

Facultad de Ciencias de la Salud. Sección de Psicología
Departamento de Psicología Clínica, Psicobiología y Metodología
Programa de Doctorado: Psicología

TESIS DOCTORAL

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS Y PERSONALES COMO
PREDICTORAS DE BIENESTAR SUBJETIVO Y PSICOLÓGICO: DIFERENCIAS
TRANSCULTURALES ENTRE MÉXICO Y ESPAÑA

Doctorando: D. José Ángel González Villalobos
Dirección: Dra. Rosario Josefa Marrero Quevedo

Septiembre 2017

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

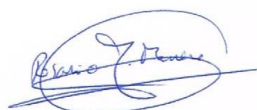
ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

La profesora Dra. Rosario Josefa Marrero Quevedo, Profesora Titular de Universidad, en el Departamento de Psicología Clínica, Psicobiología y Metodología de la Universidad de La Laguna, informa que:

La Tesis doctoral titulada: “CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS Y PERSONALES COMO PREDICTORAS DE BIENESTAR SUBJETIVO Y PSICOLÓGICO: DIFERENCIAS TRANSCULTURALES ENTRE MÉXICO Y ESPAÑA”, ha sido realizada por el doctorando D. José Ángel González Villalobos bajo la dirección de la directora de la tesis y, hasta donde alcanza el conocimiento de la directora, en el trabajo se han respetado los derechos de otros autores a ser citados cuando se han comentado sus resultados o publicaciones. De modo que la tesis reúne los requisitos teóricos y metodológicos y cuenta con suficiente rigor científico para ser admitida a trámite para su lectura y defensa pública, según establece la legislación vigente, para aspirar al título de Doctor

En La Laguna a 27 de Junio de 2017



Dra. Rosario Josefa Marrero Quevedo

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

AGRADECIMIENTOS

Este trabajo de investigación fue parte de la formación y el producto de tesis para obtener el grado de doctor en la Facultad de Psicología. Este plan educativo lo realicé en la Universidad de La Laguna – España que me brindó la formación y fortalezas en psicología para llevar a cabo una labor enriquecida, eficaz y eficientemente en el área de la salud.

Una base para realizar esta formación fue el Programa para el Mejoramiento del Profesorado (PROMEP) de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí al aportar el sustento económico para que estos estudios de posgrado contaran con una beca en el extranjero con el número de convenio Promep/103.5/094400.

Por otra parte, e igual manera, agradezco el apoyo brindado por mi institución, Universidad Autónoma de San Luis Potosí, al Señor Rector Mtro. en Arquitectura, Manuel Fermín Villar Rubio, y por parte de la Facultad de Psicología al Director, el Dr. Omar Sánchez-Armáss Cappello y al Lic. Psic. Rafael Betancourt Serna, Secretario General de la Facultad.

En especial a mi asesora, Dra. Rosario J. Marrero Quevedo, por su completo apoyo y excelente labor como profesora y directora de este trabajo. Además de mi agradecimiento al Dr. Hipólito Marrero Hernández y a la Dra. Mónica Carballeira Abella por su orientación, escucha y su apoyo incondicional.

Y por supuesto dedico este trabajo a mis familiares y seres queridos por darme el soporte y cariño que he recibido de ellos. Por tener palabras de aliento en los momentos indicados.

A mis padres, Luz Elena Villalobos Faz y †José Ángel González Gallardo, por permitirme tener una educación y formación en su momento, siempre han sido un

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

modelo a seguir. Desde la infancia me mostraron valores como la confianza, la dedicación, honradez, constancia, además de la orientación en situaciones difíciles y delicadas.

A mi Hijo, puesto que esta labor es el fruto de la dedicación y planeación de mis expectativas hacia su futuro.

Incondicionalmente a mis amigos Obed, Nylse y Julián que me brindaron saber y perspectivas de estudio.

A todos les agradezco infinitamente el lugar que me han asignado en su vida.

No dejes que termine el día sin haber crecido un poco,
sin haber sido feliz, sin haber aumentado tus sueños
No te dejes vencer por el desaliento.
No permitas que nadie te quite el derecho a expresarte,
que es casi un deber.
No abandones las ansias de hacer de tu vida algo extraordinario.
No dejes de creer que las palabras y las poesías
sí pueden cambiar el mundo.
Pase lo que pase nuestra esencia está intacta.
Somos seres llenos de pasión.
La vida es desierto y oasis.
Fragmento: No te detengas; Walt Whitman.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	9
ABSTRACT	12
PARTE TEÓRICA	
1. INTRODUCCIÓN	16
2. ANTECEDENTES DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA	17
3. ASPECTOS CONCEPTUALES	20
3.1. CONCEPTUALIZACIÓN DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA	20
3.2. APROXIMACIONES TEÓRICAS AL ESTUDIO DEL BIENESTAR	22
3.2.1. BIENESTAR SUBJETIVO O HEDÓNICO (SWB – SUBJECTIVE WELL-BEING)	24
3.2.2. BIENESTAR PSICOLÓGICO O EUDAIMÓNICO (PWB – PSYCHOLOGICAL WELL-BEING)	27
4. MODELOS INTEGRADORES DE BIENESTAR	29
4.1. TEORÍA DEL VALOR DE LA EXPECTATIVA DE SCHEIER Y CARVER (1985, 1987)	29
4.2. TEORÍA DE LA AUTODETERMINACIÓN DE DECI Y RYAN (1985)	31
4.3. TEORÍA DE LA AMPLIACIÓN Y CONSTRUCCIÓN DE LAS EMOCIONES POSITIVAS DE FREDRICKSON (1998)	34
4.4. MODELO DE LAS TRES VÍAS HACIA LA FELICIDAD DE SELIGMAN (1998, 2002)	40
4.5. MODELOS TOP-DOWN O BOTTOM-UP	48
5. DETERMINANTES DEL BIENESTAR	51

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

5.1. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS QUE INCIDEN EN EL BIENESTAR	51
5.2. RASGOS PERSONALES Y BIENESTAR	56
5.2.1. MODELO DE LOS BIG FIVE Y BIENESTAR	56
5.2.2. EL OPTIMISMO Y EL BIENESTAR	57
5.2.3. LA AUTOESTIMA Y EL BIENESTAR	58
6. LA PSICOLOGÍA TRANSCULTURAL COMO DISCIPLINA	60
6.1. MODELO DE BERRY	60
6.2. MODELO DE TRIANDIS	62
6.3. EL BIENESTAR DESDE UNA PERSPECTIVA TRANSCULTURAL	64
6.4. INVESTIGACIÓN DE BIENESTAR EN MÉXICO	66
 PARTE EXPERIMENTAL	
1. JUSTIFICACIÓN Y PRESENTACIÓN DEL COMPENDIO DE PUBLICACIONES	71
2. OBJETIVOS E HIPÓTESIS	72
3. MÉTODO	77
3.1. DISEÑO	77
3.2. PARTICIPANTES	77
3.3. INSTRUMENTOS	78
3.4. PROCEDIMIENTO	82
4. RESULTADOS	83
5. DISCUSIÓN	94
6. CONCLUSIONES	107
7. REFERENCIAS	110

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

8. ANEXOS	153
8.1. COMPENDIO DE PUBLICACIONES	153
8.2. MÉTRICAS DE LAS REVISTAS	186
8.3. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	191

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

SIGLAS Y ACRÓNIMOS

EP.- Emociones positivas.

PERMA.- Acrónimo del modelo Seligman (2011) que propone cinco elementos que considera esenciales para lograr el bienestar: emociones positivas (*positive emotion*), compromiso (*engagement*), relaciones positivas (*relationships*), significado (*meaning and purpose*) y logro (*accomplishment*).

PWB (*Psychological Well-being*).- Bienestar psicológico o eudaimónico.

SWB (*Subjective Well-being*).- Bienestar subjetivo o hedónico

TAD.- Teoría de la autodeterminación.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

RESUMEN

En esta investigación el objetivo fue analizar la relación de variables sociodemográficas y características de personalidad con el bienestar subjetivo y psicológico de personas mexicanas y españolas. Además se analizó si existían diferencias en bienestar entre ambos grupos culturales. Los participantes fueron 976 personas residentes en San Luis Potosí (México) y 990 en Tenerife (España). En el grupo de México, la edad estuvo entre 17 y 84 años ($M = 29.43$, $S.D. = 12.10$) y en el grupo de participantes de España entre los 17 y 80 años ($M = 39.19$, $S.D.= 13.91$). Todos los participantes cumplieron medidas de bienestar subjetivo -felicidad, satisfacción vital, emociones positivas y negativas-, medidas de bienestar psicológico -autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal, relaciones positivas con los otros, propósito en la vida y auto-aceptación-, y medidas de funcionamiento personal - los cinco grandes de personalidad, optimismo y autoestima-.

Los resultados indicaron que la satisfacción con la pareja era el predictor más potente del bienestar subjetivo -felicidad y satisfacción vital- para personas españolas y mexicanas. En el bienestar psicológico global se hallaron ligeras diferencias entre ambas culturas, la satisfacción con la pareja fue el principal predictor para el grupo de españoles, mientras que para los mexicanos fue la satisfacción con los estudios/trabajo. Los MANOVAs en los que se abordó si existían diferencias en bienestar en función de distintas variables sociodemográficas para el grupo de españoles y mexicanos, indicaron que el nivel de bienestar dependía, en cierto modo, de las variables sociodemográficas. En ambas culturas se encontró mayor bienestar subjetivo y psicológico para las personas con mayor edad, con estudios superiores, que contaban con pareja y que estaban activas laboralmente. El género parecía tener un efecto diferencial en función de la cultura. En España, las mujeres mostraron más bienestar psicológico y menos

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

bienestar subjetivo que los hombres y en México el patrón fue inverso, las mujeres mostraban más bienestar subjetivo. En ambas culturas, los hombres informaban de más emociones positivas que las mujeres.

Cuando se analizaron las diferencias en bienestar subjetivo y psicológico entre los dos grupos culturales se encontró que los participantes mexicanos expresaban mayor bienestar subjetivo -felicidad, emociones positivas, emociones negativas, satisfacción vital, satisfacción con los estudios y satisfacción con el ocio-, y mayor bienestar psicológico -dominio del entorno, crecimiento personal, propósito en la vida y auto-aceptación-, que los participantes españoles. Además, se identificaron las características personales que se relacionaban con el bienestar subjetivo y psicológico de mexicanos y españoles y su capacidad predictiva frente a variables sociodemográficas. Los resultados indicaron que los factores personales incidían en mayor medida en el bienestar que los factores sociodemográficos. Aunque los predictores personales del bienestar subjetivo fueron similares para ambas culturas –extraversión, autoestima, neuroticismo y responsabilidad- se encontraron algunas diferencias en los predictores sociodemográficos. En México la felicidad fue explicada por el nivel de estudios y en España por el hecho de tener pareja. El bienestar psicológico también fue predicho por las mismas variables personales en ambas culturas. El neuroticismo y la extraversión fueron los predictores que explicaron mayor proporción de varianza de autonomía, dominio del entorno y auto-aceptación. La extraversión y la autoestima fueron los predictores más potentes de las relaciones positivas con los otros; la responsabilidad y la autoestima del propósito en la vida; y la apertura a la experiencia y la autoestima del crecimiento personal.

En general, aunque las características de personalidad han explicado un porcentaje de varianza significativo del bienestar subjetivo y psicológico en población

10

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

mexicana y española mostrando tener un carácter universal, posiblemente las circunstancias vitales, tanto factores objetivos como aspectos más subjetivos de cada sociedad, pueden estar explicando ciertas diferencias en esos niveles medios de bienestar que han aparecido entre personas mexicanas y españolas.

Este estudio ha contribuido a la comprensión de algunas de las diferencias culturales existentes entre estas dos poblaciones –mexicana y española-. En el futuro habría que seguir investigando acerca de otros factores –recursos, estrategias de afrontamiento, valores y creencias- que podrían estar a la base de las diferencias encontradas en bienestar entre personas mexicanas y españolas.

Palabras clave: Hedónico, Eudaimónico, Emociones, Características demográficas. Personalidad.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

ABSTRACT

The main aim of this research was to analyze the relationship of sociodemographic variables and personality characteristics with the subjective and psychological well-being of Mexican and Spanish people. Differences in well-being between both countries' population were also analyzed. A total of 976 people living in San Luis Potosí (Mexico) and 990 in Tenerife (Spain) took part of the study. In the Mexican group, the age ranged from 17 to 84 years ($M = 29.43$, $S.D. = 12.10$) and in the group of participants from Spain, between 17 and 80 years ($M = 39.19$; $S.D. = 13.91$). All participants completed measures of subjective well-being (happiness, life satisfaction, positive and negative emotions); and measures of psychological well-being -autonomy, environmental mastery, personal growth, positive relationships with others, purpose in life and self-acceptation-. Moreover, some variables of personal functioning were included -the big five personality traits, optimism and self-esteem-.

The results indicated that marital satisfaction was the most powerful predictor of subjective well-being -happiness and life satisfaction- for Spanish and Mexicans. In psychological well-being, as a whole, there were slight differences between the two cultures; marital satisfaction was the main predictor for the Spanish group, while for Mexicans satisfaction with the studies/job was the most important predictor. MANOVAs reported for both cultures that the level of well-being depended, to a certain extent, on sociodemographic variables. For both, greater subjective and psychological well-being were found among the elderly, with higher education, who had a partner and were working. Gender seemed to have a differential effect on culture. In Spain, women showed more psychological well-being and less subjective well-being than men did; however, in Mexico the pattern was reversed: women showed more subjective well-being. In both cultures, men reported more positive emotions than women did.

12

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

In analyzing the differences in subjective and psychological wellbeing between the two cultures, we found that Mexican participants expressed greater subjective well-being -happiness, positive emotions, negative emotions, life satisfaction, satisfaction with studies and satisfaction with leisure - and greater psychological well-being – environmental mastery, personal growth, purpose in life and self-acceptance- than the Spanish ones. In addition, the personal characteristics more related to subjective and psychological well-being for Mexicans and Spanish and their predictive capacity against sociodemographic variables, were identified. The results showed that personal factors had a greater impact on well-being than sociodemographic factors. Although personal predictors of subjective well-being were similar for both cultures -extraversion, self-esteem, neuroticism, and conscientiousness- some differences were found in sociodemographic predictors. In Mexico, happiness was explained by the academic level, and in Spain by having a partner. Psychological well-being was also predicted by the same personal variables in both cultures. Neuroticism and extraversion were the predictors that explained a higher proportion of variance for autonomy, environmental mastery and self-acceptance. Extraversion and self-esteem were the most powerful predictors of positive relationships with others; conscientiousness and self-esteem, of purpose in life; and openness to experience and self-esteem of personal growth.

Although personality characteristics have explained a significant variability of subjective and psychological well-being in Mexican and Spanish populations, and seem to have a universal character, it is possible that some life circumstances, both objective and subjective aspects of each society, might be explaining certain differences in these levels of well-being found between Mexicans and Spanish. This study has contributed to the understanding of some of the cultural differences existing between these two populations: Mexican and Spanish. In the future, further research needs to be done,

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

especialmente en otros factores -recursos, estrategias de afrontamiento, valores y creencias- que podrían estar en la base de las diferencias encontradas en el bienestar entre ambas culturas: Mexicanos y españoles.

Palabras clave: Hedónico, Eudaimónico, Emociones, Características demográficas, Personalidad.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

PARTE TEÓRICA

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

1. INTRODUCCIÓN

Tradicionalmente, la investigación se ha centrado en estudiar los determinantes del malestar y apenas se ha prestado atención a aspectos positivos del funcionamiento humano. De este modo surge la Psicología Positiva, con el objetivo de estudiar al individuo como un todo, incluyendo tanto el desarrollo del potencial humano como el funcionamiento óptimo de las instituciones y sociedades. Se han distinguido dos aproximaciones al estudio del bienestar: una centrada en el bienestar subjetivo o hedónico que propone la búsqueda del placer y la minimización del dolor como objetivo del ser humano; y otra acerca del bienestar psicológico o eudamónico que plantea la autorrealización y el desarrollo de las potencialidades como fin último. Estudios previos se han centrado en identificar los factores determinantes del bienestar. A pesar de la proliferación de investigación al respecto, sólo recientemente se ha comenzado a estudiar de manera sistemática en países latinoamericanos. En esta incipiente investigación el foco de atención ha estado en analizar los factores asociados al bienestar subjetivo pero no se han abordado los determinantes del bienestar psicológico. De ahí que el objetivo de este estudio sea analizar cómo pueden incidir los factores sociodemográficos y personales en el bienestar subjetivo y psicológico de personas mexicanas residentes en San Luis Potosí. Además, como un objetivo secundario se analiza si tales determinantes del bienestar son similares o existen diferencias entre población mexicana y española. Este tipo de estudios pueden ser de interés para conocer en qué medida el bienestar es un constructo universal determinado por los mismos factores en culturas distintas.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

2. ANTECEDENTES DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA

En las últimas décadas, cada vez en mayor medida, las sociedades han reconocido la importancia de introducir el análisis el bienestar percibido por la población como un indicador de progreso social (Alkire, 2002; Organización de las Naciones Unidas, 2001).

Según Peterson (2006), el interés por estudiar el bienestar y la vida satisfactoria se remontan a la época de la Grecia clásica e incluso antes. Aristóteles, por ejemplo, escribió en profundidad sobre la eudaimonia (i.e., felicidad o plenitud) y sobre cómo la vida virtuosa podía ser la vía para llegar a ella. Otros filósofos célebres posteriores, como Spinoza, escribieron también ensayos sobre diversos aspectos humanos y su relación con el bienestar (Fierro, 2009).

Pineda (2012) señala que a mediados del siglo pasado es cuando comenzó a cristalizar un creciente interés por el análisis científico del bienestar. En esa circunstancia histórica confluyeron varios factores (Seligman, 1998; Vázquez y Hervás, 2009):

1. El efecto de la II Guerra Mundial promovió que algunos estados impulsaran políticas que favorecieran el bienestar de sus ciudadanos. En ese contexto surge, desde los países nórdicos un movimiento que se irradia hacia el sur, el denominado Estado del Bienestar. Una decidida preocupación del Estado ha sido, desde entonces y hasta ahora, procurar alcanzar el mayor bienestar para todos los ciudadanos.

2. Los avances de la medicina, desde mediados del siglo pasado, hicieron reducir la mortalidad y aumentar la esperanza de vida de la población. De modo que desde los años 80, un objetivo específico de la medicina consistió no sólo en reducir las

enfermedades, sino también en aumentar la calidad de vida de los pacientes y de la población en general.

3. Desde el ámbito sociológico también comenzó a crecer el interés por sondear el bienestar de los ciudadanos y a partir de la década de los 70 ha ido en aumento.

Además, Seligman y col. (2005) mencionan como antecedentes las aportaciones del psicoanálisis, el conductismo, el cognitivismo, la psicología humanística y la existencialista (Deci y Ryan, 1985; Erikson, 1963, 1982; Jahoda, 1958; Maslow, 1954, 1968; Rogers, 1951,1961; Ryff y Singer, 1996 y Vaillant, 1977) para la comprensión de los aspectos positivos de la experiencia humana (Lupano, Castro, 2010).

- Allport (1961) con su aportación de personalidad madura que la define en base a una extensión del sentido de sí mismo, ser capaz de establecer relaciones emocionales con otras personas, poseer una seguridad emocional fundamental, tener sentido del humor, aceptarse a uno mismo y vivir en armonía.
- Desde el Humanismo, en los años 60, Abraham Maslow, Jahoda y Carl Rogers, hacían hincapié en muchas de las mismas premisas de la Psicología Positiva: voluntad, responsabilidad esperanza y emoción positiva (García-Vega, 2010). Concretamente, Maslow (1954) con la teoría de la motivación humana introdujo ideas, tales como las necesidades de desarrollo y auto-actualización (*self-actualization*). Por otra parte, Jahoda (1958) formula seis criterios, tales como: el crecimiento, el desarrollo y la actualización del sí mismo, la integración, la autonomía, la percepción de la realidad y el dominio del entorno, que permiten reflexionar sobre la salud psíquica y las actitudes hacia el sí

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

mismo y que vendrían a ser retomados posteriormente como componentes del bienestar psicológico en el modelo de Ryff (1989).

También Rogers (1972), a través de su terapia centrada en el cliente, desarrolla su creencia de que los individuos tienen el poder de proponerse un mejor funcionamiento describiendo y expresar su auténtico ser. Asimismo, realizó una gran contribución al estudio del funcionamiento integral de la persona, entendiendo la vida plena como un proceso, caracterizado por la apertura a la experiencia, la tendencia a tener una vida existencial, la mayor confianza en el organismo y la tendencia a un funcionamiento pleno (Prada, 2005). De modo que los psicólogos humanistas no sólo investigaron acerca del sufrimiento y el trauma, sino también abordaron cuestiones relacionadas con el crecimiento, la creatividad, los sueños, la ética y los valores. Por tanto, ya hacían hincapié en las mismas premisas que luego destacaría la Psicología Positiva,

- Desde el Existencialismo, Frankl (1979) desarrolló la técnica terapéutica denominada logoterapia. De acuerdo con ella, la primera fuerza que moviliza al hombre es la lucha por encontrar un sentido a la propia vida, asignando distintos significados a la misma (Prada, 2005). Con su premisa “*El hombre en busca del sentido*” buscaba promover la libertad, valores, voluntad, responsabilidad y el sentido de la vida.
- Desde el cognitivismo, Bandura (1977) desarrolló el constructo sentido de auto-eficacia. Por otra parte, Antonovsky (1979) propone como constructo central de su modelo salutogénico, el Sentido de Coherencia, definido como una orientación global que se expresa en el grado en el

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

que las personas poseen sentimientos de confianza duraderos sobre los estímulos provenientes del mundo subjetivo y del contexto a lo largo de la vida (Casullo, 2001). También Rotter (1966) con su concepto de locus de control interno y externo, como un rasgo de personalidad, destaca el papel del individuo en la medida en que este atribuye, interna o externamente, si el esfuerzo que realiza es o no contingente a su conducta. *“Si la persona percibe que el acontecimiento es contingente con su conducta o sus propias características relativamente permanentes, se ha dicho que es una creencia en el control interno”*; en cambio, *“cuando un refuerzo es percibido como siguiendo alguna acción personal, pero no siendo enteramente contingente con ella, es típicamente percibido, en nuestra cultura, como el resultado de la suerte, y en este sentido se ha dicho que es una creencia en el control externo”* (Rotter, 1966, pp.1).

3. ASPECTOS CONCEPTUALES

3.1 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA

En general, la psicología se ha orientado hacia el estudio y comprensión de las patologías y las enfermedades mentales logrando un cuerpo de conocimientos que ha permitido generar teorías acerca del funcionamiento mental humano y el desarrollo de nuevas terapias farmacológicas y psicológicas para la enfermedad mental (Cuadra y Florenzano, 2003).

El énfasis de la psicología clásica en la enfermedad ha hecho descuidar los aspectos positivos, tales como el bienestar, el disfrute, la satisfacción, la esperanza, el

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

optimismo, el flujo o la felicidad, ignorándose en cierto modo los beneficios que estos presentan para las personas (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

En los últimos años, ha habido un creciente interés por estudiar los determinantes positivos del comportamiento humano, surgiendo lo que se ha venido a denominar la Psicología Positiva (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Seligman y Csikszentmihalyi (2000) señalan que antes de la Segunda Guerra Mundial, la psicología tenía tres misiones: curar la enfermedad mental, hacer las vidas de las personas más plenas e identificar y alimentar el talento. Sin embargo, los autores consideran que la única que prosperó hasta nuestros días fue el estudio y tratamiento de enfermedades mentales, dentro de la cual se han hecho grandes avances. En tanto, las otras dos misiones, hacer mejor la vida de las personas y fomentar “genios” han sido completamente olvidadas.

De este modo es como Seligman, siendo presidente de la *American Psychological Association* (APA), nos brinda una nueva perspectiva para abordar los fenómenos psíquicos, acuñando el término de Psicología Positiva. El objetivo principal de la misma consistirá en potenciar las fortalezas humanas para que funcionen como amortiguador ante la adversidad (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). De modo que se pueda estudiar al individuo como un todo, incluyendo tanto el desarrollo del potencial humano como el funcionamiento óptimo de las instituciones y sociedades (González-Zúñiga, 2004).

Por tanto, la Psicología Positiva se centra en las fortalezas humanas, aquellas “virtudes” que nos permiten aprender, disfrutar, ser alegres, generosos, serenos, solidarios y optimistas (Fava y Ruini, 2003; Fredrickson y Branigan, 2005; Frisch, 2006; Haidt, 2006). Básicamente, la Psicología Positiva se puede definir como el estudio científico de las experiencias positivas y los rasgos individuales positivos, además de las instituciones que facilitan el desarrollo personal. El propósito de la

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Psicología Positiva es ampliar el foco de atención de la psicología clínica más allá del sufrimiento y su consecuente alivio centrándose en el bienestar y el funcionamiento óptimo (Lee, Steen y Seligman, 2005).

Además, la Psicología Positiva tiene como propósito construir teorías explicativas y derivar aplicaciones e intervenciones específicas dirigidas al incremento del bienestar de las personas, mejorando la calidad de vida y previniendo la aparición de trastornos mentales y patologías (Vera, 2006).

Por tanto, la Psicología Positiva se define como el estudio científico de las fortalezas y virtudes humanas, es decir del funcionamiento humano óptimo (Seligman, 1999), incluye también virtudes cívicas e institucionales que guían a los individuos a tomar responsabilidades sobre su comunidad y promueve características para ser un mejor ciudadano (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

En general, *“lo que distingue a la Psicología Positiva de la psicología humanista o de otras aproximaciones clásicas al estudio de la autorrealización del individuo es su dependencia de la investigación empírica para entender a las personas y la vida que llevan. Los humanistas fueron a menudo escépticos sobre el método científico y eran incapaces de ofrecer una alternativa distinta de la idea de bondad en el individuo. En cambio, los psicólogos positivos ven las fortalezas y la debilidad como auténticas y como objeto de conocimiento científico”* (Peterson y Seligman, 2004, pp. 4). Es por ello que la psicología positiva está fundamentalmente ligada a la capacidad de libre elección del individuo.

3.2 APROXIMACIONES TEÓRICAS AL ESTUDIO DEL BIENESTAR

Dentro del área de estudio de la Psicología Positiva se ha investigado la felicidad humana desde dos acercamientos claramente diferenciados, uno centrado en el bienestar

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

subjetivo o hedónico entendido como la “maximización del placer y minimización del dolor” propuesto inicialmente por Bradburn (1969) e impulsado posteriormente por Diener y su equipo (Diener, 1984; Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985; Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999); y el centrado en el bienestar psicológico o eudaimónico que se define como la “*búsqueda de una vida virtuosa o de excelencia, en la que predomina el desarrollo de las potencialidades del individuo y la autorealización*” (Ryff, 1989). Además de plantear la autorrealización y el desarrollo de las potencialidades como fin último (Ryan y Deci, 2001).

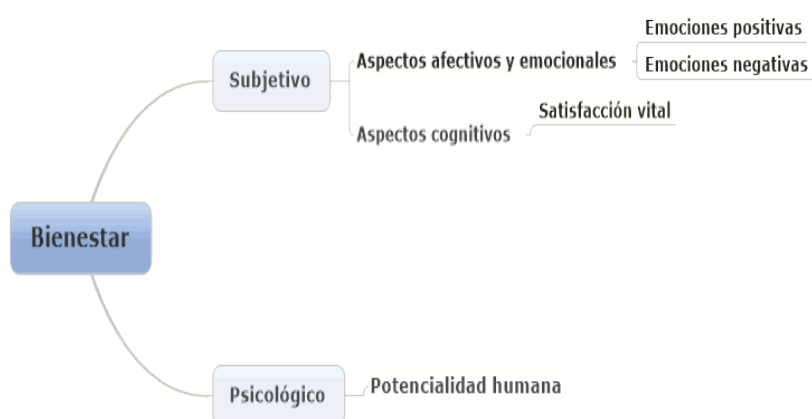


Figura No. 1 Conceptualización del Bienestar

Diener (1984) identifica la satisfacción con la vida, las emociones positivas y las negativas como indicadores de bienestar. Diversas investigaciones sobre el bienestar subjetivo han utilizado a menudo estos indicadores como sinónimos, pero estas construcciones reflejan diferentes procesos de bienestar y aparecen asociadas a diferentes factores personales y sociales (Marrero, Carballeira, 2011).

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección https://sede.ull.es/validacion/	
Identificador del documento: 967718	Código de verificación: jdelWw1L
Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

3.2.1 BIENESTAR SUBJETIVO O HEDÓNICO (SWB - *SUBJECTIVE WELL-BEING*)

La investigación acerca del bienestar subjetivo o hedónico (SWB) ha sido impulsada por Diener y su equipo (Diener, 1984; Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985; Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999). Estos autores describen el bienestar subjetivo como “*una categoría amplia de fenómenos que incluye las respuestas emocionales de las personas, dominios de satisfacción y juicios globales acerca de la satisfacción con la vida*” (Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999, pp. 277). A partir de los 80, el SWB ha llegado a establecerse como una línea fructífera de investigación (Diener, 2000; Kristjánsson 2010; Lyubomirsky y Lepper, 1999; Remor, Amorós, y Carboles, 2006; Urzúa, Cortés, Vega, Prieto, y Tapia, 2009; Vecina, 2006; Vera-Villaruel, Pávez, y Silva, 2012; Zegers-Prado, Rojas-Barahona, y Forster-Marín, 2009).

Por su parte, Campbell, Converse y Rodgers (1976) entienden el bienestar como un indicador de la calidad de vida basado en la relación entre las características del ambiente y el nivel de satisfacción experimentado por las personas y precisan que se establece a través de la búsqueda hedónica.

Argyle (1993) establece que el bienestar subjetivo representa una aportación de la psicología al estudio de la calidad de vida:

“Son varios los movimientos que han estado relacionados con la calidad de vida. Por ejemplo, los economistas del desarrollo miden la calidad de vida de los países en vías de desarrollo por su renta per cápita, porcentaje de empleados, longevidad y educación. La psicología puede añadir otra medida, el bienestar subjetivo. No es bueno hacer a las personas más ricas si no se las hace también más felices.” (p. 5).

Las investigaciones de Zubieta, Muratori y Fernandez (2012) exponen que las personas con un mayor bienestar subjetivo hacen una valoración más positiva de sus

circunstancias y eventos vitales; mientras que las "infelices" evalúan la mayor parte de estos acontecimientos como negativos.

Según Diener (1984), el bienestar subjetivo presenta tres aspectos característicos:

- Naturaleza subjetiva centrada en la propia experiencia de funcionamiento personal óptimo.
- Carácter global o valoración positiva que el sujeto hace de la propia vida.
- Presencia de emociones positivas pues la ausencia de factores negativos no es suficiente.

En base a estas características, el bienestar subjetivo consta de un componente afectivo y otro cognitivo. El componente afectivo se ha definido en función de la presencia de emociones positivas y ausencia de emociones negativas. De modo que la felicidad del individuo supondría un balance entre ambos tipos de emociones (Bradburn, 1969). Por otra parte, en el componente cognitivo se emplea como indicador la satisfacción con la vida, que se refiere a la valoración del individuo de sus logros de acuerdo a estándares previos subjetivos (Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999).



Fig.- 2 Elementos componentes del bienestar subjetivo (Diener, 1994).

La distinción entre la valoración afectiva (emociones) y cognitiva (racional) en la evaluación sobre el bienestar subjetivo suele hacerse cuando se hace referencia al

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección https://sede.ull.es/validacion/	
Identificador del documento: 967718	Código de verificación: jdelWw1L
Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

foco de evaluación (García, 2002). Así cuando éste, es la satisfacción con la vida como un todo, se considera la evaluación cognitiva, mientras que cuando se centra en las experiencias emocionales de la vida diaria, la evaluación es calificada de afectiva, es decir, no implica el uso de los procesos cognitivos a fin de lograr conclusiones valorativas, sino, simplemente hace recuento de la presencia-ausencia, o bien, de la frecuencia de las emociones presentes.

Tabla 1: Componentes del bienestar subjetivo

<i>Componente cognitivo</i>		<i>Componente afectivo</i>	
<i>Ámbito</i>	<i>Satisfacción</i>	<i>Emociones positivas</i>	<i>Emociones negativas</i>
Personal	Cómo ve la persona su propia vida	Felicidad	Depresión
Familiar	Satisfacción con la vida actual	Euforia	Tristeza
Compañeros	Cómo ven la vida de la persona las personas que son importantes para ella	Embeleso	Envidia
Salud	Satisfacción con el pasado	Orgullo	Ira
Economía	Satisfacción con el futuro	Afectuosidad	Estrés
Trabajo	Deseo de cambiar de vida	Alegría	Culpa o vergüenza
Ocio	Satisfacción con la vida actual	Satisfacción	Ansiedad

Fuente: Diener, Suh, Lucas y Smith (1999).

