectar factores predictores del bienestar Psicológico

**Diseño:** Se trata de un estudio descriptivo, de diseño no experimental transversal, con sujetos adultos como unidad de análisis.

**Muestra:** No probabilística intencional. Se tomó una muestra de 696 sujetos compuesta por personas de Capital Federal (32,3 %), Gran Buenos Aires (37,5 %) y del interior del país (30,2 %) con una edad promedio de 28,15 años (DT=11,045; mediana = 24; min. = 17; máx. = 66). La misma está compuesta por un 65,8 % de mujeres y un 34,2 % de hombres. El 23,8 % tienen al menos un hijo. El 61,9 % trabaja en la actualidad. De los que trabajan el 70 % lo hace en el ámbito privado y el 30 % en el ámbito público. El 75,4 % tiene al menos estudios universitarios. Además el 69,3 % estudia en la actualidad.

**Instrumento:** Cuestionario auto-administrado integrado por una sección de datos personales y las siguientes escalas:

- **Bienestar social** de Keyes (Blanco & Díaz, 2005): evalúa la percepción que las personas tienen sobre cinco aspectos del entorno social (1=totamente desacuerdo/5=totamente de acuerdo) que facilitan su bienestar psicológico: integración social, aceptación social, contribución social, actualización social y coherencia social
- **Bienestar psicológico** de Ryff (Díaz et al., 2006): mide seis dimensiones o atributos positivos del bienestar psicológico (1=totamente en desacuerdo/ 6= totalmente de acuerdo): autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida.

## RESULTADOS:

Se realizó el análisis de datos mediante un análisis de regresión múltiple. Se utilizó el método de pasos sucesivos. Se evaluó el poder predictor de los factores edad, sexo, cantidad de hijos y realización de actividad placentera. Se encontró que estos factores solo podían ser predictores de las dimensiones Relación, Autonomía y Crecimiento de bienestar psicológico. No se hallaron relaciones con las dimensiones Auto percepción, Dominio y Contribución. Tampoco se han encontrado relaciones significativas

con las dimensiones del bienestar social. Los resultados hallados se muestran a continuación:

Variable dependiente: Relación

Variables independientes: Edad, Sexo, Actividad asociada al bienestar

$R=0,331$ ;  $R^2=0,110$ ;  $F(3,413)=16,884$ ; Varianza explicada= 11 %  
Ecuación de regresión:

$Y=31,355-0,102 * \text{Edad} - 2,283 * \text{Sexo} + 1,683 * \text{Actividad}$

Variable dependiente: Autonomía

Variables independientes: Edad, Sexo, Actividad asociada al bienestar

$R=0,249$ ;  $R^2=0,070$ ;  $F(3,404)=8,880$ ; Varianza explicada= 7 %  
Ecuación de regresión:

$Y=29,042+0,094 * \text{Edad} + 1,023 * \text{Sexo} + 1,367 * \text{Actividad}$

Variable dependiente: Crecimiento

Variables independientes: Hijos, Sexo, Actividad asociada al bienestar

$R=0,336$ ;  $R^2=0,120$ ;  $F(3,416)=17,668$ ; Varianza explicada= 12 %  
Ecuación de regresión:

$Y=32,858-1,463 * \text{Sexo} - 1,318 * \text{Hijos} + 2,554 * \text{Actividad}$

## DISCUSIÓN:

Aunque los porcentajes de varianza explicada son relativamente bajos, los resultados nos permitirán acercarnos a la predicción del Bienestar Psicológico. La capacidad de mantener *relaciones positivas con otras personas* representada por la dimensión Relaciones del bienestar psicológico puede ser explicada en un 11 % por la confluencia de los factores Edad, Sexo y Actividad asociada al bienestar. La ecuación de regresión asociada a esta dimensión indica que una mayor edad y ser hombre implicaría menor bienestar desde esta dimensión. Asimismo realizar una actividad asociada al bienestar contribuiría a un mayor bienestar desde esta dimensión. La gente joven, las mujeres y aquellas que realizan una actividad relacionada al bienestar lograrían tener un mejor bienestar psicológico.

La dimensión autonomía tiene que ver con la capacidad de poder sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales. Esta dimensión también puede ser explicada pero en un 7 % por la confluencia de los factores Edad, Sexo y Actividad asociada al bienestar. Sin embargo, la ecuación de regresión asociada a esta dimensión indica que una mayor edad, ser hombre y realizar una actividad asociada al bienestar contribuiría a un mayor bienestar en esta dimensión. De esta manera la gente madura, los hombres y aquellas que realizan una actividad relacionada al bienestar lograrían tener un mejor bienestar psicológico.