El bienestar subjetivo implica, por tanto, una valoración integral que hace el individuo acerca de sus vivencias, logros, fracasos, emociones, o factores de crianza, entre otros, considerando tanto dominios vitales concretos, como su vida a nivel global y que únicamente se podrá conocer mediante el propio juicio del individuo (Rojas y Elizondo-Lara, 2012). Si bien la mayor parte de la investigación se ha centrado en medidas globales de bienestar, existen otros indicadores más específicos que evalúan, también desde un punto de vista cognitivo, la satisfacción del individuo en dominios o áreas concretas de su vida tales como salud, productividad, vida privada, seguridad, vida en comunidad, bienestar emocional y bienestar material (Cummings, Eckersley, Pallant

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

y Davern, 2002). Así, afirma Diener y Biswas-Diener (2008) que una persona feliz vive una mayor cantidad de años, tiene una mejor salud física, obtiene mejores trabajos y establece relaciones interpersonales de alta calidad.

Aunque la investigación acerca del bienestar subjetivo y sus determinantes no es reciente (DeNeve y Cooper, 1998; Diener, 1984; Diener y et al., 1985; Fordyce, 1986; Pavot y Diener, 1993; Ryff, 1989), es en la última década en que ha comenzado a estudiarse de manera sistemática en países latinoamericanos (Casullo, 2000; Díaz y González, 2011; Laca, Verdugo y Guzmán, 2005; Moyano y Ramos, 2007; Palomar, 2000; Puente- Díaz y Cavazos, 2013; Vera-Noriega y Tánori, 2002). Según Castro (2012) esto ha supuesto el 5% del total de publicaciones sobre Psicología Positiva que aparecen en las principales revistas latinoamericanas desde el 2000 hasta el 2012, proviniendo la mayor parte de los artículos (el 80%) de solo cuatro países: México, Chile, Brasil y Argentina.

3.2.2 BIENESTAR PSICOLÓGICO O EUDAIMÓNICO (PWB - *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*)

El estudio del bienestar psicológico o eudaimónico se centra en el desarrollo personal, en el estilo y manera de afrontar los retos vitales, en el esfuerzo y en el afán de conseguir metas (Martí, Martínez, Martí y Marí, 2008). Esta concepción enfatiza la realización de actividades congruentes con valores profundos que supone el desarrollo del verdadero potencial del individuo (Ryff, 1989; 1995). Básicamente, consiste en la búsqueda de una vida virtuosa o de excelencia, en la que predomina el desarrollo de las potencialidades del individuo y la autorrealización (Ryff, 1989).

Ryff y Keyes (1995) desarrollaron un modelo de bienestar psicológico compuesto por seis dimensiones: autonomía, propósito en la vida, auto-aceptación, relaciones

positivas con los otros, dominio del entorno y crecimiento personal. La autonomía es un indicador de la capacidad de la persona para mantener su individualidad y su independencia en todos los contextos en los que se desenvuelve; el dominio del entorno se describe como la percepción de control e influencia que el individuo tiene en su entorno físico y social; el crecimiento personal se refiere al empeño del individuo por seguir desarrollando al máximo sus potencialidades y capacidades personales; las relaciones positivas con los otros permite medir las relaciones sociales íntimas de las que dispone el sujeto y el nivel de confianza con otras personas; el propósito en la vida se refiere a las metas y objetivos que la persona se plantea en su vida y que le permiten dotarla de un significado; y el último componente es la auto-aceptación que consiste en el grado en que la persona se encuentra satisfecha consigo misma, así como sus fortalezas y limitaciones. Diversos estudios se han desarrollado para identificar las determinantes del bienestar humano.



Fig.- 3 Dimensiones del modelo de bienestar propuesto por Ryff (1989).

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Ryff y Keyes (1995) encontraron, con una muestra de 1108 adultos, relaciones positivas entre variables asociadas al sentido de la vida y distintos indicadores de bienestar psicológico. Ho, Cheung y Cheung (2010), con 1807 adolescentes de Hong Kong, mediante modelos de ecuaciones estructurales hallaron que el sentido de la vida y el optimismo estaban significativamente asociados con el bienestar y concretamente con la satisfacción vital.

Los trabajos empíricos evidencian que cuando no se logra vivir la vida con sentido se origina una frustración existencial (vacío existencial), un estado cognitivo-emocional-motivacional negativo que se asociaría a la desesperanza que se manifestaría en un estado de tedio, percepción de falta de control sobre la propia vida y ausencia de metas vitales (García-Alandete, 2014).

4. MODELOS INTEGRADORES DE BIENESTAR

4.1 TEORÍA DEL VALOR DE LA EXPECTATIVA DE SCHEIER Y CARVER (1985, 1987)



Según Scheier y Carver (2000), la conducta está organizada alrededor de la persecución de metas y las expectativas van a influir en las conductas. La definición de meta y expectativa se enmarca en el modelo autorregulación de conducta (Carver y Schcier, 1982). Este modelo asume que cuando surgen dificultades las expectativas favorables incrementan los esfuerzos de las personas para alcanzar los objetivos y las expectativas desfavorables reducen tales esfuerzos, a veces hasta el punto de desentenderse totalmente de la tarea (Taylor, Pham, Rivkin y Armor, 1998; Carver y

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Schcier, 1998). Según este modelo, las personas se esfuerzan en la medida que ven sus objetivos como alcanzables, logrando así experimentar resultados positivos y, por el contrario, cuando las personas aprecian los resultados como inalcanzables se retiran de sus objetivos y experimentan emociones negativas.

Una de las vertientes fundamentales de la teoría de la autorregulación es su enfoque emocional. Las personas experimentan múltiples y diferentes emociones, algunas de ellas pueden ser positivas y otras negativas. Cuando una emoción concreta se mantiene en el tiempo, se denomina estado emocional. Las emociones como la euforia, la tranquilidad y el bienestar son positivas para nuestro correcto funcionamiento biológico. En cambio, emociones como la tristeza, el enfado o el miedo paralizan nuestro desarrollo personal y nuestra vida diaria. Aunque debemos aclarar que también pueden ser comprendidas como una señal para reevaluar algún aspecto personal e impulsar cambios con la finalidad de resolverlo.

Además, las expectativas se han vinculado a una característica personal que es el optimismo. Este constructo hace referencia a las expectativas positivas que las personas tienen acerca del futuro (Carver y Scheier, 2001). Estos autores definen el optimismo disposicional como una expectativa o creencia estable que predispone a esperar que en el futuro ocurran cosas positivas. Por el contrario, el pesimismo se corresponde con la expectativa de que en el futuro ocurrirán eventos negativos (Avia y Vázquez, 1999). Scheier y Carver (1985) consideran que optimismo y pesimismo, definidos como expectativas de resultados positivos o negativos, respectivamente, representan determinantes próximos importantes del ajuste psicológico.

La expectativa es una variable crucial en la determinación y persistencia de las personas en dirigir sus metas, en el desarrollo de sus tareas, en las experiencias

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

emocionales y en el bienestar (Scheier y Carver, 1987; Vera-Villaruel y Guerrero, 2003).

4.2 TEORÍA DE LA AUTODETERMINACIÓN DE DECI Y RYAN (1985)



Deci y Ryan (1985) han desarrollado la teoría de la Autodeterminación (TAD), una teoría de la motivación humana vinculada con el desarrollo y el funcionamiento de la personalidad dentro de los contextos sociales. En esta teoría pretenden explicar el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y como se comprometen en las acciones de forma voluntaria.

La teoría de la autodeterminación plantea que los seres humanos son organismos activos con tendencias innatas hacia el crecimiento personal, y a implicarse de forma óptima y eficaz en el entorno que les ha tocado vivir. Se defiende que si en su interacción con el medio las personas regulan sus conductas de forma voluntaria y volitiva se favorecerá la calidad de la implicación y el bienestar, mientras que si por el contrario el ambiente actúa de forma controladora, esta tendencia innata se verá frustrada y se desarrollará el malestar (Ryan y Deci, 2000, 2002).

Desde sus inicios el concepto central de esta teoría ha sido la motivación intrínseca y extrínseca, que son consideradas el fundamento de la motivación autónoma y de las actividades autodeterminadas. La motivación intrínseca describe la inclinación natural hacia actividades que son valoradas positivamente por el individuo, implica el interés espontáneo y la exploración que son esenciales para el desarrollo cognitivo y social y que representan una fuente principal de disfrute y vitalidad a través de toda la

31

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

vida (Csikszentmihalyi y Rathunde, 1993; Ryan, 1995). Por ello, la motivación intrínseca es un tipo importante de motivación ya que conduce a la satisfacción de necesidades inherentes a la persona y promueve la autorrealización y el bienestar (Deci y Ryan, 1985).

La motivación extrínseca se refiere al desempeño de una actividad a fin de obtener algún resultado favorable o recompensa externa y, por lo tanto, contrasta con el de motivación intrínseca donde la satisfacción es inherente a la actividad por sí misma. A pesar de que la conducta motivada extrínsecamente se ha considerado como invariablemente no autónoma, desde la TAD se propone que la motivación extrínseca puede variar en su autonomía relativa (Ryan y Connell, 1989; Vallerand, 1997) a través de cuatro etapas: En un primer nivel la motivación está regulada por la recompensa y el individuo es autónomo; en un segundo término aparece una motivación introyectada donde el individuo siente satisfacción por responder ante la demanda; en tercer lugar aparece una motivación en la que hay una identificación con el requerimiento y una mayor autonomía para tomar decisiones; en último lugar se produce una motivación por integración en la que los objetivos se asimilan y se integran en el sistema de valores del individuo apareciendo una mayor autonomía. Los autores señalan que si bien las personas llevan a cabo conductas para obtener la recompensa de una meta, recompensa que puede ser intrínseca, extrínseca o afectiva, cuando la recompensa extrínseca se asocia a una tarea que tiene poco interés para la persona, no se produce el efecto deseado sobre la motivación, pero si la tarea es significativa, la recompensa extrínseca influye de manera positiva sobre la motivación intrínseca (Baard, Deci y Ryan, 2004). Así por ejemplo, los deportistas que están intrínsecamente motivados participan en su deporte debido a los sentimientos de diversión, interés y satisfacción inherentes a la actividad (Deci y Ryan, 1985). Por el contrario, los deportistas que están

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

extrínsecamente motivados realizan la actividad por las consecuencias de la misma, como el reconocimiento social o la recompensa monetaria, ya que ésta no se percibe como reforzante por ella misma. Por otra parte, los sujetos sin motivación no tienen intención de actuar y no están ni intrínseca ni extrínsecamente motivados (Ryan y Deci, 2000). La importancia de esta propuesta teórica radica, entre otras, en haber planteado la relación entre ambos tipos de motivación.

En cuanto a las necesidades básicas innatas que se deben cubrir, según la teoría de la autodeterminación, serían: autonomía, competencia y relaciones positivas (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985, 1991). La autonomía implica percibir que las actividades del individuo son congruentes con uno mismo; competencia se refiere a que uno puede conseguir los efectos deseados; y las relaciones interpersonales recoge los sentimientos de que se está conectado con otros significativos. La satisfacción de estas necesidades es esencial para el desarrollo, tanto de la motivación autodeterminada (Deci y Ryan, 1985) como del bienestar psicológico (Ryan y Deci, 2000). Se postula que en la medida en la que los factores sociales favorezcan las percepciones de autonomía, competencia y relación se desarrollarán los tipos más autónomos o autodeterminados de motivación.

La TAD asume que la autonomía es un elemento esencial para la satisfacción de las necesidades psicológicas (Deci y Ryan, 1987). La autonomía implica actuar con un sentido de elección y con la percepción de que se puede elegir. El apoyo a la autonomía significa el deseo y voluntad que tiene una persona que ocupa una posición de autoridad (por ejemplo, un entrenador) de situarse en el lugar, o en la perspectiva de los otros (por ejemplo, un deportista o un equipo), para detectar sus necesidades y sus sentimientos, y ofrecerles tanto la información apropiada y significativa para la realización de sus tareas, como la oportunidad de elección (Ryan y Deci, 2000). Esta concepción parte del

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

supuesto que las personas pueden ser proactivas y comprometidas o bien, inactivas o alienadas y que ello dependería, en gran parte, del entorno en el que ellos se desarrollan.

Este modelo implica la importancia del contenido de las metas, ya que muestra los tipos de actividades en las cuales los individuos se comprometen (Sheldon y cols. 1996), las razones para el compromiso (Elliot y Sheldon, 1997; Elliot, Sheldon y Church, 1997), y el progreso hacia las metas (Sheldon y Kasser, 1998), lo que tendría un profundo impacto en el bienestar subjetivo del individuo. Cuando las personas se motivan intrínsecamente son capaces de desarrollar sus potencialidades y desarrollar progresivamente desafíos cada vez más grandes. De modo que si las acciones personales son congruentes con los valores y la persona se compromete holísticamente se desarrolla el bienestar eudaimónico (Ryan y Deci, 2001). Este presupuesto teórico ha sido apoyado en algunas investigaciones en las que se ha informado de relaciones positivas entre la motivación autodeterminada y el bienestar psicológico (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe y Ryan, 2000).

4.3 TEORÍA DE LA AMPLIACIÓN Y CONSTRUCCIÓN DE LAS EMOCIONES POSITIVAS DE FREDRICKSON (1998)



Fredrickson (1998) menciona tres razones por la que el estudio de las emociones positivas ha sido relegado en la investigación tradicional:

- En primer lugar, las emociones positivas son menos frecuentes que las negativas y más difusas. Además, las emociones positivas no producen respuestas autonómicas diferenciables. A excepción de la risa y, si acaso la pasión, el resto de emociones positivas no producen apenas activación autonómica (Levenson et al., 1990). Uno de los argumentos utilizados es que la selección natural

34

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

desarrolla emociones para situaciones que contengan amenazas u oportunidades, habiendo más emociones negativas que positivas debido a que hay más tipos de amenazas que de oportunidades (Nesse, 1990).

- En segundo lugar, la psicología se ha centrado en las patologías psicológicas trabajando fundamentalmente con vistas a su tratamiento. Las emociones negativas acarrearán más problemas, tanto para los individuos como para la sociedad, que las emociones positivas. Además, son muchos los problemas de salud relacionados con las emociones negativas, tales como disfunciones sexuales, trastornos alimenticios, suicidio, fobias, trastornos de ansiedad y depresiones unipolares (Fredrickson, 1998), mientras que las positivas solamente se han visto implicadas en el trastorno bipolar (Davidson, 1993) y en adicciones a sustancias tóxicas (Nesse y Berridge, 1997).
- Por último, la mayor parte de los teóricos de las emociones han construido sus teorías basándose en las emociones prototípicas, por esto las emociones negativas (miedo, ansiedad, etc.) han servido mejor como prototipos que las positivas, debido a la difusa naturaleza de éstas últimas.

En su teoría, Fredrickson (1998, 2001) propone que las emociones positivas (EP) pueden ampliar el repertorio de pensamientos y acciones del individuo y fomentar la construcción de recursos para el futuro. Así las emociones positivas promueven estrategias cognitivas específicas y aumentan los recursos intelectuales. Fredrickson (1998, 2001) plantea que a medida que una persona experimenta emociones positivas, ello amplía las posibilidades de generar, construir y aumentar los recursos y repertorios de conducta del individuo. De modo que, por ejemplo, la risa permite percibir un mayor número de perspectivas ante una situación determinada y también contemplar nuevas opciones de actuación.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Según Fredrickson (2001) las emociones positivas provocan, fundamentalmente, cambios en la actividad cognitiva, los cuales en un segundo momento pueden producir cambios en la actividad física. Esto favorece la construcción y el fortalecimiento de recursos personales. Este fortalecimiento y ampliación del pensamiento permite una transformación de la persona, que se torna más creativa. Dicho esto, las emociones positivas amplían el conocimiento de las mismas y de las situaciones para su desarrollo y además generan recursos para emplearlos ante las dificultades, lo cual producirá una “espiral ascendente” que lleva a experimentar nuevas emociones positivas y a optimizar la salud y bienestar.

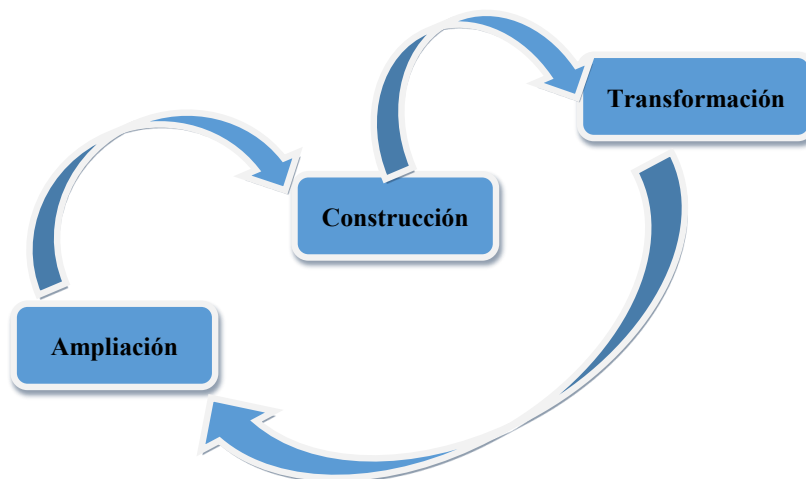


Fig.- 4 Esquema del modelo de teoría de la ampliación y construcción de las emociones (Fredrickson, 2000)

Además, las emociones positivas tienen también un efecto amortiguador del estrés (Fredrickson, Mancuso, Branigan y Tugade, 2000) como han demostrado

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección https://sede.ull.es/validacion/	
Identificador del documento: 967718	Código de verificación: jdelWw1L
Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

diversos estudios de laboratorio sobre, por ejemplo, la reactividad cardiovascular (Fredrickson y Levenson, 1998). También, los efectos del humor en condiciones de alto estrés (Carbelo y Jáuregui, 2006; Martín, 2007) son un buen ejemplo de este papel, aún no siempre explorado con el rigor necesario pero de un gran interés clínico (Salameh y Fry, 2004). Las emociones positivas tienen una clara implicación en las estrategias de regulación de las experiencias negativas, estresantes o adversas (Tugade, Fredrickson y Barreto, 2004).

Las emociones positivas favorecen las asociaciones cognitivas inusuales. El grupo de Alice Isen (Isen, 1987, 1990, 2000; Isen y Daubman, 1984; Isen, Daubman y Nowicki, 1987; Isen, Niedenthal y Cantor, 1992; Isen, Johnson, Mertz y Robinson, 1985) ha demostrado que la emoción positiva se relaciona con una organización cognitiva más abierta, más flexible y más compleja y, también, con la habilidad para integrar distintos tipos de información. Las emociones positivas también promueven la utilización de categorías más inclusivas (Isen y Daubman, 1984; Isen, Niedenthal y Cantor, 1992), por lo que ejercen un doble efecto sobre los procesos de categorización. Las emociones positivas promueven pensamientos más creativos, tanto en sentido puro, como en la originalidad en la solución de problemas o en la toma de decisiones (Fernández-Abascal y cols., 2007; Carnevale y Isen, 1986; Isen, 1993; Isen, Nygren y Ashby, 1988). De modo que, bajo un estado de ánimo positivo generamos soluciones más innovadoras ante las situaciones-problema. Las emociones positivas tendrían una doble importancia, por un lado como indicador del bienestar y, por otro, como medio para conseguir crecimiento psicológico y mejoría del bienestar durante más tiempo (Fredrickson, 2001).

La teoría de la ampliación y construcción de las emociones positivas Fredrickson (1998, 2001) permite ampliar las tendencias de pensamiento y acción, y debido a esta

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

ampliación se favorece la construcción de recursos personales para afrontar situaciones difíciles o problemáticas. A su vez, esta construcción de recursos personales produce el efecto de transformar a la persona, que se vuelve más creativa, muestra un conocimiento más profundo de las situaciones, se hace más resistente a las dificultades y logra una mejor integración social, con lo que se cierra el bucle creando una espiral creciente que lleva a que se experimenten nuevas emociones positivas.

También se ha demostrado que las emociones positivas promueven estrategias cognitivas específicas, aumentan los recursos intelectuales proporcionando niveles altos de rendimiento académico, bajo abandono escolar, una mejora de la comprensión de situaciones complejas y un alto ajuste psicológico (Fredrickson, 1998). Otro aspecto muy investigado es la relación constatada en múltiples estudios, entre estados de ánimo positivo y la tendencia a ayudar a otros, mostrar comportamientos solidarios, compasivos, generosos o altruistas (Avia y Vázquez, 1998).

Con respecto a los efectos de las emociones positivas sobre la salud mental, Fredrickson (2000) considera que las emociones positivas pueden ser útiles para contrarrestar las tendencias depresivas. Por su parte Kazan, Soltys, Dandoy y Vidya (1991) encontraron en una población de 100 niños enfermos mentales hospitalizados que los más desesperanzados tenían características de “niño difícil”, eran más ansiosos, de pobre autoestima y tenían un mayor grado de enfermedades mentales, comparados con el grupo de menor desesperanza. En la misma línea Snyder y cols. (1991) informaron que las personas con alto grado de esperanza manifestaron bajos niveles de problemas psicológicos severos, una percepción más positiva de los estímulos de la vida y un sentido de autoestima más elevado.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Tabla 2. Algunos efectos derivados de experimentar estados afectivos positivos

- El juicio hacia los demás y hacia uno mismo es más indulgente
- Hace codificar y recuperar mejor recuerdos positivos
- Amplía el campo visual
- Genera un pensamiento más flexible y creativo
- Genera más repertorios de conducta
- Permite el cambio por razones positivas, no como huida.
- Reduce la duda
- Se generan conductas altruistas
- Permiten contrarrestar afectos negativos
- Se tolera mejor el dolor físico
- Favorece la resistencia ante las adversidades

Fuente: Avia y Vázquez, 1998; Isen, 1993, 1999; Aspinwall y Staudinger, 2003; Fredrickson, 2001

Por otro lado, las tendencias de acción asociadas con las emociones positivas no serían tan específicas como aquellas asociadas con las emociones negativas. Fredrickson (1998) refiere que en el mejor de los casos, se asemejan a orientaciones genéricas hacia acción o inacción, en lugar de necesidades para hacer algo específico como atacar, escapar, entre otras.

En términos generales, las emociones positivas están menos ligadas a tendencias de acción específicas (Frijda, 1986) que las negativas y también menos vinculadas a patrones psicofisiológicos precisos (Power y Dalgleish, 1997). Justamente esa puede ser la gran virtud de las emociones positivas: facilitan la puesta en marcha de conductas más flexibles, menos predeterminadas y, en último término, ayudan a ampliar nuestros repertorios de conducta (Isen, 1999). En el ámbito clínico, parece clara la hipótesis de que si somos capaces de instalar, mantener, o apoyarnos en esos elementos positivos, se puede favorecer la cristalización de repertorios adaptativos y de un mejor funcionamiento en general.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

4.4 MODELO DE LAS TRES VÍAS HACIA LA FELICIDAD DE SELIGMAN (1998, 2002)



Martin Seligman (2003) propone un marco desde el cual ordena diversas vías que conducen al bienestar y a la felicidad. Son tres vías fundamentales por las cuales los individuos pueden acceder a la felicidad: la vida placentera (*Pleasant life*), que incluiría aumentar las emociones positivas sobre el pasado, el presente y el futuro; la vida comprometida (*Engaged life*), que se refiere a la puesta en práctica cotidiana de las fortalezas personales con el objetivo de desarrollar un mayor número de experiencias óptimas (*Flow*); y la vida significativa (*Meaningful life*), que incluiría el sentido vital y el desarrollo de objetivos que van más allá de uno mismo.

La vida placentera (*Pleasant life*) es un tipo de felicidad de corta duración. Se logra maximizando las emociones positivas, disfrutando de los placeres (darse cuenta de cómo actuamos, recordar momentos positivos, autoelogiarse, etc). Por otra parte, se complementa minimizando las emociones negativas respecto al pasado, presente y futuro. La propuesta plantea que la felicidad consiste en obtener mayor cantidad de momentos felices a lo largo de la vida. Estos momentos felices se pueden alcanzar en el presente a través del *savoring* y el *mindfulness*.

El *savoring* (saboreo del momento presente) consiste en deleitar los sentidos de la forma más auténtica posible. Los fundadores de esta técnica fueron Fred Bryant y Joseph Veroff (2006) en *Loyola University*, Chicago. Para ellos, el disfrute o saboreo consiste en la conciencia plena del placer, la atención consciente y deliberada ante la experiencia de dicho placer. Estos autores destacan cinco técnicas que favorecen el disfrute: compartir con otras personas, guardarlo en la memoria, el autoelogio, agudizar la percepción y el ensimismamiento.

40

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

En cuanto al *mindfulness* o atención plena, éste es un estado mental que se alcanza a través del entrenamiento caracterizado por la atención plena en los propios pensamientos, acciones o sensaciones (Sirgy, Wu, 2009). Este tipo de atención nos permite aprender a relacionarnos de forma directa con aquello que está ocurriendo en nuestra vida, aquí y ahora, en el momento presente. Por tanto, es una forma de hacernos conscientes de nuestra realidad y de los posibles desafíos que plantea la vida. Si se practica la atención plena se puede desarrollar mayor capacidad de discernimiento, de compasión, permite caminar en el aquí y ahora, es decir hacia la experiencia de una vida plena en el presente.

Las emociones positivas también se pueden alcanzar centrándose en el pasado si se cultiva la gratitud y el perdón o en el futuro, por medio del optimismo y la esperanza. No obstante, esta propuesta no se plantea como una teoría o modelo sino más bien como una forma de estructurar la investigación sobre el bienestar. Se cree que la vida comprometida y la vida significativa tienen mayor importancia que la placentera para la construcción del bienestar, pero esto aún no ha sido suficientemente contrastado (Duckworth et al., 2005).

La vida comprometida (*Engaged life*) se refiere a la puesta en práctica cotidiana de las fortalezas personales (ensimismarnos en algo que nos gusta) con el objetivo de desarrollar un mayor número de experiencias óptimas - *flow* - (Csikszentmihalyi, 1996). Es una ecuación entre nuestras habilidades personales y las características de la tarea. Si somos conscientes de nuestras fortalezas personales (para qué somos habilidosos y qué somos capaces de hacer), al aplicarlas en una tarea concreta alcanzaremos esa conexión tan particular que llamamos compromiso.

El planteamiento de Seligman y Csikszentmihalyi (2000) es, por consiguiente, analizar y explorar las características positivas de las personas en tanto, talentos,

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

virtudes, valores o fortalezas, así como de aquellas estructuras organizativas, como el trabajo, la familiar o las sociedades como vehículos que promueven el bienestar. En suma, es una propuesta integral acerca de cómo los individuos y las comunidades pueden alcanzar el bienestar.

Las virtudes son características personales generales que han sido evidenciadas por las diferentes culturas a lo largo de la historia universal. Según Peterson y Seligman (2004) se pueden distinguir seis tipos: sabiduría, valor, humanidad, templanza, justicia, y trascendencia.

Por su parte, las fortalezas son los procesos psicológicos que permiten desarrollar las seis virtudes anteriormente señaladas. Las fortalezas y virtudes son rasgos de la personalidad duradera, y concretamente, características positivas que aportan sensaciones placenteras y gratificación. Las virtudes se hallan en un plano más abstracto o filosófico, mientras que las fortalezas son más concretas, susceptibles de ser modificadas y evaluadas.

El estudio de las virtudes y las fortalezas llevaron a estos autores a proponer una clasificación de las mismas que incluye veinticuatro fortalezas de carácter particulares subordinadas a seis virtudes nucleares y que se han propuesto para complementar los manuales de criterios diagnósticos. Estas fortalezas y virtudes (Peterson y Seligman, 2004) son:

Sabiduría y Conocimiento: Curiosidad/interés por el mundo.- Apertura a distintas experiencias y flexibilidad con temas que no siempre encajan con nuestras ideas previas. Implica participar de las novedades de forma activa, explorando y descubriendo; Amor por el conocimiento.- Aprender cosas nuevas, leyendo, estudiando, visitando museos; Mentalidad abierta.- Juicio/pensamiento crítico. Pensar con calma, analizando todos los puntos de vista. Ser objetivo y racional, examinando todos los

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

lados, no sacando conclusiones, ser capaz de cambiar de punto de vista a la luz de la evidencia; Creatividad.- Ingenio/originalidad. Pensar modos nuevos y productivos para conceptualizar y hacer cosas. Ante cualquier situación logra encontrar un nuevo comportamiento; Perspectiva.- Ser capaz de dar sabios consejos a otros. Visión del mundo para otros y para uno mismo. Es capaz de ayudar a solucionar los problemas.

Valor: Valor y valentía: Refleja la voluntad para conseguir objetivos, retos, o enfrentarse a dificultades y amenazas. Enfrentarse al peligro a pesar del temor. El valor moral recoge defender posturas aunque provoquen efectos adversos. Actuar con convicción aunque no sea popular; Persistencia.- perseverancia/laboriosidad/diligencia. Asume proyectos difíciles y los acaba a pesar de los obstáculos. Hace lo que dice incluso más; Integridad.- Autenticidad/honestidad: Decir la verdad y presentarse a sí mismo de un modo genuino, sin pretensiones. Actuando de modo sincero asumiendo la responsabilidad de los sentimientos y acciones; Vitalidad.-entusiasmo/vigor/energía. Acercarse a la vida con excitación y energía. No hacer las cosas a medias y vivir la vida como una aventura, sintiéndose vivo y activado.

Humanidad: Amor.- Valorar las relaciones cercanas con otros, en particular con quienes se comparte y se cuidan recíprocamente; Amabilidad.- Bondad, cuidado, compasión, amor altruista, generosidad: Hacer favores y buenas acciones a los demás, ayudarlos, cuidarlos. Valorar a las demás personas; Inteligencia social.- Ser consciente de los motivos y sentimientos de las otras personas y de uno mismo. Saber qué hacer para encajar en distintas situaciones sociales.

Justicia: Civismo.- Responsabilidad social/trabajo en equipo/lealtad: Trabaja para el éxito del grupo. Colabora, se integra, respeta se fusiona con el grupo; Imparcialidad y equidad.- Deja de lado prejuicios personales y no permite que sus

43

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

sentimientos sesguen sus decisiones sobre otros. Tratar a todas las personas del mismo modo, de acuerdo a nociones de imparcialidad; Liderazgo.- Capacidad para organizar actividades. Animar al grupo a hacer cosas al mismo tiempo que se mantienen las buenas relaciones dentro del grupo. El trabajo se realiza a tiempo y con buenas relaciones entre los miembros.

Templanza: Perdonar y agradecer.- Perdonar a los que nos han hecho daño, aceptar los defectos de otros, dar a las personas una segunda oportunidad; Autorregulación/ autocontrol.- Regular los sentimientos y acciones, ser disciplinado, controlando los apetitos y emociones propias; Prudencia.- discreción/cautela. Ser cuidadoso en las elecciones propias, sin tomar riesgos indebidos, sin decir o hacer cosas de las que más tarde te puedas arrepentir. Tener visión de futuro y ser dialogantes; Humildad y modestia.- No desea ser el centro de atención sino que sus logros demuestren su valía. Es una persona sencilla, no se presenta a si misma como más especial de lo que es.

Trascendencia: Disfrute de la belleza y la excelencia.- Aprecia la belleza en las cosas cotidianas y en distintos dominios de la vida (naturaleza, arte, matemáticas.); Gratitude.- Es consciente de las cosas buenas que le suceden y expresa su gratitud; Esperanza/optimismo/previsión.- Espera lo mejor del futuro y se planifica para conseguirlo; espiritualidad/propósito/fe/religiosidad.- Tener creencias coherentes acerca del propósito y significado más alto del universo. Saber dónde encaja uno en el gran esquema; Sentido del humor/picardía.- Ver el lado cómico de la vida. Reírse, bromear, hacer reír, ver el lado divertido, hacer chistes.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Tabla 3.- Fortalezas y virtudes (Peterson y Seligman, 2004)

I. Sabiduría	II. Valor	III: Humanidad	IV. Templanza	V. Justicia	VI. Trascendencia
1. Creatividad	6. Valentía	10. Amor	13. Ciudadanía	16. Perdón y compasión	20. Aprecio de la belleza y la excelencia
2. Curiosidad	7. Persistencia	11. Amabilidad	14. Justicia	17. Humildad /Modestia:	21. Gratitud
3. Apertura de mente	8. Integridad	12. Inteligencia social	15. Liderazgo	18. Prudencia	22. Esperanza
4. Deseo de aprender	9. Vitalidad			19. Autoregulación	23. Sentido del humor
5. Perspectiva					24. Espiritualidad

Las principales características de las fortalezas son (Seligman, Park y Peterson, 2004):

- (1) Que se valoran por sí mismas y no por los resultados que permiten alcanzar.
- (2) Son promovidas por la cultura a través de rituales y costumbres.
- (3) No hacen de menos a las demás.

Park, Peterson y Seligman (2004) han encontrado que las fortalezas de carácter más relacionadas con la satisfacción vital son: la esperanza, la curiosidad, la gratitud, el amor y la vitalidad.

Vida significativa (*Meaningful life*): Se refiere a una vida en la que se identifican y se manipulan las propias fortalezas, es decir se incluirían acciones que van más allá del momento presente y que tienen un propósito superior (Peterson, Park y Seligman, 2005). Castro Solano (2011) la describe como el empleo de las fortalezas para el beneficio del entorno social más allá de sí mismo. También se ha entendido como la búsqueda del sentido en la vida que se distingue de la presencia de sentido (Steger, Frazier y Oishi, 2006). Básicamente, consistiría en encontrar o intentar usar y desarrollar lo mejor de uno mismo en formas que sean congruentes con los propios valores (Huta, 2013). Esto se refleja, por ejemplo, en la conservación de recursos naturales, es decir, si los individuos dan lo mejor de sí mismos o tienden a ser felices

llevando una vida significativa, movilizarán diferentes recursos personales (por ejemplo, autonomía, perseverancia, adaptación, entre otros) hacia acciones que consideren ser de vital importancia, como la conservación del agua (Huta, 2013).

Posteriormente, Seligman (2011) reformula su modelo de las tres vías y propone cinco elementos que considera esenciales para lograr el bienestar. A través de su libro “FloreCIMIENTO” (*Flourish*), explica que el crecimiento positivo personal, se puede alcanzar mediante los cinco componentes que propone en el modelo PERMA. Este acrónimo se forma en base a las iniciales en inglés de los cinco elementos que incluye en su modelo: Emociones positivas (*Positive emotion*), Compromiso (*Engagement*), Relaciones Positivas (*Relationships*), Significado (*Meaning and purpose*) y Logro (*Accomplishment*).

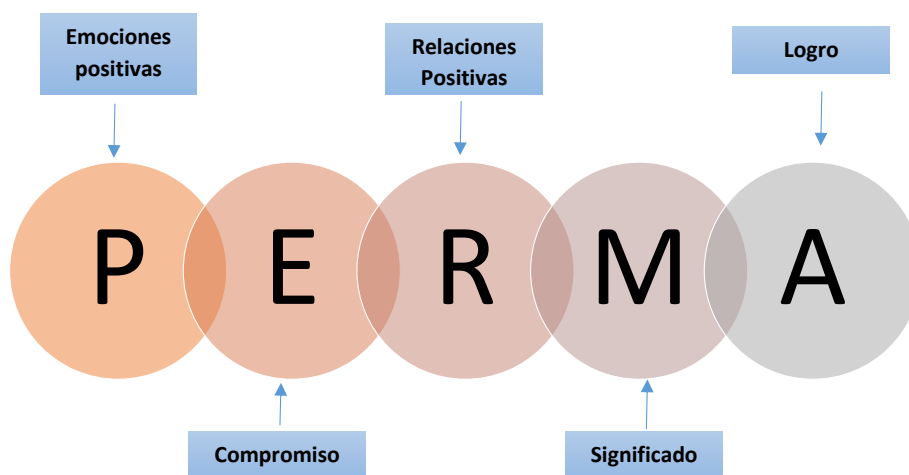


Figura 5.- Cinco elementos Modelo de PERMA (Seligman, 2011)

Las *Emociones positivas* se refieren al sentimiento hedónico de felicidad. Ej: Con qué frecuencia te sientes feliz, energético, activo, alegre, animado. De modo que

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección https://sede.ull.es/validacion/	
Identificador del documento: 967718	Código de verificación: jdelWw1L
Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

supone aumentar las emociones positivas en el pasado, en el presente y en el futuro, de las cuales se desprenden emociones como la gratitud, amor, interés, alegría, etc.

El *Compromiso* se refiere a la conexión psicológica a actividades u organizaciones. Ej: A menudo me quedo absorto con lo que estoy haciendo. Está relacionado con la puesta en práctica de las fortalezas personales con el objetivo de desarrollar un mayor número de experiencias óptimas, de flujo de conciencia. Se asocia a experiencias óptimas como actividades que implican alta concentración y que ponen en juego nuestras habilidades en grandes retos.

Las *Relaciones Positivas* se refieren al sentimiento de estar socialmente integrado, cuidado y satisfecho con la red de apoyo. Ej: Siento que me quieren; Mis relaciones son de apoyo y recompensantes. Este elemento es uno de los que más se asocia a la felicidad. De este elemento se desprende y se aborda valores como la bondad, compasión, altruismo, empatía, etc. Además, implica dedicar tiempo a nutrir las relaciones que promuevan la sensación de apoyo y compañía que influye directamente en la percepción de bienestar.

El *Sentido o Significado* se refiere a creer que nuestra vida es valiosa y sentirse conectado a algo que está más allá de uno mismo. Este concepto incluiría el sentido de la vida y el desarrollo de objetivos que van más allá de uno mismo. Es importante hacer una distinción entre propósito y sentido vital, donde el propósito se relaciona más con objetivos y el sentido con el lugar y la función que se ocupa en el mundo. El sentido, es la unidad más subjetiva y abstracta, la única manera de conocer el propósito y sentido de vida de los sujetos es preguntarle de manera directa. El propósito se asocia a una meta y el sentido es el significado del porqué las personas quieren alcanzar esa meta.

Los *Logros* implica la consecución de metas, sentirse capaz de llevar a cabo las tareas diarias y tener un sentido del logro. Ej: Acabo lo que empiezo; Soy un trabajador

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

duro; Una vez hago un plan para conseguir algo voy a por ello. Las personas con metas bien orientadas y planteadas tienden a ser más perseverantes y, a largo plazo, más exitosas, por lo que es importante establecer metas que sean motivantes.

Este modelo proporciona un método sencillo para identificar niveles de bienestar y satisfacción con la vida planteando un enfoque psicológico de crecimiento y mejoramiento personal. En suma, es una formulación dimensional, dinámica y objetiva que busca explicar el aumento del crecimiento personal para llegar a una vida plena (Seligman, 2011).

4.5 MODELOS TOP-DOWN O BOTTOM-UP

La distinción entre enfoques de arriba a abajo (*top-down*) y de abajo a arriba (*bottom-up*) es popular en la psicología moderna. Los modelos *bottom-up* o situacionales consideran que la suma de momentos felices en la vida da como resultado la satisfacción de las personas (Diener, Sandvik y Pavot, 1991). Una persona que esté expuesta a una mayor cantidad de eventos felices estará más satisfecha con su vida. Los enfoques *top-down* suponen que el bienestar es una disposición general de la personalidad, y dado que la personalidad es estable, el bienestar también. Según este enfoque, las personas “felices por naturaleza” son aquellas que disposicionalmente experimentan mayor satisfacción en el trabajo, en la familia, con amigos, en su tiempo libre, etc.

Por tanto, el enfoque de arriba a abajo asume que existe una propensión global a experimentar las cosas de una forma positiva, y que esta propensión influye en las interacciones momentáneas que un individuo tiene con el mundo. En otras palabras, una persona disfruta de los placeres porque es feliz, no al contrario. Desde este punto de

vista más kantiano, la causa va desde los elementos de un orden superior y desciende hasta los niveles más elementales o más bajos.

En el acercamiento de arriba a abajo de la felicidad, las características globales de la personalidad están pensadas para influir en la manera en que la persona reacciona ante los acontecimientos. Los filósofos han situado con frecuencia el locus de la felicidad en las actitudes, sugiriendo, por tanto, un acercamiento de arriba a abajo. Por ejemplo, Demócrito afirmó "*que una vida feliz no depende de la buena suerte o incluso de ninguna contingencia externa, sino también, e incluso mucho más, del temperamento de un hombre... Lo importante no es lo que un hombre tiene, sino cómo reacciona ante lo que tiene*" (Tatarkiewicz, 1976, pág. 29). Andrews y Withey (1974) presentaron datos que apoyan un acercamiento de arriba a abajo. Al predecir la satisfacción con la vida, descubrieron que el tipo de satisfacciones con distintos dominios vitales que se usaban como predictores no importaban y que al ponderar los dominios no se producían predicciones mucho mejores. Estos descubrimientos sugieren que la satisfacción con los dominios puede ser el resultado de la satisfacción global con la vida., más que causar la misma. En el acercamiento de abajo a arriba, una persona debería desarrollar una disposición alegre y un aspecto optimista según las experiencias positivas que se van acumulando en su vida. Por ejemplo, los hedonistas aconsejan que uno puede ser feliz si los placeres se seleccionan y se acumulan cuidadosamente (teoría de abajo a arriba).

Existen dos debates en el área del SWB que se relacionan con la distinción de abajo a arriba y de arriba a abajo. El primer debate trata de la felicidad como un rasgo o un estado. Los que defienden que es una predisposición o un rasgo sugieren que la felicidad no implica la presencia de sentimientos felices en sí mismos, sino una propensión a reaccionar de forma feliz. Este enfoque de arriba a abajo sugiere que una persona feliz podría en un momento determinado, ser infeliz. El acercamiento de abajo a

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

arriba o de estado sugiere que una persona feliz es una que tenga momentos felices. Chekola (1975) lo ha descrito como la visión acumulada de la felicidad porque la felicidad se ve simplemente como una gran colección de momentos felices. Por tanto, la felicidad se puede definir bien como un rasgo o como un estado, y éstos, probablemente seguirán diferentes principios.

Aunque ambas formulaciones pueden ser parcialmente ciertas, el reto es descubrir cómo interactúan los factores internos o de arriba a abajo y los hechos moleculares de abajo a arriba. Debido a que las personas reaccionan a los acontecimientos según una percepción subjetiva, debe haber involucrados algunos procesos de arriba a abajo. Sin embargo, también parece que ciertos acontecimientos son placenteros para la mayoría de las personas, y esto sugiere que los principios de abajo a arriba pueden ser útiles. Se necesita comprender cómo las cogniciones y los factores de personalidad interactúan con la acumulación de acontecimientos. También es necesario estudiar el proceso por el cual una persona adquiere un temperamento alegre y cómo es de resistente este temperamento al cambio. La dicotomía de arriba a abajo y de abajo a arriba debería servir como un mecanismo útil para generar alternativas teóricas y como un método heurístico para generar ideas de investigación.

El segundo debate tiene que ver con el papel de los acontecimientos placenteros en la creación de felicidad (Lewinsohn y Amenson, 1978; Lewinsohn y MacPhillamy, 1974). La argumentación de Lewinsohn y sus colegas de que una falta de acontecimientos placenteros conduce a una depresión, parece ser un acercamiento de abajo a arriba. Sin embargo, los críticos defienden que la depresión conduce a una imposibilidad para sentir placer cuando uno está ante acontecimientos normalmente placenteros (Sweeney, Schaeffer y Golin, 1982), y éste es un acercamiento de arriba a

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

abajo. Se necesita más investigación para determinar bajo qué condiciones una falta de acontecimientos placenteros causa una depresión o proviene de ella.

En resumen, en las teorías situacionales (*bottom-up*) la satisfacción es un efecto del bienestar percibido en cada una de las áreas vitales de las personas, mientras que en los enfoques *top-down* la satisfacción está determinada por variables temperamentales (Castro, 2009).

5. DETERMINANTES DEL BIENESTAR

5.1 CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS QUE INCIDEN EN EL BIENESTAR

El bienestar ha sido, es y será un concepto en discusión, entendiéndose como una construcción social sobre qué es una buena vida o una vida deseable, la cual difiere entre culturas (Villatoro, 2012). Existe cierta controversia acerca del papel que juegan determinadas características sociodemográficas en el bienestar. La investigación previa apunta el pequeño tamaño del efecto que tienen las variables demográficas, explicando entre un 8 y un 20% de la varianza del bienestar (Argyle, 2001; DeNeve y Cooper, 1998).

En cuanto al papel del género en el bienestar se ha encontrado que las mujeres parecen mostrar mayor bienestar o satisfacción con la vida que los hombres (Domínguez et al., 2006; Laca y et al., 2005; Vera-Noriega y Rodríguez, 2007). Otros estudios encuentran que las mujeres expresan en mayor medida, tanto las emociones positivas como negativas, informando de mayor felicidad y satisfacción vital que los estudios (Wood, Rhodes y Whelan, 1989). De modo que las diferencias entre hombres y mujeres en bienestar emocional podrían deberse en mayor medida a la intensidad emocional que a la frecuencia con la que expresan las emociones. También se ha

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

encontrado que las diferencias en bienestar en función del género van a depender del dominio vital que se tome en consideración. Los hombres informan de más satisfacción en dominios como amigos, área personal y área económica (Vera-Noriega, 2001). Sin embargo, en un estudio reciente, llevado a cabo en Costa Rica, las mujeres mostraron mayor satisfacción en el dominio familia extensa y amistades, pero menor satisfacción en el dominio económico (Rojas y Elizondo-Lara, 2012). Por otra parte, estudios transculturales han encontrado que, aunque el tamaño del efecto difiere de una cultura a otra, parece que las mujeres experimentan más emociones negativas que los hombres (Lucas y Gohm, 2000). Aunque Hyde (2005) señala que existe mayor similitud entre ambos géneros que diferencias. En cuanto al bienestar psicológico, algunos trabajos apuntan mayor crecimiento personal (Marrero y Carballeira, 2012), relaciones positivas con los otros (Ryff y Keyes, 1995) y propósito en la vida (Lindfors et al., 2006) en las mujeres que en los hombres, mientras que los hombres muestran mayor autonomía y dominio del entorno (Lindfors et al., 2006; Zubieta et al., 2012). Por lo anterior, la investigación previa muestra ciertas inconsistencias en cuanto a la influencia del género en el bienestar.

Otra característica sociodemográfica que ha mostrado estar asociada al bienestar es tener pareja que parece influir positivamente (Glenn y Weaver 1981; Mastekaasa 1993). Wood, Rhodes y Whelan (1989) también han informado de un mayor bienestar de las personas casadas frente a las no casadas, incluso siendo estos efectos más potentes en las mujeres que en los hombres. Sin embargo, Diener, Gohm, Suh y Oishi (2000), analizando estos efectos a través de distintas culturas, encuentran que el matrimonio parece ser más beneficioso para la satisfacción vital en culturas colectivistas que individualistas. Además, las personas casadas mostraron más emociones negativas y menos emociones negativas que las separadas y divorciadas, tanto en culturas

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

individualistas como colectivistas. Estudios más recientes muestran resultados contradictorios en cuanto a una asociación positiva entre matrimonio y bienestar. Así por ejemplo, Vanassche, Swicegood y Matthijs (2013) confirmaron las relaciones encontradas entre estar casado y mayor felicidad, aunque esta relación fue más consistente para hombres que para mujeres. En los países donde existía una mayor aceptación y/o aprobación social de otro tipo de familias alternativas no se encontraron diferencias entre mujeres casadas frente a las que cohabitan con sus parejas ni en felicidad ni en satisfacción con la familia. Por otro lado, Musick y Bumpass (2012) no encontraron diferencias entre parejas casadas y las que cohabitaban en felicidad ni en depresión. En los indicadores donde se observaban ciertos beneficios del matrimonio, estos se disipaban en el tiempo, produciéndose un detrimento de la felicidad en función de la duración de la unión. Los resultados también resultan contradictorios en relación al bienestar psicológico. Algunos estudios han encontrado que las personas casadas muestran mayor propósito en la vida que las solteras, divorciadas o viudas (Bierman, Fazio y Milkie, 2006) y que estas últimas muestran un menor bienestar psicológico global (Shapiro y Keyes, 2008). Sin embargo, otros trabajos encuentran mayor autonomía y crecimiento personal en mujeres solteras (Marks y Lambert, 1998).

En relación a la edad se ha encontrado que el patrón cambia en función del tipo de componente del bienestar al que hagamos referencia. Así, se han encontrado diferencias entre los individuos en el componente afectivo, disminuyendo la intensidad de las emociones positivas (Diener y Suh, 1998; Lucas y Gohm, 2000) y apareciendo un mayor control emocional (Gross, Carstensen, Pasupathi, Tsai, Gøtestam-Skorpen y Hsu, 1997) cuanta mayor edad. Sin embargo, no se han encontrado diferencias entre distintos grupos de edad en el componente cognitivo de satisfacción vital (Shmotkin, 1990). La investigación parece indicar que existe un patrón diferente de bienestar a lo largo de tres

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

etapas evolutivas. De la juventud a la etapa adulta aparecería un perfil en forma de U, mientras que a partir de los 60 años se produciría un decremento en el bienestar (Wunder, Wiencierz, Schwarze y Küchenhoff, 2013). Algunos estudios más recientes no han encontrado diferencias sustanciales en las variables que predicen los diferentes tipos de bienestar subjetivo a lo largo de la edad (Siedlecki, Salthouse, Oishi y Jeswani, 2014). Los efectos de la edad sobre el bienestar parecen tener efectos mixtos puesto que otros trabajos han encontrado que las personas de mayor edad evalúan y recuerdan menos acontecimientos pasados de valencia emocional negativa que los adultos jóvenes, aunque estas diferencias eran más pequeñas cuando informaban de emociones negativas diarias (Charles, Piazza, Mogle, Urban, Sliwinski y Almeida, 2015). Incluso algunos autores han encontrado que los adultos mayores mayores son más felices, dado que emplean estrategias de toma de decisión en la que optan por la opción que parece suficientemente buena, en lugar de esperar o pretender escoger la mejor opción (Bruine de Bruin, Parker y Strough, 2016). Del mismo modo ocurre con el bienestar psicológico, mientras que algunos trabajos encuentran que el propósito en la vida, las relaciones positivas con los otros y el crecimiento personal disminuyen con la edad (Marrero and Carballeira, 2011; Ryff y Keyes, 1995), otros encuentran que el dominio del entorno es mayor para personas de más edad frente a jóvenes (Ryff and Singer, 2008) y la auto-aceptación se mantiene estable durante todo el ciclo vital (Ryff, 1989). Por otro lado, los estudios que analizan el bienestar psicológico en función de la edad subjetiva encuentran que las personas que se sienten más jóvenes muestran un mayor bienestar (Keyes y Westerhof, 2012).

Algunos estudios han encontrado cierta relación entre educación y bienestar subjetivo (Helliwell, 2003; Witter, Okun, Stock y Haring, 1984). Esta relación ha mostrado ser de mayor magnitud para personas con bajos ingresos y que viven en países

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

pobres (Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999). Otros estudios han encontrado que un mayor nivel educativo se asocia a mayor probabilidad de conseguir empleo y tasas más altas de ingreso lo que a su vez redundaría en una mayor felicidad, aunque los efectos de la educación se mantienen una vez se controlan las variables socioeconómicas (Cuñado y Pérez de Gracia, 2012). Probablemente, la educación operacionalizada desde un punto de vista formal como años de escolarización u obtención de una titulación tenga menor influencia en la felicidad que si se entiende como un aprendizaje no formal basado en los logros y se analiza el bienestar desde una perspectiva eudaimónica (Michalos, 2008). Un estudio reciente encuentra que la educación universitaria tiene efectos positivos en los intereses políticos, actitudes intergrupo y confianza social y aparece una asociación más débil con salud y bienestar (Easterbrook, Kuppens y Manstead, 2016). Además, las personas con mayor nivel académico informan de un mayor crecimiento personal (Ryff, 1989).

Algunos estudios que han analizado las causas de las diferencias en bienestar entre diversos grupos culturales, se han centrado en los contrastes a nivel económico, hallándose una asociación positiva entre ingresos económicos y bienestar (Veenhoven, 2007). Diener (2000) informó que en las naciones más ricas se registra una percepción ligeramente mayor de bienestar que en las más pobres; y dentro de un mismo país, los habitantes con mayor poder adquisitivo informan de niveles más altos de felicidad que el resto de la población. Sin embargo, a la vez se ha encontrado que la población de países con bajos ingresos per cápita, como Argentina, Brasil o Chile, presenta una percepción de bienestar comparable a la de los habitantes de Japón, por ejemplo (Inglehart, 1990). Según Diener y Eunkook (2003), los latinos ponen más énfasis en las emociones (positivas y negativas) al juzgar la calidad de sus vidas que los asiáticos.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

5.2 RASGOS PERSONALES Y BIENESTAR

5.2.1 MODELO DE LOS BIG FIVE Y BIENESTAR

Schmutte y Ryff (1997) reportan que uno de los mejores predictores del bienestar, sea subjetivo o psicológico, es la personalidad. El bienestar ha mostrado que está más relacionado con tendencias disposicionales que con características sociodemográficas (DeNeve, Cooper, 1998; Schmutte, Ryff, 1997). El Modelo de los Cinco Grandes (Costa y McCrae, 1992) ha sido el más empleado para analizar la influencia de la personalidad en el bienestar. Este modelo representa al individuo en función de diferentes estilos individuales, emocionales, interpersonales, experienciales y motivacionales (Costa y McCrae, 1992). Los autores describen cinco factores: el neuroticismo (N), la extraversión (E), la apertura a la experiencia (O), la cordialidad (A) y la responsabilidad (C). Esta estructura de los Cinco Grandes ha sido replicada transculturalmente habiendo mostrado su universalidad (McCrae y Terracciano, 2005).

Los estudios previos muestran que el neuroticismo y la extraversión están estrechamente relacionados con la felicidad, la satisfacción vital y las emociones positivas y negativas (DeNeve y Cooper, 1998; Steel, Schmidt y Shultz, 2008). El neuroticismo se asocia principalmente a emociones negativas, mientras que la extraversión muestra un mayor vínculo con emociones positivas. En el caso de la apertura a la experiencia se han encontrado relaciones tanto con emociones positivas como negativas, mientras que la cordialidad y la responsabilidad han aparecido asociadas con satisfacción vital y felicidad (McCrae y Costa, 1991). La apertura mantiene una característica clave y es su plasticidad, lo que proporciona un mecanismo mediante el cual las respuestas ante circunstancias dinámicas internas y externas se ven facilitadas (Boggs y Vo, 2014). Sin embargo, donde la investigación ha mostrado mayor consenso es en la relevancia del neuroticismo y la extraversión, ejerciendo un papel

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

diferencial según los distintos indicadores de bienestar (Diener et al. 1999; Marrero y Carballeira, 2010, 2011).

En un estudio realizado con profesorado, no universitario, españoles y mexicanos, Laca, Mejía, Yáñez, y Mayoral (2011) encontraron la existencia de diferencias significativas en la percepción del bienestar laboral entre las dos culturas. Las emociones positivas y negativas predecían la satisfacción laboral (alta y baja) para ambas muestras. Sin embargo para los profesores españoles los factores de cordialidad y apertura a la experiencia predecían un nivel de satisfacción alta, y para los profesores mexicanos únicamente el factor de personalidad de cordialidad resultó ser predictivo.

Los Cinco grandes de personalidad han mostrado de manera consistente su relación con el bienestar subjetivo pero apenas existen estudios que analicen la relación entre personalidad y bienestar psicológico (Ryff, 2014). La extraversión, el neuroticismo y la responsabilidad parecen estar relacionados con el dominio del entorno, propósito en la vida y auto-aceptación; la cordialidad con relaciones positivas con los otros, y la apertura a la experiencia se ha asociado principalmente a crecimiento personal (Schmutte y Ryff, 1997). Además de los cinco grandes factores de personalidad se han identificado otras características personales que se han vinculado a un mayor bienestar y florecimiento del individuo como son el optimismo y la autoestima (Huppert y So, 2013).

5.2.2 EL OPTIMISMO Y EL BIENESTAR

Scheier y Carver (1985) describen el optimismo como la expectativa global o generalizada de que en el futuro ocurrirán resultados favorables frente a los desfavorables. Ferrando, Chico y Tous (2002) consideran que el optimismo y el pesimismo son expectativas generalizadas estables que funcionan como un rasgo. Estas expectativas son de vital importancia en la determinación y persistencia de las personas

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

en dirigir sus metas, en el desarrollo de sus tareas y en las experiencias emocionales y son determinantes para el ajuste psicológico (Scheier y Carver, 1985, 1987; Vera-Villaruel y Guerrero, 2003).

Estudios previos indican que las personas optimistas muestran mejor ajuste y mayor bienestar subjetivo y psicológico (Gustems-Carnicer, Calderón, y Forn, 2016). El optimismo se ha relacionado con mayor bienestar, mejor ajuste y salud en general en diversos grupos poblacionales (Londoño, 2009; Peterson y Seligman, 1984). Las personas optimistas presentan un estilo de afrontamiento activo centrado en la planificación y resolución de problemas, la reinterpretación positiva o el crecimiento personal; mientras que las personas pesimistas se caracterizarían por un estilo pasivo de evitación conductual, negación y centrado las emociones más que en los problemas (Carver 2001; Nes y Segerstrom, 2006).

Además, se ha encontrado que los optimistas son menos vulnerables a adquirir enfermedades físicas, tienen mejor funcionamiento del sistema inmunológico, menor tasa de mortalidad (Remor, Amorós, y Carroble, 2006), son más autónomos en las tareas de su vida cotidiana (Luque, López, Torollo y Crespo, 2014) y tienen más probabilidad de vivir más tiempo que personas que experimentan pesimismo crónico (Scheier, Carver y Bridges, 1994).

5.2.3 LA AUTOESTIMA Y EL BIENESTAR

La autoestima es definida por Rosenberg (1965) como la valoración (positiva o negativa) que hace el individuo de sí mismo. Este sentido de valor y confianza en uno mismo se entiende que es óptimo cuando no está condicionado por acontecimiento externos que pudieran hacer fluctuar el nivel de autoestima. La investigación previa ha mostrado que la autoestima tiene importantes repercusiones en distintos ámbitos de la

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

vida, ya sea a nivel emocional, en la satisfacción con las relaciones y con el trabajo y en la salud física y es un importante predictor de felicidad (Orth, Robins, y Widaman, 2012; Rodríguez-Fernández, Ramos-Díaz, Ros, Fernández-Zabala, y Revuelta, 2016).

La autoestima óptima, por tanto, no es contingente con los acontecimientos externos sino que consiste en el valor del sí mismo como un todo y supone comportarse de forma íntegra y auténtica (Ryan y Brown, 2006). Por otra parte, las personas con baja autoestima suelen caracterizarse por ser tímidas y reservadas y experimentar alta ansiedad social (Robins et al., 2001).

Por tanto, la baja autoestima se caracteriza por un sentimiento de incapacidad, de inadecuación en la vida y de dificultad para superar los desafíos, mientras que una alta autoestima promueve sentimientos de confianza y competencia (Branden, 2000). En estudios con población adolescente se han mostrado los efectos positivos y directos de la autoestima y el apoyo de la familia sobre la satisfacción con la vida de los adolescentes; y efectos indirectos del apoyo social de la escuela y de la familia sobre la satisfacción con la vida, mediado por la satisfacción con la escuela (Gutiérrez, 2013). De modo que tener baja autoestima puede colocar a un adolescente en riesgo para desarrollar resultados no deseables; mientras que tener una alta autoestima puede ser una cualidad que proteja al joven de los resultados negativos asociados con la exposición al riesgo (Fergus y Zimmerman, 2005). El apoyo social también favorece la percepción de satisfacción con la vida, la alta autoestima, el bienestar subjetivo, y a su vez una actitud no violenta (Ben-Ari y Gil, 2004; Clara, Cox, Enns, Murray y Torgrud, 2003).

Kasser y Ryan (1996) afirman que las aspiraciones intrínsecas (p. ej. la autoestima) se asocian positivamente al bienestar psicológico, siendo éste explicado por el funcionamiento autónomo del individuo, tal y como lo plantea la teoría de la

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

autodeterminación, que tal y como señalamos anteriormente, identifica diferentes tipos de motivación con distintas consecuencias para el aprendizaje, el rendimiento, las experiencias personales y el bienestar psicológico (Ryan y Deci, 2000). Las personas con una autoestima estable muestran mayor autonomía, dominio del entorno y propósito en la vida que las de autoestima inestable (Paradise y Kernis, 2002).

6. LA PSICOLOGÍA TRANSCULTURAL COMO DISCIPLINA

6.1 MODELO DE BERRY

El investigador canadiense Berry (2001), teórico del modelo multiculturalista, explica que el estudio de la conducta debe realizarse teniendo en cuenta la cultura. De modo que la psicología debe promover la investigación transcultural. Posiblemente, a Berry se le puede considerar como uno de los principales autores que ha promovido la distinción de las perspectiva *emic* y *etic*, propuesta por Pike (1954), para el estudio de los procesos psicológicos desde una perspectiva transcultural. Desde esta perspectiva, cualquier fenómeno cultural, social o económico tiene dos formas básicas de interpretación:

Emic.- Esta centrada en la visión interna y el punto de vista del individuo acerca de las acciones que se llevan a cabo ante un mismo fenómeno. Se refiere a la visión que los individuos tienen de su propia vida, sus motivaciones y las razones que emplean para explicarse a sí mismo y a los demás (Alaminos, y López, 2009). El investigador describe los fenómenos desde la concepción de los individuos, es decir en función de su experiencia, y para lograrlo promueve la libertad para que el entrevistado proporcione información de acuerdo con su vivencia y conocimiento. Por ejemplo, cuando se tratan de reproducir los contenidos culturales, tal como, se les aparecen a los individuos que pertenecen a la cultura de referencia se está aplicando esta perspectiva.

60

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Etic- Esta perspectiva refleja la visión externa y estructural del fenómeno estudiado. El observador permanece fuera y su opinión amplía e interpreta la vida que registra de los demás. El enfoque de esta investigación se enfoca idealmente en la posición de narrador, este no participa ni se identifica con los hechos que estudia (comportamientos, valores u opiniones). Gran parte de la historia del desarrollo social se efectúa desde una posición –etic-, donde la medición se lleva a cabo de modo externalizado a la sociedad que se estudia. Un ejemplo, cuando se adopta una perspectiva - etic- es cuando se trata de reproducir o describir los contenidos culturales teniendo en cuenta elementos, factores y conocimientos externos a los sujetos que pertenecen a la cultura de referencia (González y Ruiz, 2009).

Una de las principales aportaciones de Berry es como entiende los procesos de cambio cultural en los grupos minoritarios (migrantes) en su relación con los grupos mayoritarios (autóctonos). En este sentido, propone un esquema bidimensional en el que se definen dos dominios interrelacionados: la aculturación y las relaciones interculturales (Berry, 1997, 2001).

El modelo de aculturación de Berry, analiza las estrategias del grupo minoritario en el sostenimiento de su cultura (identidad-aculturación) y en el contacto con otros grupos (aislamiento- interculturalidad). Así, una persona o un grupo social, pueden adoptar cuatro estrategias de aculturación (Berry, 1997; Sabatier y Berry, 1996):

Integración: El individuo se mantiene continuamente relacionándose con su grupo de origen a diferentes niveles y a su vez conserva contacto con la sociedad receptora.

Asimilación: el individuo o grupo minoritario muestra una orientación positiva hacia el medio receptor, sin relacionarse con su grupo de origen.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección https://sede.ull.es/validacion/	
Identificador del documento: 967718	Código de verificación: jdelWw1L
Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

Separación o segregación: el grupo minoritario exclusivamente mantiene contacto con su grupo de origen, manifestando una orientación negativa hacia el contexto receptor.

Marginación: donde no se conservan vínculos con su grupo de origen, pero tampoco se relaciona con la sociedad receptora.

Básicamente, este modelo se centra en el tipo de contacto y la relación que el individuo desea tener con el grupo mayoritario o con su propio grupo cultural y cómo se socializan los sujetos en un grupo diferente al propio. El proceso de aculturación lo explica en función de mantener o no la identidad étnica y la actitud integradora con el nuevo grupo étnico (Berry, 1997). Según Liebkind (2001) se refiere más bien al contacto entre las culturas, puesto que conjuntamente al mantenimiento de la herencia cultural de origen se pone el énfasis en los vínculos sociales que se constituyen con la sociedad receptora.

Beristain, Giorgia, Páez, Pérez y Fernández (1999), en sus estudios con población de los países de Canadá, Francia y España, indican que la forma de aculturación más frecuente es la integración, seguida de la asimilación y la segregación. Por su parte Berry, Phinney, Sam y Vedder (2006), en un estudio realizado en trece países mostraron que los jóvenes migrantes que presentaron un perfil de integración indicaron mejores niveles de adaptación psicológica, y mejor rendimiento académico en contra de los que se marginaban, mostrando estos últimos mayor ansiedad, depresión y síntomas psicósomáticos.

6.2 MODELO DE TRIANDIS

Triandis (1996) describe la cultura como los elementos que comparten un grupo de individuos en una localización geográfica, con una lengua determinada y en un período

62

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jde1Ww1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

histórico, proporcionándoles estándares para percibir, creer, evaluar, comunicar y actuar de un manera consensuada.

Desde el modelo de Triandis (1994) se explica de qué manera la ecología influye en la cultura de sus habitantes. La norma (implícitos y explícitos) que opera en una cultura va a influir en el proceso de socialización de las personas, ello se refleja en sus estilos de personalidad, conductas y comportamientos.