El funcionamiento positivo óptimo necesita el empeño por desarrollar sus potencialidades, por seguir creciendo como persona y llevar al máximo sus capacidades (Keyes et al, 2002). Esta es la dimensión denominada crecimiento personal. Esta dimensión también puede ser explicada en un 12 % por la confluencia de los factores Cantidad de hijos, Sexo y Actividad asociada al bienestar. La ecuación de regresión asociada a esta dimensión indica que una mayor cantidad de hijos y ser hombre implicaría menor bienestar desde esta dimensión. Asimismo realizar una actividad asociada al bienestar contribuiría a un mayor bienestar en la misma. De esta manera se deduce que la gente con pocos o sin hijos, las mujeres y aquellas que realizan una actividad relacionada al bienestar lograrían tener un mejor bienestar psicológico.

Estos resultados coinciden con lo expuesto por Argyle (citado en Diener et al., 1999) y Campbell, Converse & Rodgers (1976), quienes apoyados en diversas investigaciones, sostienen que los factores contextuales y las variables demográficas tales como edad, sexo, ingreso, etnia, y educación son relevantes pero no suficientes para dar cuenta del fenómeno del bienestar porque solo logran explicar entre 15% y el 20% de la varianza del Bienestar Psicológico; por tal razón, el interés debería dirigirse hacia factores subjetivos o de personalidad que pueden estar más relacionados con el Bienestar Psicológico.

## REFERENCIAS

- ARGYLE, M. (1990). Relaciones Sociales. En M. Hewstone, W. Stroebe, J. P. Codol y Stephenson, G. M. (Eds.) *Introducción a la Psicología Social. Una perspectiva europea.* (pág. 222-244) (J. F. Morales, Trad.). Barcelona, España: Ariel (Trabajo original publicado en 1988).
- ARGYLE, M. (1992a). *La Psicología de la Felicidad.* Madrid, España: Alianza Editorial.
- ARGYLE, M. (1992b). *The Social Psychology of Everyday Life.* London: Routledge.
- ARGYLE, M. (1993). *Psicología y calidad de vida. Intervención Psicosocial,* 2(6), 5-15. Blanco, A. & Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema,* 17 (4), pp. 582-589.
- CAMPBELL, A., CONVERSE, P. E. & RODGERS, W. L. (1976). *The Quality of American Life; Perception, Evaluations, and Satisfactions.* New York: Russel.
- COSTA, P. y MCCRAE, R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology,* 38, 668-678.
- COSTA, P. y MCCRAE, R. (1996). Mood and personality in adulthood. En C. Magai y S. MacFadden (eds.): *Handbook of emotion, adult development and aging* (pp. 369-383). San Diego: Academic Press.
- DÍAZ, D., RODRÍGUEZ-CARVAJAL, R., BLANCO, A., MORENO-JIMÉNEZ, B., GALLARDO, I., VALLE, C. & VAN DIERENDONCK, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema,* 18 (3): pp. 572-577.
- DIENER E. (1984). Subjective well-being. *Psychol. Bull.* 95 (5), pp. 42-75
- DIENER, E., EMMONS, R.A., LARSEN, R.J., & GRIFFIN, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment,* 49, pp. 71-75.
- DIENER, E. (1994). El Bienestar Subjetivo. *Intervención Psicosocial,* 3(8), 67-113.
- DIENER, E., SUH, E., LUCAS, R & SMITH, H. (1999). Subjective Well-Being: Tree Decades of Progress. *Psychological Bulletin,* 125(2), 276-302.
- DIENER, E. (2000). Subjective Well-being. *American Psychologist,* 55(1), 34-43.
- DIENER, E. & RYAN, K. (2009). Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology,* 39(4), pp. 391-406.
- GUAL, C. G. (1986). *La filosofía helenística: éticas y sistemas.* Madrid, Editorial Cincel.
- KAHNEMAN D., & RIIS J. (2005). Living, and thinking about it: Two perspectives on life. In F.A. Huppert, N. Baylis & B. Keverne (Eds.), *The science of well-being* (pp. 285-304). Oxford: Oxford University Press.
- KEYES, C. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly,* 61, pp. 121-140.
- RYAN, K. & DECI, E. (2001). On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annu. Rev. Psychol.* 52, pp. 141-66.
- ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD: *Análisis de la salud-enfermedad según condiciones de vida.* Honduras, 1993:64-9.
- RYFF C. D., KEYES C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *J. Pers. Soc. Psychol.* 69 (7), pp. 19-27.
- RYFF, C. D., (1998). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology,* 57 (6), pp. 1069-108.
- VAN DIERENDONCK, D. (2004) The construct validity of Ryff's Scale of Psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences,* 36 (3), pp. 629-644.
- WATERMAN A. S. (1993). Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaemonia) and hedonic enjoyment. *J.Pers. Soc. Psychol.* 64 (6), pp 78-91.