Uno de los principales enfoques de la Psicología transcultural se ha dirigido al estudio de la clasificación de las sociedades según el predominio del individuo, o bien del grupo; proponiendo el eje “individualismo-colectivismo” (Triandis, 1980); y a analizar las implicaciones que esto tiene en el comportamiento de los individuos. Las culturas individualistas enfatizan la independencia de los individuos mientras que las colectivistas dan prioridad a la interdependencia y las relaciones cercanas (Triandis, 1995). Para las sociedades colectivistas el bien del grupo es más importante que el individual; por lo tanto las normas son básicas. Valores como la seguridad, la obediencia o el conformismo son primordiales en este tipo de sociedades. Por el contrario, las sociedades individualistas están más volcadas en la búsqueda de objetivos y deseos propios, promoviendo la autonomía, a través de actitudes y valores como el logro, la competencia y el placer (Triandis, 1990).

Además, Triandis (1994, 2001) propone otras dos dimensiones “horizontal” y “vertical” que se pueden combinar con el individualismo y el colectivismo para definir a una cultura.

Horizontal.- Sugiere que las personas son similares en la mayoría de los aspectos, especialmente en estatus. Cuando los individuos son individualistas, esto se manifiesta en un yo independiente, aunque similar a los demás, tal vez por el alto nivel de libertad y de

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

igualdad que les caracteriza. Así, las personas que se orientan al individualismo (horizontal) disfrutan de la privacidad y la independencia y se perciben como iguales a otros. En cambio, en los colectivistas (horizontales) se traduce en interdependencia, se perciben similares a los demás miembros de su grupo debido a la escasa libertad e igualdad que los identifica, acentúan los objetivos comunes, disfrutan colaborando con sus compañeros y se esfuerzan por mantener la armonía grupal.

Vertical.- Este concepto explica la existencia de diferencias entre los sujetos, especialmente en estatus y jerarquía. Los individualistas muestran una personalidad independiente y eventualmente aceptan una baja igualdad, aunque le dan máxima importancia al sentido de libertad. Los sujetos que se orientan al individualismo (vertical) aspiran a diferenciarse de las demás personas adquiriendo estatus social, se muestran competitivos y les cuesta aceptar el fracaso. En el caso de los colectivistas, se caracterizan por una personalidad interdependiente, pero diferente de los demás, posiblemente debido a un bajo sentido de libertad e igualdad (Triandis, Chen, y Chan, 1998). Las personas que se orientan al colectivismo (vertical) disfrutan sirviendo a los demás, realizan sacrificios en beneficio de su propio grupo de pertenencia, son modestas y cumplen sus obligaciones como si estuvieran impuestas por normas sociales (Kurman y Sriram, 2002).

6.3 EL BIENESTAR DESDE UNA PERSPECTIVA TRANSCULTURAL

Reyes (1996) señala que la cultura es un rasgo importante para explicar la personalidad y cualquier proceso psicológico que se pretenda estudiar.

De acuerdo con Compton (2001) cualquier definición de felicidad o bienestar debe estar intrínsecamente ligada a los valores de cada cultura. Aunque la mayor parte de las investigaciones que analizan el bienestar en diferentes sociedades han partido de una

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

consideración universal de este constructo, sus determinantes no parecen ser idénticos en grupos culturales distintos. De hecho, se ha encontrado que la satisfacción con la vida y los estados emocionales reflejan diferencias en el comportamiento de las personas provenientes de distintos ecosistemas y con ello, la manera en cómo perciben e interpretan las demandas del grupo social al que pertenecen (Vera, Laborín, Córdova y Parra, 2007).

Los juicios sobre la satisfacción vital están determinados tanto por factores psicológicos como por factores culturales (Schimmack et al., 2002), encontrándose diferencias de bienestar personal en la investigación transcultural previa (Diener, 2000; Inglehart, 1990; Rice y Steele 2004; Veenhoven, 2007). Algunos estudios han hallado que las sociedades individualistas son más felices al obtener logros orientados a metas personales, dando más valor a los sucesos vitales, tanto positivos como negativos, atribuyendo sus acciones a sí mismos, pudiendo dar poca importancia, incluso obviar, aspectos insanos de su entorno social (Triandis, 2005). Sin embargo, otros trabajos indican que las sociedades colectivistas muestran mayor bienestar en la medida en que se sienten integradas en un grupo de pertenencia, lo que puede llevar a una estructura social más segura (Díaz y González, 2011).

La investigación ha plasmado el mayor interés por las emociones positivas y por una vida de sensaciones placenteras, logro de necesidades y de satisfacción en las culturas individualistas (Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, y Ahadi 2002). Por otro lado, en las culturas colectivistas, aunque el logro de las metas personales es también importante, sus miembros las subordinan a los intereses de los miembros de su grupo, ya que cumplir con las normas es más importante que maximizar el placer (D'Anello, 2006). Tal y como destacan Fuiman et al. (2009), el estudio de los valores culturales del colectivismo y su orientación comunal parecen propios de los países latinos, orientales,

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

hindúes o grupos indígenas y sirven para mitigar la tensión, proporcionando sentido de pertenencia y respeto al individuo.

6.4 INVESTIGACIÓN DE BIENESTAR EN MÉXICO

Desde un planteamiento gubernamental, la medición del bienestar en México no comienza hasta el año 2011 con la Conferencia Latinoamericana para la Medición del Bienestar y la Promoción del Progreso de las Sociedades y el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) que realizaron, en 2012, el primer estudio exploratorio denominado Bienestar Autorreportado (BIARE).

Según Anguas-Plata (2005), la estructura elemental del bienestar subjetivo en la cultura mexicana es la misma que se ha probado en diversos países individualistas (Diener, 1996). El bienestar subjetivo en México se encuentra constituido por dos elementos fundamentales: la experiencia emocional (suma de las experiencias emocionales positivas y negativas ante los eventos de la vida) y la evaluación afectivo - cognitiva de la vida, por lo que se aporta evidencia empírica de que el modelo teórico propuesto por Diener (1984, 1995, 1996) es válido para la cultura mexicana (Anguas-Plata, 2005). Sin embargo, los elementos esenciales que subyacen al bienestar subjetivo del mexicano, como la familia y la interacción social, reflejan su sociocentrismo (Triandis, 1994; Díaz Guerrero, 1967).

Díaz-Guerrero y Szalay (1993) refiere que en México la clase media estima como indicadores de bienestar la estabilidad de las relaciones con los amigos y con la familia y la utilidad de las redes de apoyo social, las cuales son más importantes para una sociedad colectivista que en una sociedad individualista.

La investigación acerca de los dominios vitales que contribuyen al bienestar de los mexicanos indican que las áreas de la familia, tanto las relaciones con la pareja

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

como con los hijos, el gobierno y la satisfacción global con la vida se presentan como los factores más importantes del bienestar subjetivo (Palomar, 2004; Vera-Noriega y Tánori, 2002). Además, también aparecen los amigos y el área personal como determinantes de la satisfacción vital y la felicidad, sobre todo en población estudiantil (Arita, 2005; Banda y Morales, 2012; Vera-Noriega, 2001; Vera-Noriega y Rodríguez, 2007). Conjuntamente, parece que un mayor nivel educativo se asocia a mayor probabilidad de conseguir empleo y a tasas más altas de ingreso, redundando en una mayor felicidad (Cuñado y Pérez de Gracia, 2012).

Según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE, 2014) desde el 2009, México ha sido el país con mayor promedio de horas dedicadas al trabajo y aparece en las primeras 15 posiciones en indicadores de bienestar subjetivo comparado con otros países europeos y norteamericanos (Helliwell, Layard y Sachs, 2012)

Además, México es un país con un elevado índice de pobreza, alrededor de un 94% de los hogares mexicanos informan de déficit en el hogar (Díaz, Domínguez, Flores y Pasillas, 2014). De hecho, Palomar (2005) encontró que en la sociedad mexicana la pobreza afecta de manera directa al bienestar subjetivo de los individuos, lo que implica que las condiciones de vida precarias tienen un impacto negativo en la percepción del bienestar subjetivo. Por otro lado, Fuentes y Rojas (2001) encuentran una relación débil entre el ingreso y la felicidad, aunque señalan que los mexicanos tienden a sobredimensionar el impacto que aumentos potenciales de ingreso podrían significar en su bienestar.

A pesar de las bajas rentas en México, existen informes que señalan que se encuentra por delante de países europeos, como Francia o España, en niveles de felicidad (Laca, Verdugo y Guzmán, 2005). Es posible que la contradicción en los datos

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jde1Ww1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

obtenidos se deba a las diferencias entre bienestar subjetivo y “bienestar social”, este último entendido como un índice de la desigualdad de la distribución económica en el seno de una sociedad (Laca, Mejía y Yañez, 2010). Esta contradicción también ha dado lugar a la denominada “paradoja del crecimiento infeliz”, que podría explicar la tendencia a la pérdida de bienestar en contextos individualistas de crecimiento económico sostenido, debido a las altas expectativas, la proliferación de la publicidad o la incidencia de los medios de comunicación (Lora y Chaparro, 2008). Además, en muchas ocasiones, el bienestar a nivel económico se ha valorado en función del juicio “objetivo” de un agente experto, desestimando la valoración que el interesado hace de su propia condición. Esta concepción no toma en cuenta la forma en que las personas experimentan estas condiciones objetivas, la importancia que le otorgan a las mismas y qué porcentaje de bienestar subjetivo experimentan a partir de ellas (Gómez et al., 2007). Fuentes y Rojas (2001) han sugerido que, más que de los ingresos económicos absolutos, el bienestar dependería de la brecha entre el ingreso real y el que se considera necesario para satisfacer las necesidades personales.

Estos distintos factores podrían estar explicando las diferencias encontradas en felicidad entre países objetivamente más ricos y aquellos que tienen menos ingresos. También se ha analizado el papel de las condiciones laborales en el bienestar. Algunos estudios con trabajadores mexicanos han obtenido niveles altos de bienestar global, independientemente del bienestar laboral de los trabajadores (Díaz y González, 2011). El bienestar puede depender en parte de los ingresos económicos, pero dependerá de la percepción subjetiva y de la condición socioeconómicas de la nación (Fuentes y Rojas, 2001; Rojas, 2007). De ahí que en algunos estudios no aparezca una correlación significativa entre la satisfacción con la vida de las personas y el bienestar material de sus sociedades (Diener y Eunkook, 2003; Veenhoven, 2004).

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

La población mexicana es un caso interesante, puesto que a la vez que alcanza altos niveles de felicidad, comparables con los de países desarrollados, presenta niveles bajos en algunos indicadores de bienestar (Salazar, y Arenas, 2016).

En estudios recientes se ha encontrado que también la edad y el nivel académico parecen modular el nivel de bienestar en mexicanos. Así, Chávez (2006), en la ciudad de Colima - México, encontró una alta relación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico en estudiantes de bachillerato. También Muñoz y Martínez (2017) encuentran que la población joven, en general, manifiestan altos niveles de satisfacción con la vida, siendo consistente con la evidencia reunida en otras partes del mundo. Además, los jóvenes esperan que su vida cambie para mejor y acceder a eventos óptimos en el futuro, mientras que en los grupos de edad más avanzada aparece una baja expectativa frente a la vida. Por su parte, Aranda, Carmona, Quijano, Reyes, y Sierra (2017), en un estudio realizado con población adulta mexicana, encontraron que las parejas de edad adulta tardía (60 a 69 años) poseían un mayor bienestar subjetivo, en comparación con las parejas de mediana edad (40 a 59 años).

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

PARTE EXPERIMENTAL

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

1. JUSTIFICACIÓN Y PRESENTACIÓN DEL COMPENDIO DE PUBLICACIONES

En este trabajo nos interesa analizar la incidencia y los determinantes del bienestar en dos sociedades, a priori similares por su idioma e idiosincrasia -la mexicana y la española- pero que se caracterizan, en el primer caso, por formar grupos cohesivos más fuertes, mientras que en la cultura española, los lazos entre las personas parecen menos intensos, estando más influenciados por los condicionantes de las sociedades individualistas (Hofstede, 1999).

Los estudios en culturas diversas facilitan no solo la generalización de los descubrimientos empíricos, sino que permiten analizar si la cultura modera las relaciones entre los distintos factores implicados en el bienestar para en el futuro extraer qué características podrían ser universales en la promoción del bienestar.

Además, a pesar de la amplia literatura que ha analizado la relación entre el bienestar subjetivo y la personalidad (DeNeve y Cooper, 1998; Marrero y Carballeira, 2011; Steel, Schmidt, y Shultz, 2008), ha habido menor investigación acerca de los determinantes personales del bienestar psicológico (Schmutte y Ryff, 1997) y apenas existen estudios que incluyan una evaluación conjunta del bienestar subjetivo y psicológico con población latinoamericana.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

2. OBJETIVOS E HIPÓTESIS

El objetivo de este estudio es analizar la relación de variables sociodemográficas y características de personalidad con el bienestar subjetivo y psicológico de personas mexicanas residentes en San Luis Potosí. Además se analizarán si existen diferencias en bienestar entre población mexicana y española.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Analizar los dominios vitales, pareja, ocio, estudios o salud que están más asociados al bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana y española.
2. Analizar si existen diferencias en función de variables sociodemográficas (el género, la edad, el nivel de estudios, la situación laboral y tener pareja sentimental) en el bienestar subjetivo y psicológico de población mexicana y española.
3. Analizar si existen diferencias transculturales (México y España) en el nivel de bienestar subjetivo y psicológico.
4. Analizar qué características de personalidad se asocian al bienestar subjetivo y psicológico, así como identificar la capacidad predictiva de éstas y de las variables sociodemográficas en el bienestar subjetivo y psicológico de mexicanos y españoles.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Con el propósito de cubrir los distintos objetivos que nos habíamos propuesto, y que no se abordaron en los artículos que se adjuntan, se llevó a cabo un último estudio.

El primer objetivo, relacionado con los dominios vitales implicados en el bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana y española, se respondió en parte en el artículo nº 1 (Relación entre el bienestar subjetivo, optimismo y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de la universidad de San Luis Potosí en México) y el artículo nº 2 (Diferencias transculturales en bienestar subjetivo: México y España). En el artículo nº 1 participaron únicamente estudiantes mexicanos y se analizó el peso que tenía la satisfacción en las distintas áreas vitales –pareja, estudios, salud y ocio- en el bienestar subjetivo. Los resultados del análisis de regresión mostraron que todos los dominios son relevantes para la felicidad y la satisfacción vital. Sin embargo, la satisfacción laboral/estudios resultó ser el predictor más poderoso para el bienestar subjetivo de los estudiantes mexicanos. En el artículo nº 2 también participaron sólo estudiantes de ambos países y se analizó si la satisfacción en las áreas vitales incidía diferencialmente en el bienestar subjetivo de mexicanos y españoles. Los análisis de regresión múltiple revelaron la importancia de la satisfacción sentimental y con los estudios en la felicidad y satisfacción vital de ambas culturas. Además, fueron importantes en la predicción del bienestar subjetivo global, la satisfacción con la salud para los mexicanos y la satisfacción con el ocio para los españoles.

En el siguiente apartado, en la nueva investigación, se analizarán los dominios vitales implicados en la felicidad y la satisfacción vital, así como en los distintos componentes del bienestar psicológico para población general, tanto mexicana como española.

El segundo objetivo acerca de si aparecían diferencias en bienestar subjetivo y psicológico en función de las variables sociodemográficas, tanto para población

73

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

mexicana como española, se abordó en el artículo nº 3 (Determinantes sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana) pero únicamente con adultos mexicanos. Aunque el tamaño del efecto fue pequeño se confirma que existen diferencias en bienestar en función de distintas variables sociodemográficas. Las mujeres mostraron mayor felicidad y relaciones positivas con los otros; mientras que los hombres informaron de más emociones positivas y mayor autonomía. Además, se encontró que las personas de más edad mostraban mayor bienestar subjetivo y psicológico que las jóvenes, las cuales experimentaban más emociones negativas. En cuanto al nivel de estudios, los resultados indicaron que los universitarios tenían mayor bienestar subjetivo, propósito en la vida, crecimiento personal y relaciones positivas con los otros que las personas con menor nivel académico. Por último, estar activo laboralmente contribuyó al bienestar promoviendo las emociones positivas, la autonomía, el dominio del entorno, la auto-aceptación y el propósito en la vida.

En la nueva investigación se analiza esta misma cuestión relacionada con las diferencias en bienestar según variables sociodemográficas pero con población española.

El tercer objetivo que consistía en analizar las diferencias en bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana y española se llevó a cabo en el artículo nº 2 pero solamente se analizó el bienestar subjetivo en población de estudiantes de ambos países. Los resultados del MANCOVA (controlando la edad y tener pareja) indicaron que los estudiantes mexicanos puntuaban más alto que los españoles en todos los indicadores de bienestar subjetivo: felicidad, satisfacción vital, emociones positivas, satisfacción con la pareja, estudios, salud y ocio; e informaban de menos emociones negativas.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. <i>Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección https://sede.ull.es/validacion/</i>	
Identificador del documento: 967718	Código de verificación: jdelWw1L
Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

En la nueva investigación, que se presenta en el siguiente apartado, se analizan las diferencias en los distintos indicadores de bienestar subjetivo y psicológico entre población general mexicana y española.

El cuarto objetivo consistió en identificar las características personales que se relacionan en mayor medida con el bienestar subjetivo y psicológico de mexicanos y españoles y el peso relativo de estas frente a variables sociodemográficas. En el artículo nº 3 se abordó esta cuestión con población exclusivamente mexicana. Los análisis de regresión múltiple mostraron que los factores personales incidieron en mayor medida en el bienestar que los factores sociodemográficos. De los Cinco Grandes de personalidad se confirmó que las dimensiones positivas de bienestar subjetivo —felicidad, satisfacción vital y emociones positivas— estuvieron asociadas principalmente a la extraversión y las emociones negativas al neuroticismo. Además, tanto el bienestar subjetivo como el psicológico fueron explicados por la extraversión, responsabilidad, autoestima y bajo neuroticismo. Estos resultados sugieren que, no solo los Cinco Grandes, sino la autoestima es un potente predictor de ambos tipos de bienestar en mayor medida que los factores sociodemográficos.

En la nueva investigación se analizan los predictores sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico, esta vez con población española.

HIPÓTESIS

Se espera que, en ambas culturas, los dominios de satisfacción en áreas vitales específicas estén más relacionados con satisfacción vital que con otros componentes del bienestar. La investigación previa ha mostrado el carácter multidimensional del bienestar, incluyendo tanto la satisfacción con los aspectos vitales propios de cada individuo (Palomar, 2005) como factores sobre las relaciones familiares, la

75

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

autorrealización con el trabajo, las relaciones sociales, la salud, la libertad y los valores personales (Layar, 2005).

Se espera que existan diferencias en función del género, la edad, el nivel de estudios, la situación laboral y tener o no pareja sentimental en las medidas de bienestar subjetivo y psicológico (Cuñado y Pérez de Gracia, 2012; Wood y cols., 1989; Wunder y cols., 2013) para cada una de las culturas analizadas. Ryff y Keyes (1995) encuentran que el género está asociado a relaciones positivas con los otros, crecimiento personal y propósito en la vida. Por su parte, la edad se asocia a crecimiento personal y dominio del entorno (Ryff, 1989).

Además, se espera que el nivel de bienestar entre México y España sea similar ya que comparten lengua e incluso prácticas de crianza. Sin embargo, la sociedad española ha demostrado tener una estructura individualista frente a la mexicana que es de tipo colectivista, por lo que también podrían encontrarse diferencias en algunos indicadores de bienestar (Diener, 2000). Algunos estudios transculturales han encontrado que México cuenta con altos índices de bienestar frente a otros países más desarrollados (Veenhoven, 2012).

Se espera que la personalidad muestre una estrecha relación con el bienestar subjetivo y psicológico, tanto en población mexicana como española. El Neuroticismo, la Extraversión y la Responsabilidad serán los rasgos que mayor asociación presenten con bienestar subjetivo y psicológico (Schimmack, Oishi, Furr y Funder, 2004). Además, se espera que el optimismo y la autoestima, como variables de funcionamiento positivo, muestren una mayor asociación con el bienestar que los cinco grandes (Cheng y Furnham, 2003; Ferguson y Goodwin, 2010; Marrero y Carballeira, 2011). Además, se espera que la personalidad, principalmente el neuroticismo, optimismo y autoestima

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

expliquen mayor porcentaje de varianza de ambos tipos de bienestar que las variables sociodemográficas (DeNeve y Cooper, 1998).

3. MÉTODO

3.1 DISEÑO

En toda la investigación se ha empleado un diseño ex post facto con una muestra de conveniencia. En este nuevo estudio se analizarán diversos aspectos:

1. El papel de la satisfacción en distintos dominios vitales en el bienestar subjetivo -felicidad y satisfacción vital- y en el bienestar psicológico para población mexicana y española.
2. Las diferencias en las distintas medidas de bienestar subjetivo y psicológico en función de las variables sociodemográficas – género, edad, nivel de estudios, situación laboral y tener o no pareja- para población española.
3. Las diferencias en los distintos indicadores de bienestar subjetivo y psicológico entre población general mexicana y española.
4. Los predictores sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico para la población española.

3.2 PARTICIPANTES

Para la realización de la última parte de esta investigación se contó con 976 personas residentes en San Luis Potosí (México) y 990 en Tenerife (España). En el grupo de México la edad estaba entre 17 y 84 años ($M = 29.43$; $D.T. = 12.10$). El 65.2% fueron mujeres. La mayoría tenía estudios universitarios (81.8%), 12.2% estudios de bachiller; 5.1% estudios de secundaria y 0.9% estudios primarios. El 64.1% estaban solteros, 24% casados, 6.7% convivían en pareja, 4% separados y 1.2% eran viudos, aunque el 59.2%

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

tenía pareja. En cuanto a la situación laboral, el 54.6% eran estudiantes, el 38.6% activos laboralmente, 5.6 % desempleados y el 1.4 % jubilados. En el grupo de participantes de España, la edad estuvo entre los 17 y 80 años ($M = 39.19$ $D.T.=13.91$) el 50% fueron mujeres y 50% hombres. La mitad de la muestra tenía estudios de bachiller (50.6%), seguidos de estudios secundarios (24%), estudios universitarios (22.2%) y estudios primarios (3.3%). El 44.9% estaban solteros, un 44.9% estaban casados, 0.3% convivían con pareja, 7.7% estaban separados y el 2.1% eran viudos. En conjuntos 78.2% tenía pareja, la mayor parte estaban activos laboralmente (58.6%), el 24.7% eran estudiantes, el 13.5% estaban en situación de desempleo y el 3.2% estaban jubilados.

3.3 INSTRUMENTOS

Se utilizaron los siguientes instrumentos que han mostrado cumplir con criterios psicométricos adecuados de validez y fiabilidad:

Entrevista semiestructurada (Marrero, Carballeira y Rodríguez, 2007): La entrevista semiestructurada recoge información acerca de variables sociodemográficas, tales como género, edad, nivel de estudios, estado civil, tener pareja y situación laboral. Además, se evalúa la satisfacción en los siguientes dominios vitales mediante una cuestión referida a cada área: satisfacción en el área sentimental, con los estudios, con la salud y con el ocio, todas ellas, medidas con una escala tipo Likert con seis opciones de respuesta (desde nada satisfecho hasta totalmente satisfecho).

La **Escala de Satisfacción con la Vida** (Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985) evalúa mediante 5 ítems, el juicio cognitivo del individuo acerca de la satisfacción global con su propia vida, comparando sus circunstancias vitales con un estándar particular (p. ej.: “en muchos sentidos, mi vida está cercana a lo ideal”). Cada ítem se

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

responde en una escala de 1 (nada satisfecho) a 7 (muy satisfecho). La consistencia interna de la escala original es de 0.87 y la fiabilidad test-retest .82. En este estudio la consistencia interna para la escala de satisfacción vital fue de .88 y .86 para México y España, respectivamente.

Las *Escalas de emociones positivas y negativas* –PANAS- (Watson, Clark y Tellegen, 1988) constan de 20 calificativos, 10 positivos (p. ej.: entusiasmado, motivado, decidido) y otros 10 negativos (p. ej.: inquieto, nervioso, temeroso) que evalúan las emociones presentes en el momento de contestar la prueba, en una escala que oscila desde 0 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). En el estudio de validación del PANAS, los autores informan que tanto la escala de emociones positivas como negativas resultan estables tras un intervalo de 8 semanas, aun refiriéndose a la calificación de la emoción en función del momento presente. En población española los índices fueron de .87 para emociones positivas y .84 para emociones negativas (Marrero y Carballeira, 2011). En este trabajo, las emociones positivas tuvieron un alpha de Cronbach de .86 para México y .87 para España. En el caso de las emociones negativas fue de .88 y .87 para México y España, respectivamente.

La *Escala de Felicidad Subjetiva* (Lyubomirsky y Lepper, 1999) está formada por 4 ítems que evalúan, en una escala de 7 puntos, el grado en que el individuo se siente feliz en relación a su vida o comparado con las personas de su entorno (p. ej.: “en general me considero una persona feliz”). La escala ha mostrado coeficientes de fiabilidad que oscilan entre .79 y .94. La consistencia interna para la felicidad en esta investigación fue de .78 y .70 para México y España, respectivamente.

Escalas de Bienestar Psicológico (Van Dierendonck, Abarca, Díaz, Jiménez, Gallardo, Valle y Carvajal, 2006). A través de una medida de autoinforme se evaluaron

las 6 escalas sobre el funcionamiento psicológico positivo o bienestar psicológico de Ryff (1989): auto-aceptación, referida a satisfacción con uno mismo (p. ej: “En su mayor parte, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo”); relaciones positivas con los otros, en el sentido de confiar en los demás y tener relaciones íntimas satisfactorias (p. ej: “Siento que mis amistades me aportan muchas cosas”); autonomía que consiste en mantener la independencia y la autoridad personal (p. ej: “Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general”); dominio del entorno, para manejar el ambiente de modo favorable (p. ej: “He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto”); propósito en la vida, referida a tener objetivos en la vida y marcarse metas con sentido y significado (p. ej: “Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida”); y crecimiento personal que supone el desarrollo continuado de las potencialidades (p. ej: “En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo”). La prueba consta de 39 ítems y se responde en una escala de 1 a 6. La consistencia interna de las escalas oscila entre .86 y .93 y la fiabilidad test-retest, tras un período de seis semanas, se sitúa entre .81 y .88. Las escalas de bienestar psicológico mostraron una consistencia interna adecuada para ambos grupos culturales: la autonomía tuvo un alpha de .71 para ambas muestras; el dominio del entorno de .71 y .64; el crecimiento personal de .74 y .64; las relaciones positivas con los otros de .80 y .79; el propósito en la vida de .85 y .78; y la auto-aceptación de .82 y .76 para México y España, respectivamente.

El Inventario reducido de Cinco Factores -NEO-FFI- (Costa y McCrae, 1999). Este instrumento mide a través de 60 ítems, que se puntúan en una escala que va desde 0 a 4 puntos, los cinco grandes factores de personalidad. El neuroticismo se refiere a la estabilidad emocional y a otros factores de ajuste del individuo (p. ej: “A veces me he sentido amargado y resentido”). La extraversión está conceptualizada como vitalidad y

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

búsqueda de sensaciones (p. ej: “Me gusta tener mucha gente alrededor”). La apertura a la experiencia incluye varios componentes como creatividad, inteligencia, intereses o cultura (p. ej: “Con frecuencia pruebo comidas nuevas o de otros países”). La cordialidad muestra el interés por las interacciones interpersonales, como la empatía y confianza en otros (p. ej: “Creo que la mayoría de la gente con la que trato es honrada y fidedigna”). La responsabilidad recoge conductas dirigidas a metas y el control de los impulsos (p. ej: “Soy eficiente y eficaz en mi trabajo”). La consistencia interna de las escalas oscila entre .89 y .95. En este estudio, la consistencia interna de las escalas fue de .81 y .79 para neuroticismo, .82 y .76 para extraversión, .73 y .74 para apertura a la experiencia, .72 y .66 para cordialidad, y .84 y .80 para responsabilidad en los participantes de México y España, respectivamente.

El Test de Orientación Vital Revisado (Scheier, Carver y Bridges, 1994) incluye 6 ítems y otros 4 neutros, con cinco opciones de respuesta, que permite evaluar el optimismo disposicional o las expectativas de los individuos acerca de que puedan ocurrirles resultados favorables en el futuro (p. ej: “en los momentos de incertidumbre, suelo esperar lo mejor”). La prueba tiene una consistencia interna de .78. En este estudio fue de .64 para México y .72 para España.

Escala de Autoestima (Rosenberg, 1965). Mide las actitudes positivas y negativas que tiene el individuo hacia sí mismo. Consta de 10 ítems (p. ej: “desearía valorarme más a mí mismo”) con una escala de respuesta de 1 a 4 (desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo). La fiabilidad test-retest de la escala ha sido de .85. En este trabajo, la autoestima tuvo una consistencia interna de .83 para ambos grupos culturales.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

3.4 PROCEDIMIENTO

Se contactó con una muestra de conveniencia de estudiantes en curso activo de la carrera de Psicología de la Universidad de San Luis Potosí y en el mismo momento a alumnado de Psicología de la Universidad de La Laguna. Los estudiantes, a su vez, con un muestreo de bola de nieve, administraron las pruebas a personas de su entorno de mayor edad y diversas categorías profesionales para incrementar la variabilidad muestral y que los resultados fueran generalizables en mayor medida.

Por otra parte, a todos los participantes se les informó acerca de los objetivos de la investigación y se les solicitó la colaboración para cumplimentar la entrevista y la batería de pruebas. En la evaluación se especificó que la participación en la investigación era con carácter voluntario, y se garantizó el anonimato y la confidencialidad de la información que se recogió. Además se señalaba que la cumplimentación de la batería de pruebas suponía el consentimiento para usar los datos con fines de investigación.

Los instrumentos de esta investigación y su secuencia de aplicación fueron: 1. Entrevista semiestructurada (Marrero, Carballeira y Rodríguez, 2007), 2. La Escala de Felicidad Subjetiva (Lyubomirsky y Lepper, 1999), 3. La Escala de Satisfacción con la Vida (Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985), 4. El Test de Orientación Vital Revisado (Scheier, Carver y Bridges, 1994), 5. Escala de Autoestima (Rosenberg, 1965), 6. Las Escalas de emociones positivas y negativas (Watson et al, 1988). Por último, 7. El Inventario reducido de Cinco Factores -NEO-FFI- (Costa y McCrae, 1999). De modo que se evaluaron 21 variables (4 de bienestar subjetivo, 6 de bienestar psicológico, 4 de satisfacción en áreas vitales; 5 Grandes de personalidad y otras 2 vs. personales –optimismo y autoestima-), así como se registraron diferentes variables sociodemográficas.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

El protocolo de evaluación se administró vía *on-line*, empleando Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs), por el fácil acceso para los participantes. Los instrumentos se alojaron en un dominio de la Universidad de la Laguna en la siguiente dirección web:

<http://www.saii.ull.es/encuestas-bienestar/index.php?sid=23412&lang=es>

Se utilizó la plataforma *on-line* para la aplicación de cuestionarios *LimeSurvey*. Esta aplicación telemática contenía principalmente dos normas de seguridad (Schmitz, 2016): 1. Contraseña de acceso al instrumento que se utilizó para verificar la identidad de los usuarios; 2. Sistema *Completely Automated Public Turing test to tell Computers and Humans Apart* (CAPTCHA): Consistió en una prueba utilizada para determinar cuándo el usuario es o no humano (robot informático), de modo que el usuario debió introducir correctamente un conjunto de caracteres que se mostraron en una imagen distorsionada que aparece en pantalla.

4 RESULTADOS

Objetivo 1: Analizar la satisfacción en los distintos dominios vitales que se asocian al bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana y española

Con el propósito de obtener un índice global de bienestar psicológico (ver Tabla 1) se aplicó un análisis de componentes principales en el que se introdujeron las 6 escalas de bienestar psicológico para cada grupo cultural separadamente. Los análisis previos a través del test de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO = .86$ y $.88$, España y México, respectivamente) y de la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2_{15} = 2171.19$, $p < .001$ España y $\chi^2_{15} = 2710.86$, $p < .001$ México) indicaron la adecuación de los datos para este tipo de análisis. La solución factorial arroja un solo factor de segundo orden que

explicó un 58% de la varianza del bienestar psicológico para España y el 63.81% para México.

Tabla 1 Estructura factorial del cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff. Análisis de segundo orden

	España	México
Autonomía	.67	.70
Dominio del entorno	.82	.87
Crecimiento personal	.67	.77
Relaciones positivas con los otros	.72	.70
Propósito en la vida	.83	.84
Auto-aceptación	.84	.88
Varianza Explicada	58 %	63.81 %

Con el objetivo de conocer qué peso o importancia relativa tenían los distintos dominios de satisfacción en cada uno de los indicadores globales de bienestar de España y México, se aplicaron análisis de regresión múltiple, empleando el método hacia adelante que permite realizar la combinación lineal de los dominios para explicar la satisfacción vital, la felicidad y el bienestar psicológico global. Los análisis correlacionales previos revelaron que no existía multicolinealidad entre las distintas variables por lo que fue factible aplicar este estadístico. Las variables predictoras introducidas fueron las cuatro medidas de satisfacción en dominios vitales específicos: pareja, con estudios/trabajo, salud y ocio; y las variables criterio fueron la satisfacción vital, la felicidad y bienestar psicológico global en el último análisis.

Como se puede observar en la Tabla 2 para los participantes de España, los cuatro dominios explicaban el 20.8 % de la varianza de satisfacción vital ($F(4, 799) = 53.67, p < .001, R^2$ ajustado = .21). El área que aparece con más peso es la satisfacción con la pareja ($\beta = .29, p < .001$), seguida de la satisfacción con estudios /trabajo ($\beta = .20, p < .001$), satisfacción con el ocio ($\beta = .15, p < .001$) y Satisfacción con la salud ($\beta = .08, p < .01$). En el caso de la felicidad tres dominios explicaban el 17.3 % de la varianza ($F(3,$

84

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

802) = 56.96 $p < .001$, R^2 ajustado = 0.17, y nuevamente la satisfacción con la pareja ($\beta = .31$, $p < .001$) tiene mayor nivel predictivo seguido por la satisfacción con el ocio ($\beta = .17$, $p < .001$). y satisfacción con estudios / trabajo ($\beta = .12$, $p < .001$).

En el caso del bienestar psicológico global, el porcentaje de varianza explicada es solo de un 11.5 % ($F(3, 809) = 36.13$, $p < .001$, R^2 ajustado = .11) y nuevamente la satisfacción con pareja es el área que aparece con más peso ($\beta = .24$, $p < .001$), seguido de satisfacción con estudios /trabajo ($\beta = .17$, $p < .001$) y satisfacción con el ocio ($\beta = .08$, $p < .01$)

Por lo que respecta a los participantes de México los cuatro dominios explican el 38.3 % de la varianza de satisfacción vital ($F(4, 969) = 151.99$, $p < .001$, R^2 ajustado = .38), el área que aparece con más peso es la satisfacción con pareja ($\beta = .30$, $p < .001$) seguida de la satisfacción con los estudios /trabajo ($\beta = .29$, $p < .001$), satisfacción con el ocio ($\beta = .19$, $p < .001$) y satisfacción con la salud ($\beta = .15$, $p < .001$). En el caso de la felicidad los cuatro dominios explicaban el 32.3 % de la varianza ($F(4, 970) = 117.05$ $p < .001$, R^2 ajustado = 0.32, y nuevamente la satisfacción con la pareja tiene mayor nivel predictivo ($\beta = .32$, $p < .001$), seguido por la satisfacción con estudios /trabajo ($\beta = .21$, $p < .001$), satisfacción con el ocio ($\beta = .18$, $p < .001$) y satisfacción con la salud ($\beta = .19$, $p < .001$),.

En el caso del bienestar psicológico global los resultados explican 23.6 % de la varianza ($F(4, 970) = 76.176$, $p < .001$, R^2 ajustado = 0.23, y la satisfacción con estudios /trabajo es el área que aparece con más peso ($\beta = .29$, $p < .001$), seguido por la satisfacción con pareja ($\beta = .20$, $p < .001$), Satisfacción con ocio ($\beta = .13$, $p < .01$) y Satisfacción con salud ($\beta = .07$, $p < .01$).

Tabla 2. Análisis de regresión de satisfacción en dominios vitales específicos sobre medidas de bienestar global entre población de España y México

España									
Variables	Satisfacción vital			Felicidad			Bienestar Psicológico Global		
	β	R^2 adj	F	β	R^2 adj	F	β	R^2 adj	F
Satisfacción con estudios /trabajo	.199***	.208	53.668***	.116***	.173	56.959***	.167***	.115	36.129***
Satisfacción con pareja	.289***			.310***			.245***		
Satisfacción con salud	.084**								
Satisfacción con ocio	.146***			.167***			.085**		

México									
Variables	β	R^2 adj	F	β	R^2 adj	F	β	R^2 adj	F
	Satisfacción con estudios /trabajo	.288***	.383	151.992***	.214***	.323	117.049***	.289***	.236
Satisfacción con pareja	.300***			.328***			.205***		
Satisfacción con salud	.152***			.119***			.078**		
Satisfacción con ocio	.186***			.185***			.139***		

Note: $p < .05$, $p < .01$, $p < .001$

Objetivo 2: Analizar si existen diferencias en función de variables sociodemográficas en el bienestar subjetivo y psicológico para la población española

El MANOVA mostró diferencias en bienestar en función de las variables sociodemográficas, se encontraron diferencias significativas en función del género en emociones positivas $F(1,599) = 4.50$, $p < .05$, $\eta^2 = .007$, $1-\beta = .56$; satisfacción con la pareja $F(1,599) = 3.87$, $p < .05$, $\eta^2 = .006$, $1-\beta = .50$ y satisfacción con el ocio $F(1,599) = 10.16$, $p < .01$, $\eta^2 = .017$, $1-\beta = .89$ puntuando más alto los hombres, mientras que las mujeres presentaron más crecimiento personal $F(1,599) = 33.89$, $p < .001$, $\eta^2 = .054$, $1-\beta = .99$ y relaciones positivas con los otros $F(1,599) = 7.59$, $p < .01$, $\eta^2 = .013$, $1-\beta = .78$.

Los análisis donde se contrastaron jóvenes (17 – 30 años) frente adultos (31 – 84 años) en las medidas de bienestar mostraron diferencias significativas en: emociones positivas $F(1,594) = 5.26, p < .05, \eta^2 = .009, 1-\beta = .63$; dominio del entorno $F(1,594) = 8.96, p < .01, \eta^2 = .015, 1-\beta = .85$; crecimiento personal $F(1,594) = 14.28, p < .001, \eta^2 = .023, 1-\beta = .96$; propósito en la vida $F(1,594) = 3.87, p < .05, \eta^2 = .006, 1-\beta = .51$; auto-aceptación $F(1,594) = 4.06, p < .05, \eta^2 = .007, 1-\beta = .52$; satisfacción el trabajo $F(1,594) = 14.24, p < .001, \eta^2 = .023, 1-\beta = .96$; satisfacción con el ocio $F(1,594) = 14.46, p < .001, \eta^2 = .024, 1-\beta = .97$ y satisfacción con la salud $F(1,594) = 16.90, p < .001, \eta^2 = .028, 1-\beta = .98$. Los adultos puntuaron más alto en emociones positivas, dominio del entorno, propósito en la vida y auto-aceptación mientras que los jóvenes mostraban mayor crecimiento persona, satisfacción con los estudios, la salud y el ocio.

Cuando se analizaron las diferencias en bienestar en función de nivel de estudios se encontraron diferencias en las variables: emociones positivas $F(3,595) = 3.01, p < .05, \eta^2 = .015, 1-\beta = .71$; dominio del entorno $F(3,595) = 4.12, p < .01, \eta^2 = .020, 1-\beta = .85$; crecimiento personal $F(3,595) = 3.33, p < .05, \eta^2 = .017, 1-\beta = .76$; propósito en la vida $F(3,595) = 2.87, p < .05, \eta^2 = .014, 1-\beta = .69$; satisfacción con el ocio $F(3,595) = 5.81, p < .001, \eta^2 = .028, 1-\beta = .95$; satisfacción el trabajo $F(3,595) = 6.28, p < .01, \eta^2 = .031, 1-\beta = .97$ y satisfacción con la salud $F(3,595) = 10.18, p < .01, \eta^2 = .049, 1-\beta = .99$. Los análisis post-hoc con ajuste de Bonferroni indicaron que las personas con estudios universitarios mostraban más satisfacción con los estudios, la salud y con el ocio frente a las personas con estudios secundarios. Sin embargo las personas con estudios primarios mostraban mayor dominio del entorno y propósito en la vida que los estudios secundarios o de bachiller, pero menor satisfacción con la salud. Además las personas con estudios secundarios mostraban menor crecimiento personal, satisfacción con la salud, con el trabajo y con el ocio que las personas con estudios de bachiller.

En cuanto a las diferencias en bienestar en función de la situación laboral (Activo, desempleado y estudiante) se encontraron en: emociones positivas $F(2,562) = 5.89, p < .01, \eta^2 = .021, 1-\beta = .87$; satisfacción vital $F(2,562) = 7.42, p < .001, \eta^2 = .026, 1-\beta = .94$; dominio del entorno $F(2,562) = 4.62, p < .01, \eta^2 = .016, 1-\beta = .78$; crecimiento personal $F(2,562) = 7.38, p < .001, \eta^2 = .026, 1-\beta = .94$; relaciones positivas con los otros $F(2,562) = 4.75, p < .01, \eta^2 = .017, 1-\beta = .79$; propósito en la vida $F(2,562) = 5.71, p < .01, \eta^2 = .020, 1-\beta = .86$; auto-aceptación $F(2,562) = 4.27, p < .05, \eta^2 = .015, 1-\beta = .74$; satisfacción el trabajo $F(2,562) = 9.60, p < .001, \eta^2 = .033, 1-\beta = .98$; satisfacción con el ocio $F(2,562) = 3.75, p < .05, \eta^2 = .013, 1-\beta = .68$ y satisfacción con la salud $F(2,562) = 10.52, p < .001, \eta^2 = .036, 1-\beta = .99$. Los análisis post-hoc con ajuste de Bonferroni indicaron que las personas activas laboralmente mostraron más emociones positivas, propósito en la vida y auto-aceptación que los estudiantes. Además los activos y estudiantes informaron de más satisfacción vital, relaciones positivas con los otros y satisfacción con la salud que los desempleados. Las personas activas laboralmente mostraron más satisfacción con el trabajo que los desempleados y estudiantes; mientras que los estudiantes informaron de mayor crecimiento personal y satisfacción con el ocio.

Las personas con pareja mostraban mayor felicidad $F(1,591) = 9.52, p < .01, \eta^2 = .016, 1-\beta = .87$; satisfacción vital $F(1,591) = 16.36, p < .001, \eta^2 = .027, 1-\beta = .98$ propósito en la vida $F(1,591) = 5.89, p < .05, \eta^2 = .010, 1-\beta = .69$; auto-aceptación $F(1,591) = 3.99, p < .05, \eta^2 = .007, 1-\beta = .51$ y satisfacción con la pareja $F(1,591) = 163.82, p < .001, \eta^2 = .217, 1-\beta = .99$ que las que no tenían pareja.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Objetivo 3: Analizar si existen diferencias transculturales (México y España) en el nivel de bienestar subjetivo y psicológico

Los análisis *chi* cuadrado mostraron que ambos grupos culturales no eran homogéneos en las distintas variables sociodemográficas registradas: género ($\chi^2(1) = 46.25$; $p < .001$), edad ($\chi^2(1) = 164.63$; $p < .001$), estudios ($\chi^2(3) = 697.75$; $p < .001$), pareja ($\chi^2(1) = 81.28$; $p < .001$) y situación laboral ($\chi^2(2) = 179.29$; $p < .001$). Se ha tenido en cuenta el control de todas las variables sociodemográficas. En el grupo de México había una mayor proporción de mujeres, jóvenes, estudiantes universitarios y sin pareja que en el grupo de España.

Tabla 3. Diferencias de medias en bienestar subjetivo y psicológico entre México y España

	España N = 560		México N = 754		F	η^2
	Mean	(SD)	Mean	(SD)		
Felicidad	19.34	(3.9)	21.6	(4.3)	57.39***	.042
Emociones positivas	30.9	(7.7)	37	(6.3)	166.68***	.113
Emociones negativas	18.4	(7.2)	21.5	(6.8)	34.96***	.026
Satisfacción vital	23.8	(5.7)	26.6	(5.6)	45.82***	.034
Satisfacción con estudios	2.2	(.87)	2.7	(.85)	19.25***	.015
Satisfacción con pareja	3.1	(.95)	2.6	(1.07)	47.26***	.035
Satisfacción con salud	2.8	(.56)	2.7	(.88)	25.05***	.019
Satisfacción con ocio	2.1	(1.01)	2.5	(.95)	15.59***	.012
Autonomía	34.4	(5.6)	34	(6.6)	.77	.001
Dominio del entorno	26.7	(4.2)	27.9	(4.9)	16.74***	.013
Crecimiento personal	30.9	(4.6)	33.4	(5.3)	13.25***	.010
Relaciones positivas con los otros	26.3	(5.4)	26.5	(6.2)	3.42†	.003
Propósito en la vida	26.6	(4.7)	28.8	(5.5)	38.07***	.028
Auto-aceptación	25.6	(4.7)	27.9	(5.5)	35.74***	.027
Neuroticismo	22.6	(7.6)	18.3	(8.1)	88.50***	.062
Extraversión	28.8	(7.2)	32.1	(7.8)	33.17***	.024
Apertura a la experiencia	25.2	(7.4)	31.01	(7.3)	33.24***	.024
Cordialidad	29.3	(5.7)	30.3	(7.02)	4.17*	.003
Responsabilidad	31.03	(6.6)	32.1	(7.7)	13.23***	.010
Optimismo	14.9	(3.9)	16.2	(3.7)	21.66***	.016
Autoestima	31.7	(4.8)	33.3	(4.7)	20.58***	.015

Nota: † $p < .10$, * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Cuando se analizaron las diferencias en el bienestar subjetivo y psicológico entre ambas culturas se encontró que las personas mexicanas mostraban más felicidad, emociones positivas, emociones negativas, satisfacción vital, satisfacción con los estudios, satisfacción con el ocio, dominio del entorno, crecimiento personal, propósito en la vida y auto-aceptación que las españolas. Únicamente puntuaban más alto los participantes españoles en satisfacción con la pareja y con la salud. En las variables de personalidad también mostraron puntuaciones más altas los participantes mexicanos frente a los españoles, excepto en neuroticismo que fue mayor para las personas españolas.

Objetivo 4: Analizar la capacidad predictiva de las variables sociodemográficas y personales en el bienestar subjetivo y psicológico para la población española

En la Tabla 4 aparecen los predictores que entraron en el último paso en la ecuación de regresión para cada indicador de bienestar subjetivo en población española. La felicidad fue explicada principalmente por el optimismo y la extraversión aunque también contribuyeron a explicar hasta un 38% de su varianza el neuroticismo en sentido negativo, la autoestima y tener pareja sentimental [$F(6,625) = 64.44, p < .001, R^2$ ajustado = .38]. La satisfacción vital fue predicha principalmente por la autoestima y el optimismo, seguida de neuroticismo, extraversión, responsabilidad y tener pareja, explicando un 35% de la varianza [$F(6, 626) = 58.41, p < .001, R^2$ ajustado = .35]. Las emociones positivas eran explicadas por la responsabilidad, la extraversión, autoestima y el optimismo, aunque también resultaron significativas la apertura a la experiencia, y la situación laboral [$F(8, 608) = 28.79, p < .001, R^2$ ajustado = .27]. En el caso de las emociones negativas, los principales predictores el fueron el neuroticismo y la autoestima [$F(4, 601) = 47.79, p < .001, R^2$ ajustado = .24].

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Tabla 4. Resumen final del modelo de regresión paso a paso de las variables personales sobre el bienestar subjetivo

Variable	R ² adj.	β	F
VD: <i>Felicidad</i>	.38		64.44***
Pareja sentimental		-.08*	
Neuroticismo		-.15***	
Extraversión		.20***	
Apertura a la experiencia		.04	
Optimismo		.26***	
Autoestima		.16***	
VD: <i>Satisfacción vital</i>	.35		58.41***
Pareja sentimental		-.10**	
Neuroticismo		-.13***	
Extraversión		.10**	
Responsabilidad		.10*	
Optimismo		.23***	
Autoestima		.22***	
VD: <i>Emociones Positivas</i>	.27		28.80
Situación laboral		-.09*	
Nivel de estudios		.04	
Extraversión		.17***	
Responsabilidad		.18***	
Apertura a la experiencia		.14***	
Neuroticismo		-.03	
Optimismo		.13**	
Autoestima		.13**	
VD: <i>Emociones negativas</i>	.24		47.80
Neuroticismo		.28***	
Cordialidad		-.07	
Autoestima		-.18***	
Optimismo		-.11*	

Nota: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En la tabla 5 se muestran los predictores de cada indicador de bienestar psicológico. Los principales predictores de la autonomía fueron el neuroticismo y la autoestima, seguido de la apertura a la experiencia, la responsabilidad y la edad [$F(8, 674) = 44.13, p < .001, R^2$ ajustado = .34]. El dominio del entorno fue explicado por la responsabilidad y la autoestima y en menor medida por neuroticismo, extraversión y optimismo [$F(6, 616) = 88.34, p < .001, R^2$ ajustado = .46]. El crecimiento personal dependía de la edad y el género, pero la autoestima y la apertura a la experiencia fueron los principales predictores [$F(8, 609) = 48.86, p < .001, R^2$ ajustado = .38]. Las relaciones positivas con los otros también se explicaron por la edad y el género, aunque

el mayor peso lo tuvo la extraversión y la autoestima [$F(7, 609) = 59.30, p < .001, R^2$ ajustado = .40]. El propósito en la vida tenía relación principalmente con la responsabilidad y la autoestima [$F(9, 613) = 76.41, p < .001, R^2$ ajustado = .52]. La auto-aceptación fue explicada principalmente por la autoestima y el neuroticismo [$F(6, 614) = 127.98, p < .001, R^2$ ajustado = .55].

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Tabla 5. Resumen final del modelo de regresión paso a paso de las variables personales sobre el bienestar psicológico

Variables	R ² adj.	β	F	Variables	R ² adj.	β	F
VD: <i>Autonomía</i>	.30		38.01	VD: <i>Relaciones positivas con otros</i>	.40		59.30
Edad		.11**		Genero		.10*	
Nivel de estudios/trabajo		.01		Edad		-.10*	
Neuroticismo		-.25***		Extraversión		.31***	
Apertura a la experiencia		.17***		Neuroticismo		-.12**	
Responsabilidad		.11**		Cordialidad		.15***	
Extraversión		.07*		Autoestima		.22***	
Cordialidad		-.07*		Optimismo		.10*	
Autoestima		.21***					
VD: <i>Dominio del entorno</i>	.45		88.34	VD: <i>Propósito en la vida</i>	.52		76.41
Situación laboral		.01		Situación laboral		-.01	
Responsabilidad		.30***		Pareja sentimental		.004	
Neuroticismo		-.15***		Responsabilidad		.40***	
Extraversión		.10**		Extraversión		.11***	
Autoestima		.30**		Neuroticismo		.01	
Optimismo		.10*		Cordialidad		.05*	
				Apertura a la experiencia		.03	
				Autoestima		.30***	
				Optimismo		.15***	
VD: <i>Crecimiento personal</i>	.40		48.86	VD: <i>Auto-aceptación</i>	.55		127.98
Edad		-.20***		Pareja sentimental		.00***	
Genero		.12***		Neuroticismo		-.22***	
Extraversión		.15***		Extraversión		.17***	
Apertura a la experiencia		.26***		Responsabilidad		.16***	
Responsabilidad		.12**		Autoestima		.34***	
Cordialidad		.10*		Optimismo		.11**	
Autoestima		.20***					
Optimismo		.10*					

Nota: * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

5 DISCUSIÓN

El objetivo de esta investigación fue identificar la contribución de las variables sociodemográficas y de personalidad al bienestar subjetivo y psicológico en población Española y Mexicana. En este trabajo nos interesaba identificar si existían diferencias en los determinantes del bienestar en ambas sociedades, que aunque comparten aspectos similares, tales como el idioma y una historia común que ha hecho que mantengan relaciones diplomáticas cercanas, pero que se caracterizan, en el caso de México por ser una cultura más colectivista formada por grupos cohesivos más fuertes, mientras que en la cultura española, los lazos entre las personas parecen menos intensos, estando más influenciados por los condicionantes de las sociedades individualistas (Hofstede, 1999).

El primer objetivo planteado fue analizar el peso de la satisfacción en distintas áreas vitales en el bienestar subjetivo y psicológico. El análisis de regresión indicó que la satisfacción en diferentes dominios vitales –pareja, estudios/trabajo, ocio y salud– fueron relevantes para la felicidad, la satisfacción vital y el bienestar global de ambas poblaciones implicadas en este estudio. Los hallazgos de la investigación previa señalan el carácter multidimensional del bienestar, que incluye tanto la satisfacción con los aspectos vitales propios de cada individuo (Palomar, 2005) como las relaciones familiares, la autorrealización con el trabajo, las relaciones sociales, la salud, la libertad y los valores personales (Layar, 2005). En nuestro estudio se encontró que la satisfacción en las cuatro áreas vitales, pareja, estudios/trabajo, salud y ocio explicaban un mayor porcentaje de varianza para los participantes mexicanos que para los españoles. En ambos grupos culturales, la satisfacción con la pareja fue el predictor más potente del bienestar subjetivo. De modo que, existe cierto acuerdo en que la satisfacción con la vida, y otros indicadores del bienestar subjetivo según nuestros

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

resultados, parecen depender de áreas como la familiar/pareja, laboral y ocio o tiempo libre (Rojas y Elizondo-Lara, 2012).

Sin embargo, en el caso del bienestar psicológico la satisfacción con la pareja fue el principal predictor para los españoles, mientras que para los mexicanos fue la satisfacción con los estudios/trabajo. Se debe tener en cuenta que el 78.2% de la población española frente al 59.2% de los participantes mexicanos tenía pareja. Tal vez, tener una relación sentimental ha podido funcionar como fuente de apoyo social y, nuestros resultados indicaron que puede tener efectos en la autorrealización y desarrollo de las personas –españolas- desde un punto de vista eudaimónico. Sin embargo, la población mexicana que participó en esta investigación era más joven y en su mayoría estaba estudiando una carrera universitaria, por lo que su bienestar eudaimónico estuvo más asociado a la satisfacción con los estudios. Por otra parte, tanto en la población española como en la mexicana, el área que tuvo un menor nivel predictivo fue la satisfacción con la salud, probablemente debido a que en ambas culturas la edad media estuvo por debajo de los 40 años y eran personas sanas.

El segundo objetivo que nos planteamos fue analizar si existían diferencias en bienestar en función de distintas variables sociodemográficas para españoles y mexicanos. Los resultados indicaron que, en España, los hombres mostraban más bienestar subjetivo –emociones positivas y satisfacción con la pareja y el ocio- que las mujeres y éstas más bienestar psicológico –crecimiento personal y relaciones positivas con los otros-. En México, también los hombres tuvieron más emociones positivas y las mujeres más relaciones positivas con los otros, pero además los hombres mexicanos informaron de más autonomía que las mujeres y ellas señalaban tener más felicidad y satisfacción vital que los hombres. De modo que en nuestro estudio se obtienen datos que contradicen la investigación previa acerca de que las mujeres expresan en mayor

95

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

medida, tanto las emociones positivas como negativas, informando de mayor felicidad y satisfacción vital que los hombres (Wood, Rhodes y Whelan, 1989). Los resultados de nuestro trabajo señalan que los hombres muestran más emociones positivas que las mujeres. En relación al bienestar psicológico, algunos trabajos van en la misma dirección, encontrando mayor crecimiento personal (Marrero y Carballeira, 2012) y relaciones positivas con los otros (Ryff y Keyes, 1995) y menor autonomía en las mujeres comparadas con los hombres (Lindfors et al., 2006; Zubieta et al, 2012).

Por otro lado, la edad mostró una asociación similar con el bienestar subjetivo y psicológico en ambas culturas. Las personas mayores mostraron más emociones positivas, dominio del entorno, propósito en la vida y auto-aceptación, mientras que los jóvenes informaron de mayor crecimiento personal. Además, en la población mexicana, los adultos tuvieron mayor satisfacción vital y autonomía y los jóvenes informaron de más emociones negativas. Vera-Noriega y Rodríguez (2007) informan que existe una relación en forma de “U” invertida entre el bienestar y la edad. De modo que los jóvenes y los mayores son los que informan de mayor satisfacción con la vida y más emociones positivas, aunque también señalan que la expresión de emociones y la percepción social de la felicidad disminuye en los participantes de más edad. En nuestro estudio, los participantes adultos (31 – 84 años), tanto en la población española como en la mexicana, mostraron más emociones positivas, satisfacción vital y dominio del entorno, por lo que parece que se apoya el planteamiento de un mayor control emocional a mayor edad (Gross, Carstensen, Pasupathi, Tsai, Gøtestam-Skorpen y Hsu, 1997). Los mecanismos que han sido esgrimidos para explicar este mayor bienestar a mayor edad han sido que las personas de mayor edad evalúan y recuerdan menos acontecimientos pasados de valencia emocional negativa que los adultos jóvenes, aunque estas diferencias eran más pequeñas cuando informaban de emociones negativas

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

diarias (Charles, Piazza, Mogle, Urban, Sliwinski y Almeida, 2015). Por otro lado, autores como Bruine de Bruin, Parker y Strough (2016) han encontrado que los adultos mayores son más felices, dado que emplean estrategias de toma de decisión en la que optan por una alternativa que parece suficientemente buena, en lugar de esperar o pretender escoger la mejor opción. Por otra parte, también las emociones han mostrado estar asociadas a los valores, entendidos como aquellos principios que sirven como guía en la vida de las personas (Gouveia et al., 2010; Schwartz, 1992, 2006) y estos valores pueden sufrir cambios con la edad.

Con respecto al nivel de estudios, se encontró que incidía de manera diferencial en mexicanos y españoles. En México, tener estudios universitarios se asociaba a mayor bienestar subjetivo –felicidad, satisfacción vital y emociones positivas- y mayor bienestar psicológico –crecimiento personal, relaciones positivas con los otros, propósito en la vida y auto-aceptación-. Sin embargo, en España los resultados no siguieron un patrón consistente de incremento del bienestar en función del nivel educativo. Los universitarios mostraron más emociones positivas y mayor satisfacción en dominio vitales pero las personas con estudios primarios o secundarios mostraron mayor dominio del entorno, propósito en la vida o crecimiento personal que las de bachiller. Probablemente, en España haya más variabilidad en el tipo de recursos con los que puede contar una persona independientemente de su nivel educativo, mientras que en México los estudios parecen dar acceso a otras condiciones de vida que incrementan el bienestar.

En cuanto a la situación laboral se asoció de modo similar al bienestar en población mexicana y española. Las personas activas mostraron más emociones positivas, propósito en la vida y auto-aceptación que los estudiantes. De modo que el empleo y contar con tasas más altas de ingresos estaría redundando en una mayor felicidad

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

(Cuñaado y Pérez de Gracia, 2012). Además, en nuestro estudio las personas activas y estudiantes, mexicanas y españolas, indicaron tener más satisfacción vital y relaciones positivas con los otros que las desempleadas. En el caso de los mexicanos también se encontró que las personas activas mostraban mayor autonomía y dominio del entorno que los estudiantes y desempleados y menos emociones negativas que los estudiantes. Algunos estudios con personas trabajadoras, en México, han obtenido niveles altos de bienestar global, independientemente del bienestar laboral de estas (Díaz y González, 2011; Fuentes y Rojas, 2001; Rojas, 2007). El bienestar puede depender en parte de los ingresos económicos asociados al trabajo, pero principalmente dependerá de la percepción subjetiva y de la condición socioeconómica de la nación. Aunque algunas investigaciones sugieren que las personas con un mayor acceso a recursos económicos tienen una mayor predisposición hacia el individualismo, que las personas con escaso acceso a dichos recursos, estas últimas revelan una mayor orientación hacia la interdependencia (Freeman, 1997; Krauss, Piff, Mendoza-Denton, Rheinschmidt y Keltner, 2012; Mendoza, Fernández y Páez, 2005). Así mismo, Vera-Villarroel et al. (2012) indican que puede existir un efecto inverso de modo que sea la satisfacción vital la que promueva la conformidad con el salario y con el trabajo.

Por último, en ambas culturas tener pareja se asociaba a mayor felicidad, satisfacción vital y propósito en la vida. La investigación previa ya había mostrado asociaciones entre estado civil y bienestar subjetivo (Argyle, 1999; Myers y Diener, 1995). Rivera, Cruz y Muñoz (2011) también han encontrado que las relaciones amistosas y la satisfacción en el matrimonio promueven la satisfacción vital. Nuestro estudio apunta que, además, existe relación entre tener pareja y una de las dimensiones del bienestar psicológico, el propósito en la vida. El apoyo social que supone la pareja promovería que las personas se tracen metas y objetivos significativos a medio y largo

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

plazo. Por otra parte, en la muestra española, la pareja se asoció a mayor auto-aceptación. También, otros autores han encontrado mayor bienestar en las personas casadas frente a las no casadas (Vanassche, Swicegood, y Matthijs, 2013), y esta relación aparece en mayor medida en sociedades colectivistas que en individualistas (Diener, Gohm, Suh, & Oishi, 2000).

El tercer objetivo de esta investigación consistió en analizar las diferencias en bienestar subjetivo y psicológico entre los participantes de México y España. Las personas mexicanas mostraban mayor bienestar subjetivo -felicidad, emociones positivas, emociones negativas, satisfacción vital, satisfacción con los estudios y satisfacción con el ocio- así como mayor bienestar psicológico -dominio del entorno, crecimiento personal, propósito en la vida y auto-aceptación- que las españolas. Los participantes procedentes de España puntuaban más alto en satisfacción con la pareja y con la salud. La investigación transcultural previa ha mostrado que existen diferencias en los niveles de bienestar subjetivo entre distintos grupos culturales y que, en gran medida, estas diferencias dependen de la estructura individualista o colectivista de la cultura (Diener, 2000; Inglehart, 1990; Rice y Steele 2004; Veenhoven, 2007). Según Veenhoven (2012), la felicidad promedio de las naciones, en los años de 2000-2009, medida en una escala de 0-10, sitúan a México en el rango superior del mundo. En el último informe mundial de la Felicidad que abarca los años 2014-2016 (Helliwell, Layard y Sachs, 2017), en el que se incluyeron además de medidas de bienestar subjetivo algunas variables relacionadas con las condiciones de vida (percepción de corrupción, libertad de elección o expectativas de vida saludable al nacer), México se situó en el lugar 25 de los 155 países que se incluyeron en el estudio, obteniendo una media de 6.58 en felicidad.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Ranking de Felicidad a nivel mundial

Dinamarca	8.4
Suecia	8.2
Suiza	8.1
México	7.9
EEUU	7.6
España	7.2
Francia	6.6
Japón	6.5
Rusia	5.5
Zimbabwe	3.1

Fuente: World Database of Happiness: Happiness in Nations (Veenhoven, 2012)

Díaz-Guerrero y Díaz-Loving (1992) señalan que las características sociales y afectivas son más importantes para la definición del yo en México, lo cual concuerda con una orientación hacia la interdependencia o el colectivismo. Algunos autores indican que esa tendencia al sacrificio personal en favor del bienestar de un grupo, como la familia o un grupo religioso, puede ser considerado sumamente positivo en algunas culturas (Del Águila, 2005).

Inglehart y Welzel (2005), en su teoría de la modernización, explican que a medida que los países se desarrollan económica y educativamente aparece una tendencia a desarrollar una mayor preferencia por valores de tipo individualista como la autonomía y la autoexpresión. Sin embargo, según los resultados obtenidos en nuestro estudio, parece que los valores colectivistas, como los que muestran la sociedad mexicana, resultan más beneficiosos para el bienestar de las personas que los individualistas. Algunos autores señalan que las sociedades colectivistas muestran mayor bienestar en la medida en que se sienten integradas en un grupo de pertenencia, lo que puede llevar a una estructura social más segura (Díaz y González, 2011).

El último objetivo de esta investigación consistió en identificar las características personales que se relacionan en mayor medida con el bienestar subjetivo y psicológico

de las personas mexicanas y españolas y el peso relativo de estas frente a variables sociodemográficas. Los resultados indicaron que los factores personales incidían en mayor medida en el bienestar que los factores sociodemográficos para ambas culturas.

No obstante, se encontraron algunas diferencias en la capacidad predictiva de las distintas variables en función de la cultura. Además, el porcentaje de varianza explicado por las variables sociodemográficas y personales de ambos tipos de bienestar fue mayor para la población mexicana que para la española. Las diferencias más acusadas se encontraron en el bienestar subjetivo, principalmente en las emociones positivas y negativas.

Por lo que respecta a la felicidad, se encontró que el principal predictor en ambas culturas fue la extraversión pero en la muestra de españoles también tuvo un peso importante el optimismo, y en la de mexicanos la autoestima. Francis, Brown, Lester y Philipchalk (1998) mantienen que la felicidad se asocia a la extraversión ya que involucra valores como la amistad y la sociabilidad. Por otra parte, en las culturas colectivistas la motivación de logro está orientada socialmente, por lo que la autoestima del individuo puede estar asociada a la identificación grupal (Triandis, 1998). Además, en nuestro estudio, hubo diferencias en las variables sociodemográficas que incidieron en la felicidad de ambas culturas, en México el nivel de estudios explicaba parte de la varianza de felicidad, mientras que en España el hecho de tener pareja.

En el caso de la satisfacción vital en ambas poblaciones la autoestima y el optimismo fueron los principales predictores. Diener y Chan (2011) encuentran que índices altos de satisfacción con la vida se asocian a estrategias de afrontamiento más adaptativas orientadas a la solución de los problemas, lo que tal vez pudiera estar incidiendo en un mayor sentido de competencia y, a su vez, repercutir en la autoestima.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Del mismo modo algunos estudios han encontrado que aparece una relación positiva entre optimismo y satisfacción con la vida (Chang y Sanna, 2003; Marrero y Carballeira, 2010).

Cuando se analizaron los predictores de las emociones positivas se encontró que la extraversión era un predictor importante, tanto en españoles como en mexicanos. De hecho estudio previos han encontrado que las emociones positivas correlacionan positivamente con la extraversión (Costa y McCrae, 1980; Watson y Clark, 1992). Además, para las personas mexicanas el principal predictor fue el optimismo y para las españolas fue la responsabilidad. De modo que parece que la actitud positiva es más importante para experimentar emociones positivas en población mexicana quizá para neutralizar la situación que puede estar viviendo el país, mientras que para la población española experimentar emociones positivas podría ser fruto del esfuerzo y la dedicación que supone el rasgo de la responsabilidad. También aparecían diferencias entre ambas culturas en las variables sociodemográficas implicadas en las emociones positivas, para los españoles la situación laboral se asociaba a estas emociones y para los mexicanos el género.

Del mismo modo, existe cierta concordancia en los predictores que explican las emociones negativas. En ambas culturas, las emociones negativas fueron predichas por el neuroticismo. Trabajos previos ya habían informado de una correlación entre emociones negativas y neuroticismo (Costa y McCrae, 1980; Watson y Clark, 1992). Las personas que puntúan alto en neuroticismo se caracterizan por una preocupación constante y un sesgo hacia los acontecimientos negativos lo que retroalimenta esa preocupación y genera sintomatología ansiosa y depresiva (Costa y McCrae, 1980). Larsen y McKibban (2008) encontraron que dirigir el pensamiento a situaciones negativas correlaciona negativamente con la felicidad.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

En general, los resultados coinciden con la investigación previa que ha encontrado que la extraversión, el neuroticismo y la autoestima han mostrado estar asociadas al bienestar subjetivo en distintas culturas (Diener, Oishi y Lucas, 2003). En nuestro estudio, la responsabilidad fue otra de las características personales vinculada al bienestar subjetivo de ambos grupos de mexicanos y españoles.

Las características personales que predecían los distintos indicadores bienestar psicológico también coincidían entre las dos muestras de mexicanos y españoles. En el caso de la autonomía, las variables que tuvieron mayor relevancia en ambas poblaciones fueron neuroticismo y autoestima. Estos resultados coinciden con los encontrados por Diener (1994) que indica que la autoestima es uno de los predictores de bienestar psicológico. Sin embargo, llama la atención que el optimismo fue un predictor negativo de autonomía para las personas mexicanas, mientras que para las españolas el optimismo no formaba parte de la ecuación de regresión. Quizá los participantes mexicanos estén presentando un optimismo irrealista que pueda estar reflejando una creencia en que los logros van a estar más vinculados al azar que a la capacidad del individuo generando cierta dependencia del entorno y una menor autonomía. Aunque también podría ser explicado por el hecho de que México, precisamente, es una sociedad colectivista en la que el individuo no se entiende sin la existencia de su grupo de referencia. No obstante, habría que seguir investigando sobre esta cuestión.

En las dos diferentes muestras, el dominio del entorno fue explicado principalmente por la responsabilidad, aunque para los participantes de España la autoestima también tuvo un peso importante y para los de México el otro predictor más potente fue el neuroticismo. En el estudio realizado por Schmutte y Ryff (1997) también se encontró que una alta responsabilidad y bajo neuroticismo, así como la extraversión, se asociaban a dominio sobre el entorno, propósito en la vida, auto-aceptación y relaciones positivas

103

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

con los otros. Además, en nuestro estudio, las variables sociodemográficas no se asociaron al dominio del entorno para la muestra española, mientras que para la mexicana una mayor edad predecía mayor dominio.

En cuanto al crecimiento personal mostraba una mayor asociación con apertura a la experiencia y autoestima en los dos grupos culturales. Estos resultados son consistentes con los encontrados por otros autores (Anglim y Grant, 2016; Marrero y Carballeira, 2012; Schmutte y Ryf, 1997). Sin embargo, hubo diferencias entre ambas culturas en el papel de las variables sociodemográficas, las personas mexicanas con mayor nivel de estudios mostraban mayor crecimiento personal y las españolas con menor edad y de género femenino informaban de un crecimiento mayor.

Las relaciones positivas con los otros en la población mexicana y española fue predicha por las mismas características personales, con un mayor peso de la extraversión y la autoestima. El optimismo también tuvo un peso negativo en las relaciones positivas con los otros para las personas mexicanas. Las características sociodemográficas mostraron un peso diferencial en ambas culturas. Del mismo modo que el crecimiento personal, para los participantes mexicanos las relaciones positivas con los otros se asociaron a mayor nivel de estudios y para los españoles a la juventud y ser mujer.

Otro de los indicadores de bienestar que se estudió fue el propósito en la vida, el cual fue predicho por la responsabilidad y la autoestima en las dos culturas. Algunos autores indican que posiblemente la capacidad de dotar a la propia vida de sentido y significado se beneficie de los aspectos más saludables de los rasgos de personalidad (Augusto-Landa et al., 2010; Siegler y Brummet, 2000; Keyes et al., 2002). Nuevamente, las muestras de españoles y mexicanos se diferenciaron en las variables

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

sociodemográficas implicadas en el propósito en la vida, para las personas de México estar activo laboralmente determinó en parte esas metas vitales.

Por último, las variables personales que explicaban la auto-aceptación fueron similares para ambos grupos culturales, con una mayor incidencia de la autoestima y el neuroticismo. Según Schmutte y Ryff (1997), es posible que algunos aspectos del neuroticismo lleve a algunos individuos a buscar soluciones a sus conflictos internos y a progresar y desarrollarse en este proceso. Además, tener pareja contribuyó a la auto-aceptación de los participantes españoles, mientras que ninguna de las variables sociodemográficas incluidas en este estudio resultaron significativas para la auto-aceptación del grupo de mexicanos.

En suma, este trabajo ha permitido corroborar la relevancia de los factores personales en el bienestar subjetivo y psicológico de la población mexicana y española. Los resultados indicaron que los predictores de los distintos indicadores de bienestar son similares para ambas culturas, apuntando la universalidad del constructo bienestar. Aunque, en líneas generales, nuestra investigación apunta que el bienestar subjetivo y psicológico son consistentes en ambas culturas, sin embargo, puede haber patrones únicos que no sean comparables y que requieran de una mayor comprensión del bienestar en cada cultura (Tov y Diener, 2007). De hecho, el bienestar subjetivo de las personas mexicanas se explicaba en mayor medida por las características personales incluidas en nuestro estudio que el de las españolas. Además, se encontraron ciertas diferencias en las variables sociodemográficas que incidían en el bienestar subjetivo y psicológico, aunque estas diferencias pudieron deberse a que ambos grupos no fueron homogéneos en las dimensiones registradas. Este estudio también corroboró los resultados encontrados en otros trabajos acerca del mayor bienestar que informan los habitantes de México frente a otros países europeos. De modo, que no sólo el bienestar

105

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

subjetivo es mayor en mexicanos sino también el bienestar psicológico. Estudios recientes han encontrado que la cultura tiene un cierto efecto en el bienestar subjetivo de los individuos, ya que personas que emigran a otros países con mayor bienestar mantienen niveles de satisfacción vital similares a los obtenidos en su país de nacimiento a través de distintas generaciones (Hajdu y Hajdu, 2016).

A pesar de la consistencia entre los resultados encontrados y los que informa la literatura previa, no se debe olvidar que esta investigación presenta diversas limitaciones. En primer lugar, ha participado una muestra de conveniencia que en el caso de los mexicanos estuvo compuesta mayoritariamente por jóvenes, mujeres y personas con estudios universitarios, lo que no corresponde a la realidad del país y limitada la generalización de los resultados. En segundo lugar, el diseño de la investigación no permite establecer relaciones causales, por lo que podría ser la personalidad el antecedente del bienestar o viceversa. Recientemente se ha probado que existe una relación bidireccional entre bienestar subjetivo y personalidad (Soto, 2015), así como que las características personales se modifican a lo largo del ciclo vital y estas variaciones están más asociadas a cambios en el bienestar psicológico (Osafou-Hounkpatin, Wood, Boyce, & Dunn, 2015). En último lugar, la metodología empleada no nos ha permitido comparar si existen diferencias significativas entre los distintos predictores que explican el bienestar subjetivo y psicológico de ambos grupos culturales para identificar qué factores están incidiendo en el mayor bienestar encontrado en México frente a España.

En el futuro podría ser de interés continuar investigando estas diversas cuestiones, así como, incluir otras características personales, valores y creencias, recursos de apoyo social, estrategias de afrontamiento o estilos de humor que pudieran predecir la elección de determinados entornos y/o situaciones que incrementen el bienestar.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

6 CONCLUSIONES

El presente estudio contribuyó a la comprensión de las diferencias culturales existentes entre dos poblaciones –mexicana y española- consideradas colectivistas e individualistas, respectivamente. En general, los resultados indicaron que existen más similitudes que diferencias entre ambas culturas. La contribución de las variables sociodemográficas y de las variables de personalidad al bienestar subjetivo y psicológico de las distintas poblaciones siguió el mismo patrón.

En el estudio donde se analizó el peso de la satisfacción en las distintas áreas vitales sobre el bienestar subjetivo y psicológico indicó que los diferentes dominios son muy importantes para la felicidad, la satisfacción vital y el bienestar global de estas dos culturas. La satisfacción con la pareja fue el predictor más potente del bienestar subjetivo para ambos grupos de españoles y mexicanos. En el bienestar psicológico global se encontraron ligeras diferencias entre ambas culturas, la satisfacción con la pareja fue el principal predictor para la muestra de españoles, mientras que para la mexicana fue la satisfacción con los estudios/trabajo.

Además, se abordó la existencia de diferencias en bienestar en función de distintas variables sociodemográficas en cada grupo cultural. Efectivamente, el nivel de bienestar dependía, en cierto modo, de las variables sociodemográficas, género, edad, nivel de estudios, tener pareja y situación laboral. En ambas culturas mostraban mayor bienestar subjetivo y psicológico aquellas personas con mayor edad, que tenían estudios superiores (aunque en España el patrón era más inconsistente), que contaban con pareja y que estaban activas laboralmente. El género parecía tener un efecto diferencial en función de la cultura. En España, las mujeres mostraron más bienestar psicológico y menos bienestar subjetivo que los hombres y en México el patrón fue inverso, las

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

mujeres mostraban más bienestar subjetivo. En ambas culturas, los hombres informaban de más emociones positivas

También en este estudio se analizaron las diferencias en bienestar subjetivo y psicológico entre los dos grupos culturales. Los resultados claramente indicaron que los participantes mexicanos mostraban mayor bienestar subjetivo (felicidad, emociones positivas, emociones negativas, satisfacción vital, satisfacción con los estudios y satisfacción con el ocio), y mayor bienestar psicológico (dominio del entorno, crecimiento personal, propósito en la vida y auto-aceptación), que los españoles. Las personas procedentes de España solo puntuaban más alto en satisfacción con la pareja y con la salud.

Finalmente, en este estudio se identificaron las características personales que se relacionaban en mayor medida con el bienestar subjetivo y psicológico de personas mexicanas y españolas y su peso frente a variables sociodemográficas. Los resultados indicaron que los factores personales incidían en mayor medida en el bienestar que los factores sociodemográficos. Aunque los predictores personales del bienestar subjetivo fueron similares para ambas culturas –extraversión, autoestima, neuroticismo y responsabilidad- se encontraron algunas diferencias en los predictores sociodemográficos. Así por ejemplo, en México la felicidad fue explicada por el nivel de estudios y en España por el hecho de tener pareja. Además, el bienestar subjetivo de los participantes mexicanos fue mejor explicado por las variables incluidas en este estudio que el de los españoles. Del mismo modo, el bienestar psicológico se explicaba por similares características personales para ambas culturas pero su importancia dependió del indicador de bienestar objeto de estudio. El neuroticismo y la extraversión explicaban mayor proporción de varianza de autonomía, dominio del entorno y auto-aceptación. La extraversión y la autoestima fueron los predictores más potentes de las

108

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

relaciones positivas con los otros; la responsabilidad y la autoestima del propósito en la vida; y la apertura a la experiencia y la autoestima del crecimiento personal. Las variables sociodemográficas que incidían en el bienestar psicológico sí se comportaron de manera diferencial entre ambos grupos culturales debido posiblemente a que los grupos no eran homogéneos en dichas características sociodemográficas.

En general, aunque las características de personalidad han explicado una variabilidad significativa del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana y española y parecen tener un carácter universal, es posible que las circunstancias vitales, tanto factores objetivos como aspectos más subjetivos de cada sociedad, pueden estar explicando ciertas diferencias en esos niveles medios de bienestar que aparecen entre personas mexicanas y españolas. De ahí la necesidad de continuar investigando en el futuro cuáles podrían ser esas circunstancias vitales. La identificación de esos factores asociados a un mayor bienestar tiene importantes implicaciones en la implementación de programas de intervención que incorporen características personales modificables, como puede ser la autoestima, o que entrenen en habilidades y/o recursos para acceder a mejores condiciones de vida, que promuevan en última instancia el bienestar de los individuos.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

7 REFERENCIAS

Ahn, N. y Mochon, F. (2010). La felicidad de los españoles: Factores explicativos. (Some Determinants of Happiness among the Spanish People. With English summary.). *Revista de Economía Aplicada*, 18(54), 5-31. http://www.revecap.com/revista/numeros/54/pdf/ahn_mochon.pdf

Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Interamerican Journal of Psychology*, 40(1), 95-102. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rip/v40n1/v40n1a10.pdf>

Alkire, S. (2002). Dimensions of human development. *World development*, 30(2), 181-205. [https://doi.org/10.1016/S0305-750X\(01\)00109-7](https://doi.org/10.1016/S0305-750X(01)00109-7)

Alaminos, A., y López, B. (2009). La medición del desarrollo social. https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/13390/1/Obets_4_02.pdf

Allport, G. (1961). Pattern and growth in personality.

Andrews, F., y Withey, S. (1974). Developing measures of perceived life quality: Results from several national surveys. *Social Indicators Research*, 1(1), 1-26. DOI: 10.1007/BF00286419

Anglim, J., y Grant, S. (2016). Predicting psychological and subjective well-being from personality: Incremental prediction from 30 facets over the Big 5. *Journal of Happiness studies*, 17(1), 59-80. DOI: 10.1007/s10902-014-9583-7

Anguas-Plata, A. (2005). Bienestar subjetivo en México: un enfoque etnopsicológico. *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México*, 167.

Antonovsky, A. (1979). Health, stress, and coping.

Aranda, G., Carmona, S., Quijano, L., Reyes, L., y Sierra, M. (2017). Bienestar psicológico y satisfacción sexual en personas de 40 a 70 años de edad/Psychological well-being and sexual satisfaction in people aged 40 to 70. *RICSH Revista*

Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas, 6(11), 188-210.

<http://ricsh.org.mx/index.php/RICSH/article/download/115/619>

Argyle, M. (1992). *La psicología de la felicidad*. Alianza Editorial.

Argyle, M. (1993). *Psicología y la calidad de vida*. Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.

Argyle, M. (2001). Emotional stability as a major dimension of happiness. *Personality and individual differences*, 31(8), 1357-1364.

Arita, B. (2005). Satisfacción por la vida y teoría homeostática del bienestar. *Psicología y Salud*, 15(1), 121-126.
<http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/826/1501>

Avia, M. y Vázquez, C. (1999). Optimismo Inteligente. <http://www.psychologyinspain.com/content/full/2003/full.asp?>

Aspinwall, L., y Staudinger, U. (2003). *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology*. American Psychological Association.

Augusto Landa, J., Martos, M., y Lopez-Zafra, E. (2010). Emotional intelligence and personality traits as predictors of psychological well-being in Spanish undergraduates. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 38(6), 783-793. DOI: <https://doi.org/10.2224/sbp.2010.38.6.783>

Baard, P., Deci, E., y Ryan, R. (2004). Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings. *Journal of applied social psychology*, 34(10), 2045-2068. DOI: 10.1111/j.1559-1816.2004.tb02690.x

Banda, A. y Morales, M. (2012). Calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 17(1), 29-43.
<http://www.cneip.org/documentos/3.pdf>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*, 84(2), 191.

Ben-Ari, A., y Gil, S. (2004). Well-being among minority students: The role of perceived social support. *Journal of Social work*, 4(2), 215-225.

<http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1468017304045510>

Benvin, E., Rivera, E., y Tromben, V. (2016). Propuesta de un indicador de bienestar multidimensional de uso del tiempo y condiciones de vida aplicado a Colombia, el Ecuador, México y el Uruguay. *Revista CEPAL*. http://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40033/RVE118_Benvin.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Beristain, C., y Dona, G. (1999). *Reconstruir el tejido social: un enfoque crítico de la ayuda humanitaria* (Vol. 146). Icaria Editorial.

Berry, J. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied psychology*, 46(1), 5-34. DOI: 10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x

Berry, J. (2001). A psychology of immigration. *Journal of social issues*, 57(3), 615-631.

Berry, J., Phinney, J., Sam, D., y Vedder, P. (2006). Immigrant youth: Acculturation, identity, and adaptation. *Applied psychology*, 55(3), 303-332.

Bierman, A., Fazio, E. y Milkie, M. (2006). A multifaceted approach to the mental health advantage of the married assessing how explanations vary by outcome measure and unmarried group. *Journal of Family Issues*, 27(4), 554-582. <http://doi:10.1177/0192513X05284111>

Biswas y Diener, R. (2008). Material wealth and subjective well-being. *The science of subjective well-being*, 307-322.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Bogg, T. y Vo, P. (2014). Openness, neuroticism, conscientiousness, and family health and aging concerns interact in the prediction of health-related Internet searches in a representative U.S. sample. *Frontiers in Psychology*, 5, 370. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00370>

Bokhorst, C., Sumter, S., y Westenberg, P.(2010). Social support from parents, friends, classmates, and teachers in children and adolescents aged 9 to 18 years: Who is perceived as most supportive?. *Social development*, 19(2), 417-426.
DOI: 10.1111/j.1467-9507.2009.00540.x

Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
http://www.norc.org/PDFs/publications/BradburnN_Struc_Psych_Well_Being.pdf

Branden, N. (2000). *La psicología de la autoestima*. São Paulo, Saraiva.

Bretones, F. y Gonzalez, M. (2011). Subjective and occupational well-being in a sample of Mexican workers. *Social Indicators Research*, 100(2), 273-285.
<http://doi:10.1007/s11205-010-9616-5>

Bruine de Bruin, W., Parker, A. y Strough, J. (2016). Choosing to be happy? Age differences in “maximizing” decision strategies and experienced emotional well-being. *Psychology and Aging*, 31(3), 295-300. <http://dx.doi.org/10.1037/pag0000073>

Butler, J., y Kern, M. (2016). The PERMA-Profilier: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3).
<https://internationaljournalofwellbeing.org/index.php/ijow/article/download/526/579>

Cabanach, R., Arias, A., Rodríguez, C. y Canedo, M. (2012). Relaciones entre la autoeficacia percibida y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Revista Mexicana de Psicología*, 29(1), 40-48.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243030189004>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Campbell, A., Converse, P., y Rodgers, W. (1976). *The quality of American life: Perceptions, evaluations, and satisfactions*. Russell Sage Foundation.

Castro, W. (2009). La predicción del nivel de depresión por variables cognitivas, conductuales y temperamentales en un intervalo de seis meses.

Castro, A. (2011). Las rutas de acceso al bienestar. Relaciones entre bienestar hedónico y eudamónico. Un estudio en población argentina. *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, 37, 37-57. <https://www.academica.org/000-052/946.pdf>

Castro, A. (2012). La psicología positiva en América Latina. Desarrollos y perspectiva. *Psiencia. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 4(2), 108-116. <http://dx.doi.org/10.5872/psiencia.v4i2.95>

Casullo, M. (2000). *Síntomas psicopatológicos en adultos urbanos*. Red Psicología y Ciencia Social. http://www.cuaed.unam.mx/esp_adicciones/doc/articulo_memoria.pdf#page=49

Cassaretto, M. (2009). *Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana* (Doctoral dissertation, Tesis de maestría no publicada, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima).

Castro Ibarra, G. (2014). La Felicidad de los mexicanos [video digital]: medición del bienestar subjetivo.

Casullo, N. (2001). Fragmentos de Memoria, la transmisión cancelada. *Norma, Buenos Aires*.

Carbelo, B., y Jáuregui, E. (2006). Emociones positivas: humor positivo. *Papeles del psicólogo*, 27(1).

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Carnevale, P., y Isen, A. (1986). The influence of positive affect and visual access on the discovery of integrative solutions in bilateral negotiation. *Organizational behavior and human decision processes*, 37(1), 1-13. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(86\)90041-5](https://doi.org/10.1016/0749-5978(86)90041-5)

Carver, C. (2001). Affect and the functional bases of behavior: On the dimensional structure of affective experience. *Personality and Social Psychology Review*, 5(4), 345-356. http://doi:10.1207/S15327957PSPR0504_4

Carver, C., y Scheier, M. (2001). *On the self-regulation of behavior*. Cambridge University Press.

Carver, C., y Scheier, M. (1982). Control theory: A useful conceptual framework for personality-social, clinical, and health psychology. *Psychological bulletin*, 92(1), 111. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(82\)90002-2](https://doi.org/10.1016/0092-6566(82)90002-2)

Carver, C., y Scheier, M. (2000). On the structure of behavioral self-regulation. *Handbook of self-regulation*, 41-84.

Charles, S., Piazza, J., Mogle, J., Urban, E., Sliwinski, M. y Almeida, D. (2015). Age differences in emotional well-being vary by temporal recall. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*. <http://doi:10.1093/geronb/gbv011>

Chang, E., y Sanna, L. (2003). Optimism, accumulated life stress, and psychological and physical adjustment: Is it always adaptive to expect the best. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(1), 97-115.

<https://doi.org/10.1521/jscp.22.1.97.22767>

Chang, E., Sanna, L., y Yang, K. (2003). Optimism, pessimism, affectivity, and psychological adjustment in US and Korea: A test of a mediation model. *Personality and Individual Differences*, 34(7), 1195-1208.

Chávez, A. (2006). *Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior*. Tesis para obtener el grado de Maestro de Psicología Aplicada. Universidad de Colima, Colima- México.

Chekola, M. (1975). The concept of happiness. Dissertation abstract international.

Cheng, H. y Furnham, A. (2003). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Personality and individual differences*, 34(6), 921-942. [http://doi:10.1016/S0191-8869\(02\)00078-8](http://doi:10.1016/S0191-8869(02)00078-8)

Chico, E. (2002). Optimismo disposicional como predictor de estrategias de afrontamiento. *Psicothema*, 14(3), 544-550. <http://www.unioviado.net/reunido/index.php/PST/article/view/7982/7846>

Clara, I., Cox, B., Enns, M., Murray, L., y Torgrudc, L. (2003). Confirmatory factor analysis of the multidimensional scale of perceived social support in clinically distressed and student samples. *Journal of personality assessment*, 81(3), 265-270.

Clark, E., Golub, T., Lander, E., y Hynes, R. (2000). Genomic analysis of metastasis reveals an essential role for RhoC. *Nature*, 406(6795), 532-535.

Csikszentmihalyi, M. (1996). Flow and the psychology of discovery and invention. *New York: Harper Collins*.

<http://www.bioenterprise.ca/docs/creativity-by-mihaly-csikszentmihalyi.pdf>

Csikszentmihalyi, M., y Rathunde, K. (1993). The measurement of flow in everyday life: toward a theory of emergent motivation.

Csikszentmihalyi, M. y Selega, I. (1998). "Experiencia Óptima: estudios psicológicos del flujo en la conciencia". Bilbao: Descleé De Brouer. <http://reme.uji.es/articulos/agxfee4470103100/texto.html>

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum Associates.

Córdova, M. (2011). La Medición del progreso y del bienestar. Propuestas desde América Latina. *Polis (Santiago)*, 10(29), 465-470. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-65682011000200020>

Coral-Verdugo, V. (2012). The positive psychology of sustainability. *Environment, Development and Sustainability*, 14(5), 651-666.

DOI: 10.1007/s10668-012-9346-8

Compton, W. (2001). The values problem in subjective well-being. *American Psychologist*, 56(1), 84. <http://doi:10.1037/0003-066X.56.1.84a>

Costa, P. y McCrae, R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological Assessment*, 4(1), 5. <http://doi:10.1037/1040-3590.4.1.5>

Costa, P. y McCrae, R. (1999). *Inventario de personalidad NEO revisado (NEO PI-R) e Inventario NEO reducido de Cinco Factores (NEO-FFI). Manual profesional*. Madrid: TEA Ediciones.

Cummings, R., Eckersley, J., Pallant, J., y Davern, M. (2002). The international wellbeing group and Australian unity well-being index (Survey 3: Report 1). *Melbourne: Australian Centre on Quality of Life/Deakin University*.

Cuñado, J. y De Gracia, F. (2012). Does education affect happiness? Evidence for Spain. *Social Indicators Research*, 108(1), 185-196. <http://doi:10.1007/s11205-011-9874-x>

Cuñado, J., y Pérez de Gracia, F. (2012). Does education affect happiness? Evidence for Spain. *Social indicators research*, 108(1), 185-196.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jde1Ww1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología*, 12(1), 83-96. <http://doi:10.5354/0719-0581.2003.17380>

Davidson, B. (1993). *The Black Man's Burden: Africa and the Curse of the Nation-State*.

Deci, E. (1975). *Intrinsic Motivation*. New York: Plenum Press.

Deci, E., Ryan, R. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of research in personality*, 19(2), 109-134. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)

Deci, E. y Ryan, R. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037.

Deci, E. y Ryan, R. (1991). *A motivational approach to self: Integration in personality*. Dienstbier (Ed.), Nebraska symposium on motivation: Vol. 38. Perspectives on motivation (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.

Deci, E. y Ryan, R. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268. http://doi:10.1207/S15327965PLI1104_01

Del Águila, C. (2005). Ocio, jóvenes y posmodernidad. *Almería, Universidad de Almería*.

De la Rubia, J. (2011). La escala de afecto positivo y negativo (PANAS) en parejas casadas mexicanas. *CIENCIA ergo-sum*, 18(2), 117-125.

Demaray, M., y Malecki, C. (2002). The relationship between perceived social support and maladjustment for students at risk. *Psychology in the Schools*, 39(3), 305-316. DOI: 10.1002/pits.10018

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jde1Ww1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

DeNeve, K. y Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.124.2.197>

Díaz, A., Domínguez, A., Flores, R., y Pasillas, H. (2014). Determinantes de la pobreza de tiempo de los hogares mexicanos. *Revista Estudiantil de Economía*, 6(1), 21-38.

Díaz, F. y González, M. (2011). Subjective and occupational well-being in a sample of Mexican workers. *Social Indicators Research*, 100(2), 273-285. <http://doi:10.1007/s11205-010-9616-5>

Díaz-Guerrero, R. (1967). Socio-cultural premises, attitudes and cross-cultural research. *International Journal of Psychology*, 2(2), 79-87. <http://dx.doi.org/10.1080/00207596708247205>

Díaz-Guerrero, R., y Díaz-Loving, R. (1992). La etnopsicología mexicana. El centro de la corriente. *La Revista de Cultura Psicológica*, 1(1), 41-55.

Díaz-Guerrero, R., y Szalay, L. (1993). *El mundo subjetivo de mexicanos y norteamericanos*. México. Trillas.

Díaz R. (2002). Atracción interpersonal: amigo y amantes. *Psicología social de las Américas*. México. Pearson Educación (11) 291-369.

Diener, E. (1984) Subjective well-being. *Psychol Bull* 95:542-575

Diener, E., y Chan, M. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1-43. DOI: 10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x

Diener, E. y Emmons, R. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(5), 1105-1117. <http://doi:10.1037/0022-3514.47.5.1105>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>

Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. y Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. <http://doi:10.1037/0033-2909.125.2.276>

Diener, E. y Eunkook, M. (2003). National differences in subjective well-being. D. Kahneman, E. Diener y N. Schwartz (Eds.): Well-being. The foundations of hedonic psychology (pp. 434-450). New York: Russell Sage Foundation.

Diener, E., Gohm, C., Suh, E. y Oishi, S. (2000). Similarity of the relations between marital status and subjective well-being across cultures. *Journal of Aross-Cultural Psychology*, 31(4), 419-436. <http://doi:10.1177/0022022100031004001>

Diener, E., Helliwell, J. y Kahneman, D. (Eds.). (2010a). *International differences in well-being*. New York: Oxford University Press.

Diener, E., Oishi, S. y Lucas, R. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 403-425. <http://doi:10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>

Diener, E., Sandvik, E., Pavot, W., y Gallagher, D. (1991). Response artifacts in the measurement of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 24(1), 35-56. DOI: 10.1007/BF00292649

Diener, E., Suh, E., (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of personality and social psychology*, 74(2), 482.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Diener, E., Suh, E., Lucas, R. y Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., et al. (2010b). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143–156. <http://doi:10.1007/s11205-009-9493-y>

Dietz, G. (2011). Hacia una etnografía doblemente reflexiva: una propuesta desde la antropología de la interculturalidad. *AIBR, Revista de Antropología Iberoamericana*, 6(1), 3-26. <http://eds.b.ebscohost.com/eds/Citations/FullTextLinkClick?sid=b2758a15-0469-4742-83e2-b1973798fc72@sessionmgr103&vid=1&id=pdfFullText>

Domínguez, E., Seuc, A., Aldana, D., Licea, M., Díaz, O., y López, L. (2006). Impacto de la diabetes sobre la duración y calidad de vida de la población cubana: años 1990, 1995, 2000 y 2003. *Revista Cubana de Endocrinología*, 17(2), 0-0.

Duckworth, A., Steen, T., y Seligman, M. (2005). Positive psychology in clinical practice. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 1, 629-651. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144154>

D'Anello, S., Esqueda, L., Escalante, G., Barreat, Y., y DOrazio, A. (2006). Aportes a la Psicología Social de la Salud. *Mérida-Venezuela. Editorial Venezolana, CA.*

Easterbrook, M., Kuppens, T., y Manstead, A. (2016). The education effect: Higher educational qualifications are robustly associated with beneficial personal and socio-political outcomes. *Social Indicators Research*, 126(3), 1261-1298. DOI: 10.1007/s11205-015-0946-1

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Eguiarte, B., y Miranda, D. (2016). Bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes mexicanos tempranos y medios. *Revista Costarricense de Psicología*, 35(2), 121-139.

Elliot, A., Sheldon, K. M., y Church, M. (1997). Avoidance personal goals and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(9), 915-927.

Esteban, M., Cabaco, A., y Litago, J. (2013). La Psicología Positiva aplicada a la educación: el programa CIP para la mejora de las competencias vitales en la Educación Superior. *Revista de Formación e Innovación Educativa Universitaria*. Vol, 6(4), 244-256. http://www.educacioncientifica.org/Refiedu/Vol6_4/REFIEDU_6_4_5.pdf

Erikson, E. (1963). *Childhood and society* (Rev. ed.).

Erikson, E. (1982). *The life cycle completed*. Ontario: Norton.

Fava, G. y Ruini, C. (2003). Development and characteristics of a well-being enhancing psychotherapeutic strategy: Well-being therapy. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 34(1), 45-63. [http://doi:10.1016/S0005-7916\(03\)00019-3](http://doi:10.1016/S0005-7916(03)00019-3)

Ferguson, S. y Goodwin, A. (2010). Optimism and well-being in older adults: The mediating role of social support and perceived control. *The International Journal of Aging and Human Development*, 71(1), 43-68. <http://doi:10.2190/AG.71.1.c>

Fergus, S., y Zimmerman, M. A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annu. Rev. Public Health*, 26, 399-419. <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144357>

Fernández-Abascal, E., Martín, M., y Jiménez, M. (2007). Psicología de la emoción y la motivación. *Emoción y motivación. La adaptación humana*, 3-43.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Ferrando, P., Chico, E. y Tous, J. (2002). Propiedades psicométricas del test de optimismo Life Orientation Test. *Psicothema*, 14, 673-680.
<http://www.psicothema.com/pdf/782.pdf>

Fierro, A. (2009). Filosofía del buen vivir. El buen vivir: su examen filosófico. *La ciencia del bienestar*. Madrid: Alianza.

Forster-Marín, C. (2009). Validez y confiabilidad del índice de satisfacción vital (LSI-A) de Neugarten, Havighurst & Tobin en una muestra de adultos y adultos mayores en Chile. *Terapia psicológica*, 27(1), 15-26.

Frankl, V. (1979). El hombre en busca de sentido: conceptos básicos de logoterapia. *Barcelona: Herder*.

Francis, L., Brown, L., Lester, D., y Philipchalk, R. (1998). Happiness as stable extraversion: A cross-cultural examination of the reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among students in the UK, USA, Australia, and Canada. *Personality and individual differences*, 24(2), 167-171.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)00170-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00170-0)

Fredrickson, B. (1998). Cultivated emotions: Parental socialization of positive emotions and self-conscious emotions. *Psychological Inquiry*, 9(4), 279-281.
http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1207/s15327965pli0904_4

Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotion in positive psychology: The broaden and build theory of positive emotion. *American Psychologist*, 56, 218-226.

Fredrickson, B. y Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition & emotion*, 19(3), 313-332.
<http://doi:10.1080/02699930441000238>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Fredrickson, B., Mancuso, R., Branigan, C., y Tugade, M. (2000). The undoing effect of positive emotions. *Motivation and emotion*, 24(4), 237-258. DOI: 10.1023/A:1010796329158

Fredrickson, B., y Levenson, R. (1998). Positive emotions speed recovery from the cardiovascular sequelae of negative emotions. *Cognition & emotion*, 12(2), 191-220.

Freeman, D. (1997). Chaos/complexity science and second language acquisition. *Applied linguistics*, 18(2), 141-165.

Francis, L., Brown, L., Lester, D., y Philipchalk, R. (1998). Happiness as stable extraversion: A cross-cultural examination of the reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among students in the UK, USA, Australia, and Canada. *Personality and individual differences*, 24(2), 167-171.

Frijda, N. H. (1986). The emotions: Studies in emotion and social interaction. *Paris: Maison de Sciences de l'Homme*.

Frisch, M. (2005). *Quality of life therapy: Applying a life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy*. John Wiley & Sons.

Fordyce, M. (1986). The Psychap Inventory: A multi-scale test to measure happiness and its concomitants. *Social Indicators Research*, 18, 1-33. <http://doi:10.1007/BF00302530>

Fuentes, N. y Rojas, M. (2001). Economic Theory and Subjective Well-being: Mexico. *Social Indicators Research*, 53, 34-41. <http://doi:10.1023/A:1007189429153>

Fujita, F., Diener, E. y Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: the case for emotional intensity. *Journal of Personality and social psychology*, 61(3), 427-434. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.61.3.427>

Fulmer, C., Gelfand, M., Kruglanski, A., Kim-Prieto, C., Diener, E., Pierro, A. y Higgins, E. (2010). On “feeling right” in cultural contexts how person-culture match

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

affects self-esteem and subjective well-being. *Psychological Science*.

<http://doi:10.1177/0956797610384742>

Gable, S., y Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology?. *Review of general psychology*, 9(2), 103. <http://dx.doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.103>

García, M. (2002). El bienestar subjetivo subjective Well-Being. *Escritos de psicología*, 6, 18-39.

García-Alandete, J. (2014). Análisis factorial de una versión española del Purpose-In-Life Test, en función del género y edad. *Pensamiento Psicológico*, 12(1), 83-98. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.1.135511>

García-Vega, M. (2010). *Trastornos del estado de ánimo en el puerperio: factores psicosociales predisponentes*. Universidad Complutense de Madrid, Servicio de Publicaciones.

Garnica, C., y González, A. PERCEPCIÓN ACERCA DEL BIENESTAR: LAS DIFERENCIAS POR GÉNERO EN MÉXICO. <http://congreso.investiga.fca.unam.mx/docs/xxi/docs/10.04.pdf>

Glenn, N. y Weaver, C. (1981). The contribution of marital happiness to global happiness. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 161—168. <http://www.jstor.org/stable/351426>

Góngora, V., y Solano, A. (2013). Validación del Cuestionario de Significado de la Vida MLQ en población adulta y adolescente argentina. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 45(3).

<https://journal.sipsych.org/index.php/IJP/article/download/169/pdf>

González, C. (2004). La psicología positiva: un cambio en nuestro enfoque patológico. *Revista de Psicología*, 10, 82-88. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2767915.pdf>

González, J., Moreno, B., Garrosa, E. y Peñacoba, C. (2005). Personality and subjective well-being: Big Five correlates and demographic variables. *Personality and Individual Differences*, 38, 1561-1569. <http://doi:10.1016/j.paid.2004.09.015>

González, J., y Ruiz, M. (Eds.). (2009). *Antropología educativa de los cuidados: una etnografía del aula y las prácticas clínicas*. Universidad de Alicante. https://www.researchgate.net/profile/Jose_Siles/publication/234072280_Antropologia_educativa_de_los_cuidados_Una_etnografia_del_aula_y_las_practicas_clinicas/links/0fcfd50ed3e761a852000000.pdf

González-Zúñiga, C; (2004). La psicología positiva: un cambio en nuestro enfoque patológico clásico . *Liberabit. Revista de Psicología*, 10, 82-88. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68601009>

Gouveia, V., Santos, W., Milfont, T., Fischer, R., Clemente, M., y Espinosa, P. (2010). Teoría funcionalista de los valores humanos en España: Comprobación de las hipótesis de contenido y estructura. *Interamerican Journal of Psychology*, 44(2).

Grant, S., Langan-Fox, J., y Anglim, J. (2009). The big five traits as predictors of subjective and psychological well-being. *Psychological reports*, 105(1), 205-231. DOI:10.2466/PR0.105.1.205-231

Gross, J., Carstensen, L., Pasupathi, M., Tsai, J., Gøtestam Skorpen, C. y Hsu, A. (1997). Emotion and aging: experience, expression, and control. *Psychology and Aging*, 12(4), 590- 599. <http://dx.doi.org/10.1037/0882-7974.12.4.590>

Gutiérrez, M. (2013). Activos para el desarrollo, ajuste escolar y bienestar subjetivo de los adolescentes. *Revista Internacional de Psicología y Terapia Psicológica*, 13(3), 339-355. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4420912.pdf>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Gutiérrez, M., y Romero, I. (2014). Resiliencia, bienestar subjetivo y actitudes de los adolescentes hacia el consumo de drogas en Angola. *Anales de psicología*, 30(2), 608-619. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.2.148131>

Gustems-Carnicer, J., Calderón, D., y Calderón, C. (2016). Música i desenvolupament cognitiu: una revisió. *Temps d'Educació*, 2016, num. 50, p. 87-98.

Haidt, J. (2006). *The happiness hypothesis: Finding modern truth in ancient wisdom*. Basic Books.

Hajdu, G., y Hajdu, T. (2016). The impact of culture on well-being: Evidence from a natural experiment. *Journal of Happiness Studies*, 17(3), 1089-1110. DOI: 10.1007/s10902-015-9633-9

Hamilton, M. (1960). A rating scale for depression. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 23(1), 56-62. <http://jnnp.bmj.com/content/23/1/56.short>

Helliwell, J. F. (2003). How's life? Combining individual and national variables to explain subjective well-being. *Economic modelling*, 20(2), 331-360. [https://doi.org/10.1016/S0264-9993\(02\)00057-3](https://doi.org/10.1016/S0264-9993(02)00057-3)

Helliwell, J., Layard, R., y Sachs, J. (2013). World happiness report [2012].

Helliwell, J., Huang, H., y Wang, S. (2017). The Social Foundations of World Happiness. *WORLD HAPPINESS REPORT 2017*, 8. http://www.gluecksforschung.de/pdf-Dateien/World_Happiness_Report_2017.pdf#page=10

Hernández Laos, E. (2006). Bienestar, pobreza y vulnerabilidad en México: nuevas estimaciones. *Economía unam*, 3(9), 14-32. <http://www.scielo.org.mx/pdf/eunam/v3n9/v3n9a2.pdf>

Ho, M., Cheung, F. y Cheung, S. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences*, 48, 658-663.

Hofstede, G. (1999). Problems remain, but theories will change: The universal and the specific in 21st-century global management. *Organizational dynamics*, 28(1), 34-44. [https://doi.org/10.1016/S0090-2616\(00\)80005-4](https://doi.org/10.1016/S0090-2616(00)80005-4)

Houben, M., Van Den Noortgate, W. y Kuppens, P. (2015). The relation between short-term emotion dynamics and psychological well-being: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 141(4), 901. <http://dx.doi.org/10.1037/a0038822>

Huppert, F. y So, T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110(3), 837-861. <http://doi:10.1007/s11205-011-9966-7>

Huta, V. (2013a). Pursuing Eudaimonia versus Hedonia: Distinctions, similarities, and relationships. In A. S. Waterman (Ed.), *The best within us: Positive psychology perspectives on eudaimonia* (pp. 139-158). Washington, DC: American

<http://dx.doi.org/10.1037/14092-008>

Hutz, C., Midgett, A., Pacico, J., Bastianello, M. y Zanon, C. (2014). The relationship of hope, optimism, self-esteem, subjective well-being, and personality in Brazilians and Americans. *Psychology*, 5(6), 514. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2014.56061>

Inglehart, R. (1990). *Culture shift in advanced industrial society*. Princeton University Press.

Inglehart, R., y Welzel, C. (2005). *Modernization, cultural change, and democracy: The human development sequence*. Cambridge University Press.

Isen, A. (1987). Positive affect, cognitive processes, and social behavior. *Advances in experimental social psychology*, 20, 203-253. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60415-3](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60415-3)

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Isen, A. (1990). The influence of positive and negative affect on cognitive organization: Some implications for development. *Psychological and biological approaches to emotion*, 75-94.

Isen, A. (1993). *Positive Affect and Decision Making*. Lewis y J. M. Haviland-Jones (Eds.), *Handbook of Emotions* (pp. 216-277). Nueva York: Guilford

Isen, A. M. (1999). Positive affect. *Handbook of cognition and emotion*, 20, 522-539.

Isen, A. (2000). Some perspectives on positive affect and self-regulation. *Psychological Inquiry*, 11(3), 184-187. <http://www.jstor.org/stable/1449800>

Isen, A., y Daubman, K. (1984). The influence of affect on categorization. *Journal of personality and social psychology*, 47(6), 1206. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.47.6.1206>

Isen, A., Daubman, K., y Nowicki, G. (1987). Positive affect facilitates creative problem solving. *Journal of personality and social psychology*, 52(6), 1122. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.52.6.1122>

Isen, A., Johnson, M., Mertz, E. y Robinson, G. (1985). The influence of positive affect on the unusualness of word associations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1413-1426.

Isen, A., Niedenthal, P. y Cantor, N. (1992). The influence of positive affect on social categorization. *Motivation and Emotion*, 16, 65-78.

Isen, A., Nygren, T. y Ashby, F. (1988). The influence of positive affect on the perceived utility of gains and losses. *Journal of personality and Social Psychology*, 55, 710-717.

Jahoda, M. (1958). Current concepts of positive mental health.

Jopp, D., y Rott, C. (2006). Adaptation in very old age: exploring the role of resources, beliefs, and attitudes for centenarians' happiness. *Psychology and aging*, 21(2), 266.

Kasser, T. y Ryan, R. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. *Personality and Social Psychology bulletin*, 22(3), 280-287. <http://doi:10.1177/0146167296223006>

Keyes, C. y Westerhof, G. (2012). Chronological and subjective age differences in flourishing mental health and major depressive episode. *Aging & Mental Health*, 16(1), 67-74. <http://doi:10.1080/13607863.2011.596811>

Kraus, M., Piff, P., Mendoza-Denton, R., Rheinschmidt, M., y Keltner, D. (2012). Social class, solipsism, and contextualism: how the rich are different from the poor. *Psychological review*, 119(3), 546. <http://dx.doi.org/10.1037/a0028756>

Kristjánsson, K. (2010). Positive psychology, happiness, and virtue: The troublesome conceptual issues. *Review of General Psychology*, 14(4), 296-310. <http://doi:10.1037/a0020781>

Kurman, J., y Sriram, N. (2002). Interrelationships among vertical and horizontal collectivism, modesty, and self-enhancement. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(1), 71-86. <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0022022102033001005>

Laca, F., Mejía, J., Yáñez, C., y Mayoral, E. (2011). Factores afectivos y de personalidad como antecedentes del bienestar laboral en profesores españoles y mexicanos. *Pensamiento Psicológico*, 9(16), 11-26. <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v9n16/v9n16a02.pdf>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Laca, F., Verdugo, J. y Guzmán, J. (2005). Satisfacción con la vida de algunos colectivos mexicanos: Una discusión sobre la psicología del bienestar subjetivo. *Enseñanza e investigación en Psicología*, 10, 325-336. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29210208>

Laluzza, J. (2012). Modelos psicológicos para la explicación de la diversidad cultural. *Cultura y Educación*, 24(2), 149-162.

DOI: 10.1174/113564012804932119

Larsen, J., y McKibban, A. (2008). Is happiness having what you want, wanting what you have, or both?. *Psychological Science*, 19(4), 371-377.

Layar, R. (2005). La felicidad: Lecciones de una nueva ciencia. Madrid: Taurus.

Lee, A., Steen, T. y Seligman, M. (2005). Positive psychology in clinical practice. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 1, 629-651 <http://doi:10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144154>

Levenson, R., Ekman, P., y Friesen, W. (1990). Voluntary facial action generates emotion-specific autonomic nervous system activity. *Psychophysiology*, 27(4), 363-384. DOI: 10.1111/j.1469-8986.1990.tb02330.x

Lewinsohn, P., y Amenson, C. (1978). Some relations between pleasant and unpleasant mood-related events and depression. *Journal of abnormal psychology*, 87(6), 644. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.87.6.644>

Lucas, R., y Gohm, C. (2000). Age and sex differences in subjective well-being across cultures. *Culture and subjective well-being*, 3(2), 91-317.

Leyva, G., Bustos, A., y Romo, A. (2016). Life Satisfaction and Happiness in Mexico: Correlates and Redundancies. In *Handbook of Happiness Research in Latin America* (pp. 579-611). Springer Netherlands.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Librán, E. y Piera, P. (2008). Variables cognitivas y afectivas como predictoras de satisfacción en la vida. *Psicothema*, 20(3), 408-412.
<http://www.unioviado.net/reunido/index.php/PST/article/view/8674/8538>

Liebkind, K. (2001). Acculturation. *Blackwell handbook of social psychology: Intergroup processes*, 386-406.

Little, L., Simmons B. y Nelson D. (2007). Health Among Leaders: Positive and Negative Affect, Engagement and Burnout, Forgiveness and Revenge, *Journal of Management Study*. 44(2).

Lindfors, P., Berntsson, L., y Lundberg, U. (2006). Factor structure of Ryff's psychological well-being scales in Swedish female and male white-collar workers. *Personality and individual differences*, 40(6), 1213-1222.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.10.016>

Londoño, C. (2009). Optimismo y salud positiva como predictores de la adaptación a la vida universitaria. *Acta Colombiana de Psicología*, 12(1), 95-107.
http://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatomica/revistas_ucatomica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/335/340

Lora, E., y Chaparro, J. (2008). La conflictiva relación entre el ingreso y la satisfacción. *Calidad de vida. Más allá de los hechos*, 1-50.

Lucas, R. y Gohm, C. (2000). Age and sex differences in subjective well-being across cultures. In E. Diener y E. M. Suh (eds.), *Culture and subjective well-being*, pp 91-317. Cambridge: The MIT Press.

Lupano, M., y Castro, A. (2010). Psicología positiva: análisis desde su surgimiento. *Ciencias psicológicas*, 4(1), 43-56.
<http://www.scielo.edu.uy/pdf/cp/v4n1/v4n1a05.pdf>

Luque, I., López, M., Torollo, I. y Crespo R. (2014). Evaluación del optimismo disposicional en pacientes en hemodiálisis y su relación con las complicaciones. *Enfermería Nefrológica*, 17(4), 261-268. <http://dx.doi.org/10.4321/S2254-28842014000400004>

Lyubomirsky, S. y Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155. <http://doi:10.1023/A:1006824100041>

MacPhillamy, D., y Lewinsohn, P. (1974). Depression as a function of levels of desired and obtained pleasure. *Journal of Abnormal Psychology*, 83(6), 651. <http://dx.doi.org/10.1037/h0037467>

Manríquez-Betanzos, J., Corral-Verdugo, V., Vanegas-Rico, M., Fraijo-Sing, B., y Tapia-Fonllem, C. (2016). Positive (gratitude, eudaimonia) and negative (scarcity, costs) determinants of water conservation behaviour/Determinantes positivos (gratitud, eudaimonia) y negativos (escasez, costos) del ahorro de agua. *Psycology*, 7(2), 178-200. www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/21711976.2016.1149986

Marín, O., y Alberto, C. (2016). *Retos del fondo de empleados Fondecop para consolidar su cultura de la solidaridad en un contexto intercultural organizacional y posmoderno* (Doctoral dissertation).

Marks, N. y Lambert, J. (1998). Marital status continuity and change among young and midlife adults longitudinal effects on psychological well-being. *Journal of Family Issues*, 19(6), 652-686. <http://doi:10.1177/019251398019006001>

Marrero, R. y Carballeira, M. (2010). El papel del optimismo y del apoyo social en el bienestar subjetivo. *Salud Mental*, 33(1), 39-46. http://www.revistasaludmental.mx/index.php/salud_mental/article/view/1335/1333

Marrero, R. y Carballeira, M. (2011). Well-being and personality: facet-level analyses. *Personality and Individual Differences*, 50, 206-211. <http://doi:10.1016/j.paid.2010.09.030>

Marrero, R., Carballeira, M. y Rodríguez, J. (2007). El papel del optimismo en la salud (Memoria final de investigación). *Proyecto subvencionado por el Vicerrectorado de Investigación y Desarrollo Tecnológico de la Universidad de La Laguna, Tenerife, España.*

Martin, R. (2007). *The psychology of humor: an integrative approach.* Burlington, MA: Elsevier Academic Press.

Martí, J, Martínez, F., Martí, M. y Marí, R. (2008). Responsabilidad social universitaria: acción aplicada de valoración del bienestar psicológico en personas adultas mayores institucionalizadas. *Revista Polis*, 5, 18. <http://polis.revues.org/4161>

Maslow, A. (1954). *Motivación y personalidad.* México: Trillas.

Maslow, A. (2006). *La amplitud potencial de la naturaleza humana.* (2da. Ed.). México: Trillas.

Mastekaasa, A. (1993). Marital status and subjective well-being: A changing relationship?. *Social Indicators Research*, 29, 249-276. <http://doi:10.1007/BF01079515>

Matalinares, M., Díaz, G., Arenas, C., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., y Yaringaño, J. (2017). Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Revista de Investigación en Psicología*, 19(2), 123-143.

<http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/12894/115>

23

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

McCrae, R. y Costa, P. (1991). Adding liebe und arbeit: The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 227-232. doi: <http://doi:10.1177/014616729101700217>

McCrae, R. y Costa, P. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52(5), 509-516. <http://doi:10.1037/0003-066X.52.5.509>

McCrae, R. y Terracciano, A. (2005). Universal features of personality traits from the observer's perspective: data from 50 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(3), 547. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.88.3.547>

Medina-Calvillo, M., Gutiérrez-Hernández, C., y Padrós-Blázquez, F. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico de Ryff en población mexicana. *Revista Educación Desarrollo*, 27, 25-30.

Mendoza, R., Fernández, I., y Páez, D. (2005). Cultura, auto-concepto e intervención psicosocial en la sociedad Brasileña. *Interamerican Journal of Psychology*, 39(1). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28439108>

Merino, M., Privado, J., y Gracia, Z. (2015). Validación mexicana de la Escala de Funcionamiento Psicológico Positivo: Perspectivas en torno al estudio del bienestar y su medida. *Salud mental*, 38(2), 109-115. <http://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v38n2/v38n2a5.pdf>

Miguel, J., Moral, J. y Pardo, E. (2008). Modelos factoriales confirmatorios de las escalas de Ryff en una muestra de personas mayores. *Psicothema*, 20(2), 304-310. <http://www.unioviedo.net/reunido/index.php/PST/article/view/8659/8523>

Michalos, A. (2008). Education, happiness and wellbeing. *Social Indicators Research*, 87(3), 347-366. DOI: 10.1007/s11205-007-9144-0

Montpetit, M. A. (2007). *Negative Affect and Stress: A Dynamical Systems Analysis*. ProQuest.

Moral, J, Miguel, J. y Pardo, E. (2008). Análisis del bienestar en la vejez según la edad. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 43(2), 90-95. [http://doi:10.1016/S0211-139X\(08\)71161-2](http://doi:10.1016/S0211-139X(08)71161-2)

Moreno D, Estévez E, Murgui S y Musitu G (2009). Relación entre el clima familiar y el clima escolar: El rol de la empatía, la actitud hacia la autoridad y la conducta violenta en la adolescencia. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 9, 123-136.

Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: Midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la región del Maule. *Revista UNIVERSUM*, 22, 185-200. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-23762007000200012>

Muñoz, J., y Martínez, A. (2017). SATISFACCIÓN CON LA VIDA ENTRE JÓVENES ESTUDIANTES DE BACHILLERATO EN ZACATECAS, MÉXICO. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 9(2), 23-28. <http://revistas.iberoamericana.edu.co/index.php/ripsicologia/article/download/842/915>

Musick, K. y Bumpass, L. (2012). Reexamining the case for marriage: Union formation and changes in well-being. *Journal of Marriage and Family*, 74(1), 1-18. <http://doi:10.1111/j.1741-3737.2011.00873.x>

Myers, D., y Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological science*, 6(1), 10-19.

Nes, L. y Segerstrom, S. (2006). Dispositional optimism and coping: A meta-analytic review. *Personality and Social Psychology Review*, 10(3), 235-251. http://doi:10.1207/s15327957pspr1003_3

Nesse, R. (1990). Evolutionary explanations of emotions. *Human nature*, 1(3), 261-289. DOI: 10.1007/BF02733986

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Nesse, R., y Berridge, K. (1997). Psychoactive drug use in evolutionary perspective. *Science*, 278(5335), 63-66. DOI: 10.1126/science.278.5335.63

Noriega, J., Quijada, A., Grubits, S., y de Albuquerque, F. (2011). Variables Asociadas al Bienestar Subjetivo en Jóvenes Universitarios de México y Brasil. *Revista Psicología e Saúde*, 3(2), 13-22.

Noriega, V., Ángel, J., Laborín, J., Córdova, M., y Parra, E. (2007). Bienestar subjetivo: comparación en dos contextos culturales. *Psicología para América Latina*, (11), 0-0.
<http://www.ciad.mx/archivos/desarrollo/publicaciones/PUBLICACIONES/Produccion%20Academica/Articulos/2007/137.pdf>

Ocde, C. (2014). Caf.(2013). *Perspectivas económicas de América Latina*.

Orth, U., Robins, R. y Widaman, K. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271. <http://dx.doi.org/10.1037/a0025558>

Hounkpatin, H., Wood, A., Boyce, C., y Dunn, G. (2015). An existential-humanistic view of personality change: Co-occurring changes with psychological well-being in a 10 year cohort study. *Social indicators research*, 121(2), 455-470. DOI: 10.1007/s11205-014-0648-0

Palomar, J. (2000). The development of an instrument to measure quality of life in Mexico City. *Social Indicators Research*, 50(2), 187-208. <http://doi:10.1023/A:1006994819581>

Palomar, J. (2004). Poverty and subjective well-being in Mexico. *Social Indicators Research*, 68(1), 1-33. <http://doi:10.1023/B:SOCI.0000025567.04153.46>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Palomar, L. (2005). Estructura del bienestar subjetivo: construcción de una escala multidimensional. En E. L. Garduño, A. B. Salinas, y H. M. Rojas. *Calidad de Vida y Bienestar Subjetivo en México* (pp. 113-142). México D.F.: Plaza y Valdez S.A.

Paradise, A. y Kernis, M. (2002). Self-esteem and psychological well-being: Implications of fragile self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology, 21*(4), 345-361. <http://doi:10.1521/jscp.21.4.345.22598>

Park, N., Peterson, C., y Seligman, M. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of social and Clinical Psychology, 23*(5), 603-619. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.5.603.50748>

Pavot, W. y Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment, 5*(2), 164. <http://dx.doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>

Pérez, L., Fuentes, N., Escobar, S., y Van, H. (2012). Validación de la Escala de Felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos. *Consulte los índices de Psicología Iberoamericana en, 71*. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133924623008>

Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. Oxford University Press.

Peterson, C., Park, N., y Seligman, M. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of happiness studies, 6*(1), 25-41. DOI: 10.1007/s10902-004-1278-z

Peterson, C. y Seligman, M. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review, 91*(3), 347-374. <http://doi:10.1037/0033-295X.91.3.347>

Peterson, C., y Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Oxford University Press.

Pike, K. (1967). *Language in relation to a unified theory of the structure of human behavior* (Vol. 24). Walter de Gruyter GmbH & Co KG.

Pineda, C. (2012). *Inteligencia emocional y bienestar personal en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud* (Doctoral dissertation, Tesis doctoral. Universidad de Málaga).

Power, M., y Dalglish, T. (1997). *Cognition and emotion. From order to disorder*. Psychology press. *East Sussex, UK: Erlbaum*.

Prada, E. C. (2005). Psicología positiva y emociones positivas. *Revista electrónica psicología positiva. com*.

Puente-Díaz, R. y Cavazos, J. (2013). Personality factors, affect, and autonomy support as predictors of life satisfaction. *Universitas Psychologica*, 12(1), 41-53.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672013000100005

Quiroz, C., García, J., y Cinco, R. (2015). Ajuste psicosocial, bienestar subjetivo y ocio en adultos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20(3), 316-325.

Reis, H., Sheldon, K., Gable, S., Roscoe, J., y Ryan, R. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and social psychology bulletin*, 26(4), 419-435.

Remor, E., Amorós, M. y Carboles, (2006). El optimismo y la experiencia de ira en relación con el malestar físico. *Anales de Psicología*, 22(1), 37-44.
<http://revistas.um.es/analesps/article/viewFile/26231/25471>

Reyes, I. (1996). La Medición de la Personalidad en México. *Revista de Psicología Social y Personalidad*.

Rice, T., y Steele, B. (2004). Subjective well-being and culture across time and space. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(6), 633-647.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Rivera, D., Cruz, C., y Muñoz, C. (2011). Satisfacción en las relaciones de pareja en la adultez emergente: el rol del apego, la intimidad y la depresión. *Terapia psicológica*, 29(1), 77-83.

Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I., Fernández-Zabala, A., y Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *suma psicológica*, 23(1), 60-69.
<https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.002>

Robins, R., Fraley, R., Roberts, B. y Trzesniewski, K. (2001). A longitudinal study of personality change in young adulthood. *Journal of Personality*, 69, 617– 640.
<http://doi:10.1111/1467-6494.694157>

Rogers, C. (1966). *Client-centered therapy* (p. xi). Washington: American Psychological Association.

Rogers, C. (1961). The characteristics of a helping relationship. *On becoming a person*, 33-58.

Rogers, C. (1972). The process of the basic encounter group.

Rojas, M. (2007). The complexity of well-being: A life-satisfaction conception and a domains of life approach. *Researching well-being in developing countries: From theory to research*, 259-280.
<http://unpan1.un.org/intradoc/groups/public/documents/ICAP/UNPAN029029.pdf>

Rojas, M. y Elizondo-Lara, M. (2012). Satisfacción de vida en Costa Rica: un enfoque de dominios de vida. *Latin American Research Review*, 47(1), 78-94.
<http://www.jstor.org.accedys2.bbt.ull.es/stable/41413331>

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. NJ: Princeton University Press.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological monographs: General and applied*, 80(1), 1. <http://dx.doi.org/10.1037/h0092976>

Ruvalcaba, N., Salazar, J. y Fernández-Berrocal, P. (2012). Indicadores sociales, condiciones de vida y calidad de vida en jóvenes mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5(1), 71-80. <http://ibero.metarevistas.org/index.php/ripsicologia/article/view/237/205>

Russel, J. A. (1980). Acircumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1161-1166.

Ryan, R. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of personality*, 63(3), 397-427. DOI: 10.1111/j.1467-6494.1995.tb00501.x

Ryan, R., y Connell, J. (1989). Perceived locus of causality and internalization: examining reasons for acting in two domains. *Journal of personality and social psychology*, 57(5), 749. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.57.5.749>

Ryan, R., y Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.

Ryan, R. y Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. <http://doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141>

Ryan, R. y Deci, E. (2002). Overview of Self-Determination Theory: An organismic dialectical perspective. Deci, y R.M. Ryan, (Eds.), *Handbook of Self-Determination Research* (pp. 3-33). Rochester: The University of Rochester Press

Ryan, R. y Brown, K. (2006). What is optimal self-esteem? The cultivation and consequences of contingent vs. true self-esteem as viewed from the self-determination theory perspective. *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives*, 125-131. New York: Psychology Press

Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff, C. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <http://doi:10.1159/000353263>

Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

Ryff, C., y Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14-23. DOI:10.1159/000289026

Ryff, C., y Singer, B. (2008). The Integrative Science of Human Resilience. *Interdisciplinary Research: Case Studies from Health and Social Science: Case Studies from Health and Social Science*, 198.

Sabatier, C., y Berry, J. (1996). Inmigración y aculturación. In *Estereotipos, discriminación y relaciones entre grupos* (pp. 217-239). McGraw-Hill Interamericana de España.

Salameh, W. (2004). Un sistema de automejoramiento en competencias emocionales para el crecimiento personal y su más fácil absorción mediante el

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

humor. W. Fry y WA Salameh, *El humor y el bienestar en las intervenciones clínicas*.

Bilbao: Desclee de Brouwer.

Salazar, J., y Arenas, L. (2016). Un modelo económico de felicidad y su evidencia para México. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 24(47), 150-178.

<http://www.scielo.org.mx/pdf/estsoc/v24-25n47/0188-4557-estsoc-24-47-00150.pdf>

Salvador, C., Pozo, C., y Alonso, E. (2010). Estrategias comportamentales de aculturación y síndrome de Ulises de los inmigrantes latinoamericanos. *Boletín de Psicología*, 98, 55-72. https://www.researchgate.net/profile/Enrique_Alonso-Morillejo/publication/44270484_Estrategias_comportamentales_de_aculturacion_y_sin_drome_de_Ulises_de_los_inmigrantes_latinoamericanos/links/00b495234d41e2285c000000/Estrategias-comportamentales-de-aculturacion-y-sindrome-de-Ulises-de-los-inmigrantes-latinoamericanos.pdf

Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T., Santed, M., y Valiente, R. (1999). Escalas PANAS de afecto positivo y negativo: validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11(1), 37-51.

Seligman, M. (1998). What is the good life. *APA monitor*, 29(10), 2.

Seligman, M. (1998a). Building human strengths: psychology's forgotten mission. *APA Monitor*, January, 2.

Seligman, M. (1998b). *Learned optimism*. New York: Pocket Books.

Seligman, M. (1998c). Positive social science. *APA Monitor*, 29,5

Seligman, M. (1998b). *Learned optimism*. New York: Pocket Books.

Seligman, M. (1998c). Positive social science. *APA Monitor*, 29,5

Seligman, M. E. (1999). The president's address. *American psychologist*, 54(8), 559-562.

Seligman, M. E. (2003). Fundamental assumptions. *Psychologist*, 16(3), 126. <http://coachdynamic.com/Positive.pdf>

Seligman, M. (2011). *La auténtica felicidad*. España: Byblos.

Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Special issue on happiness, excellence, and optimal human functioning. *American Psychologist*, 55(1), 5-183.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/accidys2.bbtck.ull.es/pmc/articles/PMC1071226/>

Seligman, M., Steen, T., Park, N., y Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American psychologist*, 60(5), 410.
<http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.60.5.410>

Scheier, M. y Carver, C. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219-247.
<http://dx.doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>

Scheier, M. y Carver, C. (1987). Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*, 55(2), 169-210. <http://doi:10.1111/j.1467-6494.1987.tb00434.x>

Scheier, M., Carver, C. y Bridges, M. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): a reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078.
<http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>

Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V., y Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: integrating process models of life satisfaction. *Journal of personality and social psychology*, 82(4), 582.
<http://dx.doi.org/10.1037/0022->

Schimmack, U., Schupp, J. y Wagner, G. (2008). The influence of environment and personality on the affective and cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 89(1), 41-60. <http://doi:10.1007/s11205-007-9230-3>

Schmitz, C. (2016). LimeSurvey the most popular FOSS survey tool on the web. Limesurvey.org. <https://www.limesurvey.org/>

Schmutte, P. y Ryff, C. (1997). Personality and well-being: reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 549. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.73.3.549>

Schwartz, S. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in experimental social psychology*, 25, 1-65. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60281-6](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60281-6)

Schwartz, S. (2006). A theory of cultural value orientations: Explication and applications. *Comparative sociology*, 5(2), 137-182.

Shapiro, A. y Keyes, C. (2008). Marital status and social well-being: Are the married always better off?. *Social Indicators Research*, 88(2), 329-346. <http://doi:10.1007/s11205-007-9194-3>

Sheldon, K., y Kasser, T. (1998). Pursuing personal goals: Skills enable progress, but not all progress is beneficial. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(12), 1319-1331.

Shmotkin, D. (1990). Subjective well-being as a function of age and gender: A multivariate look for differentiated trends. *Social Indicators Research*, 23(3), 201-230. <http://doi:10.1007/BF00293643>

Snyder, C., Harris, C., Anderson, J., Holleran, S., Irving, L., Sigmon, S., y Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of personality and social psychology*, 60(4), 570.

Steel, P., Schmidt, J. y Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.138>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015. Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Steger, M., Frazier, P., Oishi, S., y Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>

Strobel, M., Tumaşjan, A. y Spörrle, M. (2011). Be yourself, believe in yourself, and be happy: Self-efficacy as a mediator between personality factors and subjective well-being. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(1), 43-48. <http://doi:10.1111/j.1467-9450.2010.00826.x>

Siedlecki, K., Salthouse, T., Oishi, S. y Jeswani, S. (2014). The relationship between social support and subjective well-being across age. *Social Indicators Research*, 117(2), 561-576. <http://doi:10.1007/s11205-013-0361-4>

Siegler, I., y Brummett, B. (2000). Associations among NEO personality assessments and well-being at midlife: Facet-level analyses. *Psychology and Aging*, 15(4), 710. <http://dx.doi.org/10.1037/0882-7974.15.4.710>

Sirgy, M., y Wu, J. (2009). The pleasant life, the engaged life, and the meaningful life: What about the balanced life?. *Journal of Happiness Studies*, 10(2), 183-196. DOI: 10.1007/s10902-007-9074-1

Sosa, F., Fernández, O., y Zubieta, E. (2014). Bienestar social y aculturación psicológica en estudiantes universitarios migrantes. *Liberabit*, 20(1), 151-163. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a14v20n1.pdf>

De Soto, A. (2015). *Goles y banderas: fútbol e identidades nacionales en España*. Marcial Pons Historia.

Sweeney, P., Shaeffer, D., y Golin, S. (1982). Attributions about self and others in depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 8(1), 37-42.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeIWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Tamayo, D., Rodríguez, F., y Carmona, N. (2014). Construcción del bienestar juvenil en las actuales dinámicas de socialización. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 5(1), 77-98.

Tatarkiewicz, W. (1976). Analysis of happiness.

Taylor, S., Pham, L., Rivkin, I., y Armor, D. (1998). Harnessing the imagination: Mental simulation, self-regulation, and coping. *American psychologist*, 53(4), 429. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.53.4.429>

Tov, W., y Diener, E. (2007). Culture and subjective well-being. In S. Kitayama & D. Cohen (Eds.), *Handbook of cultural psychology* (pp. 691-713). New York: Guilford. DOI: 10.1111/j.1540-4560.2007.00517.x

Triandis, H. (1980). Reflections on trends in cross-cultural research. *Journal of cross-cultural psychology*, 11(1), 35-58.

Triandis, H. (1994). Culture and social behavior. <http://www.leadershipcrossroads.com/mat/Culture%20and%20Social%20Behavior.pdf>

Triandis, H. (1995). *Individualism & collectivism*. Westview press.

Triandis, H. (1996). The psychological measurement of cultural syndromes. *American psychologist*, 51(4), 407. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.51.4.407>

Triandis, H. (2001). Individualism-collectivism and personality. *Journal of personality*, 69(6), 907-924. DOI: 10.1111/1467-6494.696169

Triandis, H. (2005, March). Issues in individualism and collectivism research. In *Cultural and social behavior: The Ontario symposium* (Vol. 10, pp. 207-225).

Triandis, H., Chen, X., y Chan, D. (1998). Scenarios for the measurement of collectivism and individualism. *Journal of cross-cultural psychology*, 29(2), 275-289.

<http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0022022198292001>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Triandis, H., Malpass, R., y Davidson, A. (1973). Psychology and culture. *Annual review of psychology*, 24(1), 355-378.
<https://doi.org/10.1146/annurev.ps.24.020173.002035>

Triandis, H., y Suh, E. (2002). Cultural influences on personality. *Annual review of psychology*, 53(1), 133-160.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135200>

Triadó, C. y Posada, F. (2008). *Envejecer en positivo*. Aresta.

Urzúa, A., Cortés, E., Vega, S., Prieto, L. y Tapia, K. (2009). Propiedades psicométricas del cuestionario de auto reporte de la calidad de vida KIDSCREEN-27 en adolescentes chilenos. *Terapia Psicológica*, 27(1), 83-92.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082009000100008>

Vaillant, G. E. (1977). *Adaptation to life*. Harvard University Press.

Valenzuela, J. (2015) Bienestar psicológico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos Psychological well-being in a sample of mexican college students. *PSICUMEX*. 5(2), 4-19.

Vanassche, S., Swicegood, G. y Matthijs, K. (2013). Marriage and children as a key to happiness? Cross-national differences in the effects of marital status and children on well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(2), 501-524.
<http://doi:10.1007/s10902-012-9340-8>

Van Dierendonck, D., Abarca, A., Díaz, D., Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y Carvajal, R. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18, 572-577. <http://www.psicothema.com/pdf/3255.pdf>

Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. *Papeles del Psicólogo*, 27 (1), 1-2.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

https://www.researchgate.net/profile/Carmelo_Vazquez2/publication/28112532_La_Psicologia_Positiva_en_perspectiva/links/09e4150940663dbfb0000000.pdf

Vázquez, C., y Hervás, G. (2009). La ciencia del bienestar. *Fundamentos de una psicología positiva*. Madrid: Alianza Editorial.

Vecina, M. (2006). Emociones positivas. *Papeles de Psicólogo*, 27, 9-17.
<http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1280>

Veenhoven, R. (2004). World database of happiness. In *Challenges for Quality of Life in the Contemporary World* (pp. 75-89). Springer Netherlands.

Veenhoven, R. (2007). Subjective measures of well-being. In *Human Well-Being* (pp. 214-239). Palgrave Macmillan UK.

Veenhoven, R. (2012). Cross-national differences in happiness: Cultural measurement bias or effect of culture?. *International Journal of Wellbeing*, 2(4).
<https://internationaljournalofwellbeing.org/index.php/ijow/article/view/98>

Veenhoven, R. (2012). *Social development and happiness in nations* (No. 2012-03). <https://repub.eur.nl/pub/50509/>

Vera, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo*, 27(1).
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77827102>

Vera-Noriega, J. (2001). Bienestar subjetivo en una muestra de jóvenes universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 3(1), 11-21.
<http://www.ciad.mx/archivos/desarrollo/publicaciones/PUBLICACIONES/Produccion%20Academica/Articulos/2001/75.pdf>

Vera-Noriega, J. y Rodríguez, E. (2007). La felicidad y sus correlatos en los estudiantes de la Universidad de Sonora. *Revista de la Universidad de Sonora*, 19, 17-19. <http://www.revistauniversidad.uson.mx/revistas/19-19articulo%206.pdf>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Vera-Noriega, J. y Tánori, B. (2002). Propiedades psicométricas de un instrumento para medir bienestar subjetivo en la población mexicana. *Apuntes de Psicología*, 20(1), 63-80.

http://www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL20_1_5.pdf

Vera-Noriega, J., Velasco, F., Grubits, H., y Salazar, I. (2016). Parámetros de inclusión y exclusión en los extremos de la felicidad y satisfacción con la vida en México. *Acta de Investigación Psicológica-Psychological Research Records*, 6(2).

<https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2016.06.002>

Vera-Villarroel, P. y Guerrero, A. (2003). Diferencias en habilidades de resolución de problemas sociales en sujetos optimistas y pesimistas. *Universitas Psychologica*, 2(1), 21-26.

<http://sparta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/actualizarrevista/archivos/V2N103diferencias.pdf>

Vera-Villarroel, P., Pavez, P., Celis-Atenas, K., y Díaz-Pardo, N. (2013). Fuentes de apoyo emocional y su relación con el bienestar subjetivo: un análisis preliminar. *Revista Mexicana de Psicología*, 30(2), 115-122.

Vera-Villarroel, P., Pávez, P. y Silva, J. (2012). El rol predisponente del optimismo: Hacia un modelo etiológico del bienestar. *Terapia Psicológica*, 30(2), 77-84. <http://doi:10.4067/S0718-48082012000200008>

Verdugo-Lucero, J., Ponce, B., Guardado-Llamas, R., Meda-Lara, R., Uribe-Alvarado, J., y Guzmán-Muñiz, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 79-91. DOI:10.11600/1692715x.1114120312

Villatoro, S. (2012). La medición del bienestar a través de indicadores subjetivos: Una revisión. Serie de estudios estadísticos y prospectivos N° 79. Comisión

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) División de estadísticas. 2012.

<http://hdl.handle.net/11362/4783>

Vittersn, J., Snholt, Y., Hetland, I., Thoresen, I., y Rnysamb, E. (2009). Was Hercules happy? Some answers from a functional model of human well-being. *Social Indicators Research*, 95, 1-18. DOI: 10.1007/s11205-009-9447-4

Watanabe, B. Y. A. (2014). Satisfacción por la vida y teoría homeostática del bienestar. *Psicología y Salud*, 15(1), 121-126. <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/826/1501>

Watson, D., Clark, L. y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>

Watson, D., y Pennebaker, J. (1989). Health complaints, stress, and distress: exploring the central role of negative affectivity. *Psychological review*, 96(2), 234.

Watson, D., y Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological bulletin*, 98(2), 219.

Whetsell, M., Frederickson, K., Aguilera, P., y Maya, J. (2005). Niveles de bienestar espiritual y fortaleza relacionados con la salud en adultos mayores. *Aquichan*, 5(1), 72-85. <https://doi.org/10.5294/61>

Witter, T., Okun, M. A., Stock, W. A., Haring, M. J., & Witter, R. A. (1984). Health and Subjective Well-Being: A Meta-Analysis. *The International journal of aging and human development*, 19(2), 111-132.

Wood, W., Rhodes, N. y Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*. 106, 249-264. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.106.2.249>

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Wunder, C., Wiencierz, A., Schwarze, J., Küchenhoff, H. (2013). Well-being over the life span: Semiparametric evidence from British and German longitudinal data. *Review of Economics and Statistics*, 95(1), 154-167. http://doi:10.1162/REST_a_00222

Zegers Prado, B., Rojas-Barahona, C., Förster Marín, C. (2009). Validez y confiabilidad del índice de satisfacción vital (LSI-A) de Neugarten, Havighurst & Tobin en una muestra de adultos y adultos mayores en Chile. *Terapia psicológica*, 27(1), 15-26. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082009000100002>

Zubieta, E., Muratori, M., y Fernandez, O. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud & Sociedad: investigaciones en psicología de la salud y psicología social*, 3(1), 66-76.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

8. ANEXOS

8.1. COMPENDIO PUBLICACIONES

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdeWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Relación entre bienestar subjetivo, optimismo y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de la Universidad de San Luis Potosí en México*

Relationship between Subjective Well-being, Optimism and Demographic Variables in College Students of the University of San Luis Potosi in Mexico

Recibido: julio 17 de 2012 | Revisado: mayo 20 de 2013 | Aceptado: marzo 13 de 2014

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO**
MÓNICA CARBALLEIRA ABELLA
Universidad de La Laguna, Tenerife, España
JOSÉ ÁNGEL GONZÁLEZ VILLALOBOS***
Universidad de San Luis Potosí, México

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue analizar la relación entre características sociodemográficas, optimismo y bienestar subjetivo (SWB) en estudiantes universitarios mexicanos de la Universidad de San Luis Potosí. Además, identificar qué áreas vitales incidían en mayor medida en el bienestar global y cuánto aportaría el optimismo a esta relación. Se recogió información de 299 estudiantes (17 a 49 años; $M = 19.38$; $DE = 3.19$) mediante una entrevista semiestructurada, registrando diversas características sociodemográficas que se consideraron relevantes. El optimismo disposicional se midió empleando el Life Orientation Test Revised (Scheier, Carver & Bridges, 1994) y el bienestar subjetivo mediante diversas medidas: felicidad (Subjective Happiness Scale de Lyubomirsky & Lepper, 1999), satisfacción vital (Satisfaction with Life Scale de Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985), emociones positivas y emociones negativas (Positive and Negative Affect Schedule de Watson, Clark & Tellegen, 1988) y satisfacción en los dominios vitales de estudios, pareja, salud y ocio (Entrevista semiestructurada de Marrero, Carballeira & Rodríguez, 2007). A través de la Tau-b de Kendall se analizó la relación de las variables sociodemográficas con el optimismo y los indicadores de bienestar, encontrando asociaciones entre género y satisfacción con el trabajo/estudios, satisfacción vital, felicidad y optimismo. Además, tener una relación sentimental se relacionaba con la satisfacción con la pareja y la condición laboral con satisfacción vital. Los análisis correlacionales de Pearson entre los ocho indicadores de bienestar y el optimismo mostraron que todos los indicadores de bienestar se relacionaban entre ellos y el optimismo estaba asociado en mayor medida que las variables sociodemográficas al bienestar, siendo la relación con medidas globales mayor que con los dominios vitales específicos. Para profundizar en esta asociación entre optimismo y bienestar se dividió a los participantes en tres grupos según su nivel de optimismo. A través de un MANOVA se compararon las medias en bienestar encontrando que las personas con optimismo alto y medio informaron de mayor satisfacción vital y emociones positivas, menor emociones negativas y mayor satisfacción en todos los dominios vitales frente a las personas con bajo optimismo. El MANCOVA, tomando el género como covariante, indicaba resultados similares. Por último, se

doi:10.11144/Javeriana.UPSY13-3.rbso

Para citar este artículo: Marrero, R. J., Carballeira, M. & González, J. A. (2014). Relación entre bienestar subjetivo, optimismo y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de la Universidad de San Luis Potosí en México. *Universitas Psychologica*, 13(3), 1083-1098. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.rbso>

* Artículo de investigación

** Departamento de Psicología Clínica, Psicobiología y Metodología. Facultad de Psicología. Correos electrónicos: rmarrero@ull.es, mabella@ull.es

*** Correo electrónico: joanvi@ull.es

| UNIV. PSYCHOL. | BOGOTÁ, COLOMBIA | V. 13 | No. 3 | PP. 1083-1098 | JUL-SEP | 2014 | ISSN 1657-9267 |

1083

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

aplicaron análisis de regresión múltiple para conocer el peso que tenían las distintas medidas de satisfacción en dominios específicos en los indicadores globales de bienestar, felicidad y satisfacción vital. Los resultados mostraron que todos los dominios son relevantes para ambas variables criterio pero la satisfacción laboral/estudios resultó ser el predictor más poderoso. Cuando se realizaron nuevos análisis de regresión múltiple, incluyendo el optimismo como predictor, se encontró que este explicaba mayor porcentaje de varianza que la satisfacción en dominios específicos, sobre todo en el caso de la felicidad. Estos hallazgos sugieren que el optimismo es un rasgo de personalidad relevante para mejorar el bienestar subjetivo de los individuos.

Palabras clave autores

optimismo; bienestar subjetivo; felicidad; satisfacción vital; emociones positivas; emociones negativas; satisfacción en dominios vitales específicos

ABSTRACT

The main objective of this study was to analyze the relationship between different sociodemographic characteristics, optimism and subjective well-being (SWB) in a sample of Mexican undergraduate students from the University of San Luis Potosí. Additionally, we have tried to identify which specific life domains influenced more on global well-being and how the optimism could explain well-being. Data were collected of 299 participants aged between 17 and 49 years old ($M = 19.38$; $SD = 3.19$) through a semi structured interview, considering different relevant sociodemographic characteristics. Dispositional optimism was evaluated using the Life Orientation Test Revised (Scheier, Carver & Bridges, 1994). Subjective well-being included the following measures: Happiness (Subjective Happiness Scale de Lyubomirsky & Lepper, 1999), Life Satisfaction (Satisfaction with Life Scale from Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985), Positive and Negative Emotions (Positive and Negative Affect Schedule from Watson, Clark & Tellegen, 1988) and Satisfaction with different Life Domains: Job/ Studies, Partner, Health and Leisure (Marrero, Carballeira & Rodríguez, 2007). Through the Test for Kendall's Tau-b, the relationship between sociodemographic variables, optimism and well-being indicators was analysed. The results showed moderate associations between gender and studies satisfaction, life satisfaction, happiness and optimism. Also, the fact of having a sentimental relationship was related to partner satisfaction; and the job situation was associated with life satisfaction. Pearson correlational analyses between the eight well-being indicators and the optimism showed that all the well-being variables were related each other. Optimism was more associated to all the measures of SWB than the sociodemographic variables; and the relationships of optimism with global measures of well-being were greater than those with the specific life domains. In order to deep in this association between optimism and well-being, the sample was split in three groups in function of the level of optimism. A MANOVA was made to compare the means of well-being, finding that those participants with high and medium optimism, vs. those with low optimism, reported more

life satisfaction and positive emotions, lower negative emotions and more satisfaction in all the specific life domains. The MANCOVA, taking the gender as a covariant, showed similar findings. Finally, Multiple Regression Analyses were applied to know the influence of the different specific life domains on the global components of well-being: happiness and life satisfaction. The results showed that all the specific domains were relevant for both criteria variables, but studies satisfaction was the more powerful predictor. In the new multiple regression analyses, the optimism was included and explained a higher percentage of variance than the measures of satisfaction with life domains, especially in the case of happiness as the criteria. These findings suggested that optimism is a relevant personality trait to improve subjective well-being of individuals.

Keywords

optimism; subjective well-being; happiness; life satisfaction; positive emotions; negative emotions; satisfaction with specific life domains

Introducción

En los últimos años ha habido un creciente interés por estudiar los determinantes positivos del comportamiento humano, surgiendo lo que se ha venido a denominar la Psicología Positiva (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). En un artículo de revisión, Ryan y Deci (2001) clasificaron los estudios sobre bienestar que existían hasta ese momento, reconociendo dos tradiciones claramente diferenciadas: aquella centrada en el estudio del bienestar subjetivo el *bienestar subjetivo o hedónico*, entendido como la ‘maximización del placer y minimización del dolor’ propuesta inicialmente por Bradburn (1969) e impulsada posteriormente por Diener y su equipo (Diener, 1984; Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999); y la centrada en el *bienestar psicológico o eudaimónico* que se define como la ‘búsqueda de una vida virtuosa o de excelencia, en la que predomina el desarrollo de las potencialidades del individuo y la autorrealización’ (Ryff, 1989).

Este trabajo se centra en el estudio del bienestar subjetivo analizando los componentes del mismo, así como las variables sociodemográficas y personales que se asocian a este. El bienestar subjetivo se ha entendido con base en los dos componentes propuestos por Diener (1984): el afectivo, referido al predominio de emociones positivas frente a las emociones negati-

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

vas y cuyo equilibrio ha venido a denominarse felicidad (Argyle, 1999; Bradburn, 1969; Lyubomirsky & Lepper, 1999) y el cognitivo, relacionado con la satisfacción vital y que recoge la valoración global que realiza el individuo acerca de los logros obtenidos en su vida en función de sus expectativas o estándares personales (Pavot & Diener, 1993). Aunque la mayor parte de la investigación se ha centrado en este tipo de medidas globales de bienestar, existen otros indicadores más específicos que evalúan, también desde un punto de vista cognitivo, la satisfacción del individuo en dominios o áreas concretas de su vida tales como salud, productividad, vida privada, seguridad, vida en comunidad, bienestar emocional y bienestar material (Cummins, Eckersley, Pallant & Davern, 2002). El bienestar subjetivo implica, por tanto, una valoración integral que hace el individuo acerca de sus vivencias, logros, fracasos, emociones, o factores de crianza, entre otros, considerando tanto áreas concretas, como su vida a nivel global y que únicamente se podrá conocer mediante el propio juicio del individuo (Rojas & Elizondo-Lara, 2012).

Aunque la investigación acerca del bienestar subjetivo y sus determinantes no es reciente (De Neve & Cooper, 1998; Diener, 1984; Diener & et al., 1985; Fordyce, 1986; Pavot & Diener, 1993; Ryff, 1989), es en la última década en que ha comenzado a estudiarse de manera sistemática en países latinoamericanos (Casullo, 2000; Díaz & González, 2011; Laca, Verdugo & Guzmán, 2005; Moyano & Ramos, 2007; Palomar, 2000; Puente-Díaz & Cavazos, 2013; Vera-Noriega & Tánori, 2002). Según Castro (2012) esto ha supuesto el 5% del total de publicaciones sobre Psicología Positiva que aparecen en las principales revistas latinoamericanas desde el 2000 hasta el 2012, proviniendo la mayor parte de los artículos (el 80%) de solo cuatro países: México, Chile, Brasil y Argentina. Y centrándose estos estudios, por un lado, en analizar las áreas o dominios vitales que están más relacionados con el bienestar (Palomar, 2004; Rojas & Elizondo-Lara, 2012; Vera-Noriega & Rodríguez, 2007; Vera-Noriega & Tánori, 2002) y por otro, en identificar las características sociodemográficas que influyen fundamentalmente en la satisfacción vital (Fuentes & Rojas, 2001; Moyano & Ramos, 2007;

Ruvalcaba, Salazar & Fernández-Berrocal, 2012; Vera-Noriega, 2001).

Los hallazgos acerca de los dominios vitales que contribuyen al bienestar de los mexicanos indican que las áreas de la familia, tanto las relaciones con la pareja como con los hijos, el gobierno y la satisfacción global con la vida se presentan como los factores más importantes del bienestar subjetivo (Palomar, 2004; Vera-Noriega & Tánori, 2002). Además, también aparecen los amigos y el área personal como determinantes de la satisfacción vital y la felicidad, sobre todo en población estudiante (Arita, 2005; Banda & Morales, 2012; Vera-Noriega, 2001; Vera-Noriega & Rodríguez, 2007). De modo que, existe cierto acuerdo en que la satisfacción con la vida parece depender en mayor medida de áreas como la familiar, laboral y tiempo libre (Rojas & Elizondo-Lara, 2012).

No obstante, algunos de estos resultados parecen estar modulados por características sociodemográficas, como el género, la edad, el estado civil o los ingresos. En general, las mujeres parecen mostrar mayor bienestar o satisfacción con la vida que los hombres (Domínguez et al., 2006; Laca & et al., 2005; Vera-Noriega & Rodríguez, 2007), pero va a depender del dominio vital que se tome en consideración. Los hombres informan de más satisfacción en dominios como amigos, área personal y área económica (Vera-Noriega, 2001). En un estudio reciente, llevado a cabo en Costa Rica, las mujeres mostraron mayor satisfacción en el dominio familia extensa y amistades, pero menor satisfacción en el dominio económico (Rojas & Elizondo-Lara, 2012). Por lo anterior, la investigación previa muestra ciertas inconsistencias en cuanto a la influencia del género en el bienestar.

Los estudios que analizan el bienestar en función de la edad muestran una relación en forma de "U" invertida. De modo que los jóvenes y los mayores son los que informan de mayor satisfacción con la vida y más emociones positivas, aunque parece que la expresión de emociones y la percepción social de la felicidad disminuye en los participantes de más edad (Vera-Noriega & Rodríguez, 2007). Nuevamente, dependerá del dominio vital que se analice, pero parece que la satisfacción con el do-

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jde1Ww1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

minio familiar es importante para la mayor parte de los individuos siendo bastante estable con los años (Rojas & Elizondo-Lara, 2012).

El estado civil también se ha vinculado a la felicidad, informando las personas casadas de más felicidad que las solteras, separadas o viudas (Argyle, 1999; Lu, 2000). En adultos peruanos se ha encontrado que las personas casadas informaron de mayor felicidad que las solteras (Alarcón, 2001). Según Namkee y Mochón (2007), la pareja es importante no solo por proporcionar estabilidad emocional sino que satisface otras áreas vitales como la sexual y el ocio.

Por otra parte, existe cierta controversia acerca de la importancia de los aspectos económicos en el bienestar, aunque parece un área relevante no afecta del mismo modo a individuos de distintas edades, siendo en algunos casos más importante para el bienestar de los jóvenes que de los mayores (Palomar, 2000) y, en otros, no apareciendo diferencias en satisfacción general con la vida entre jóvenes que tienen distintas condiciones de vida, incluso de extrema pobreza (Ruvalcaba et al., 2012). Algunos autores señalan que los ingresos solo explicarían el 5% de la varianza de bienestar, siendo más importante la percepción de necesidades materiales satisfechas (Fuentes & Rojas, 2001).

Por último, hay que considerar que en Latinoamérica solo algunos estudios se han centrado en identificar factores psicológicos, como el desarrollo de la identidad, la autonomía, rasgos personales o estrategias de afrontamiento que repercuten de algún modo en la satisfacción vital y la felicidad (Domínguez et al., 2006; Escobar, Zanatta, Ponce, García & Gama, 2012; Puente-Díaz & Cavazos, 2013; Verdugo-Lucero et al., 2013).

Atendiendo a las inconsistencias encontradas en cuanto a la relación entre características sociodemográficas y bienestar, considerado tanto a nivel global como en dominios vitales específicos, y al escaso consenso acerca del peso que tiene cada área vital en el bienestar, surge el presente estudio. Además, teniendo en cuenta que la investigación previa ha mostrado la relevancia de determinadas características personales en el bienestar (Brissette, Scheier & Carver, 2002; Chico, 2002; Marrero & Carballeira, 2011; Steel, Schmidt & Shultz, 2008), pero que ape-

nas han sido estudiadas con población latinoamericana, se analiza el papel que tiene el optimismo en los distintos componentes del bienestar, entendido como una expectativa global o generalizada de que en el futuro se obtendrán resultados favorables frente a los desfavorables (Scheier & Carver, 1985). Por tanto, los objetivos fundamentales de este trabajo son: 1. Analizar la relación entre características sociodemográficas y los distintos componentes del bienestar subjetivo (satisfacción vital, felicidad, emociones positivas, emociones negativas y satisfacción en los dominios de pareja, estudios, salud y ocio); 2. Analizar la relación entre el optimismo y los componentes del bienestar subjetivo, así como el nivel de bienestar experimentado por las personas con alto optimismo; 3. Analizar el peso que tienen tanto los distintos dominios vitales como el optimismo en la satisfacción y la felicidad de los individuos.

Método

Participantes

Participaron 299 estudiantes de la Universidad de San Luis Potosí (UASLP) del primer curso de Psicología, contactados a solicitud de sus docentes para colaborar voluntariamente en una investigación acerca del bienestar y sus determinantes. Las edades estuvieron comprendidas entre los 17 y los 49 años ($M = 19.38$; $DE = 3.19$); el 71.8% eran mujeres y el resto hombres. El 94.9% era soltero y una mínima parte estaba casado o convivía con su pareja (5.1%). El 37.1% del total mantenía una relación sentimental, mientras que la mayoría informaba de no tener pareja. Únicamente el 3.1% estaba activo laboralmente, aunque la mayor parte era estudiante y no tenía trabajo remunerado, el 64.7% informaba que el dinero del que disponía le permitía tener sus necesidades cubiertas.

Instrumentos

Entrevista semiestructurada (Marrero, Carballeira & Rodríguez, 2007)

Fue diseñada por el equipo de investigación, con el propósito de registrar diversas características

sociodemográficas y de estilo de vida de los participantes. Consta de siete apartados amplios: 1) datos generales: donde se recoge el género, la edad, el lugar de residencia, el estado civil, el número de hijos y el nivel de satisfacción con la situación sentimental actual, esta última en una escala tipo Likert desde 1 (*nada satisfecho*) hasta 5 (*muy satisfecho*); 2) estudios y profesión: donde se registra el nivel de estudios alcanzado (sin estudios, estudios primarios, estudios secundarios, bachiller o estudios universitarios), la profesión, el estado laboral actual (activo, parado, jubilado o estudiante), la satisfacción con su trabajo o estudios (de 1 a 5 puntos), los ingresos económicos y si estos le permiten cubrir sus necesidades, respondiendo, en este último caso, afirmativa o negativamente; 3) salud: sondea si existe algún tipo de enfermedad física y otros hábitos de salud, tales como consumo de tabaco, alcohol, drogas o si practica algún deporte, en este apartado también se pregunta acerca del nivel de satisfacción general con su salud en la misma escala de cinco puntos; 4) creencias religiosas: donde se registra si tiene alguna educación religiosa, de qué tipo, así como la importancia de la religión en su vida; 5) historia familiar: se recoge el estado civil de los padres y diversos adjetivos que definen la relación con su madre y con su padre; 6) ocio y diversión: donde aparece un listado de actividades para que el individuo registre la periodicidad con que realiza las mismas (desde *nada* hasta *a diario*) y el nivel de satisfacción con las actividades lúdicas en una escala de cinco puntos (desde *nada satisfecho* hasta *muy satisfecho*) y, por último, 7) acontecimientos vitales: donde se plantean tres cuestiones abiertas acerca de los acontecimientos importantes ocurridos en su vida, los hechos que resultaron más agradables y aquellos que fueron más desagradables.

En este trabajo, únicamente, se consideraron las variables sociodemográficas: género, edad, estado civil, situación de pareja, nivel de estudios, nivel suficiente de ingresos y situación laboral; así como el nivel de satisfacción en cuatro áreas vitales: pareja, trabajo/estudio, salud y ocio, que tal y como se señaló anteriormente fueron evaluadas mediante una escala tipo Likert de 1 a 5 puntos (1 = *no estoy satisfecho/a*; 2 = *algo satisfecho/a*; 3 = *medianamente satisfecho/a*; 4 = *bastante satisfecho/a*; 5 = *muy*

satisfecho/a). Los participantes, al final de la entrevista tenían un apartado de observaciones para señalar si se encontraron con dificultades en la comprensión de los ítems. No habiendo ninguna observación al respecto, se consideró que la entrevista era adecuada para registrar las variables objeto de estudio.

Life Orientation Test Revised ([LOT-R]; Scheier, Carver & Bridges, 1994)

Incluye 6 ítems y otros 4 neutros, con cinco opciones de respuesta, que permite evaluar el optimismo disposicional o las expectativas de los individuos acerca de los resultados favorables que puedan ocurrirles en el futuro (p. ej.: “En los momentos de incertidumbre, suelo esperar lo mejor”). En el estudio original, la prueba presentó una consistencia interna de 0.78. Este instrumento ha mostrado ser adecuado para su utilización con población mexicana (Vera-Villaruel, Córdova-Rubio & Celis-Atenas, 2009). En este estudio, se empleó la traducción al español, realizada por el equipo de investigación, siendo el alpha de Cronbach de 0.57.

Satisfaction with Life Scale ([SWLS]; Diener et al., 1985)

Mediante cinco ítems, se evalúa el juicio cognitivo del individuo acerca de la satisfacción global con su propia vida, comparando sus circunstancias vitales con un estándar particular (p. ej.: “En muchos sentidos, mi vida está cercana a lo ideal”). Cada ítem se responde en una escala de 1 (*nada satisfecho*) a 7 (*muy satisfecho*). La consistencia interna de la escala original fue de 0.87 y la fiabilidad test-retest 0.82. En este trabajo, también se utilizó la versión española traducida por el equipo de investigación que coincide con la versión adaptada a población mexicana realizada por Laca et al. (2005), mostrando una consistencia interna de 0.84.

Positive and Negative Affect Schedule ([PANAS]; Watson, Clark & Tellegen, 1988)

Consta de 20 calificativos, 10 positivos (p. ej.: entusiasmado, motivado, decidido) y otros 10 negativos

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

(p. ej.: inquieto, nervioso, temeroso) que evalúan las emociones presentes en el momento de contestar la prueba, en una escala que oscila desde 0 (*totalmente en desacuerdo*) a 5 (*totalmente de acuerdo*). Se empleó la versión traducida y adaptada al español por el equipo de investigación, en la que se aclararon con jueces expertos de procedencia mexicana, la mitad de emociones registradas que parecían ser confusas. En este estudio, los índices de consistencia interna de la prueba, tal y como se adaptó en los distintos calificativos, fueron 0.82 para emociones positivas y 0.85 para emociones negativas.

Subjective Happiness Scale
(Lyubomirsky & Lepper, 1999)

Está formada por 4 ítems que evalúan, en una escala de 7 puntos, el grado en que el individuo se siente feliz en relación con su vida o comparado con las personas de su entorno (p. ej.: “En general me considero una persona feliz”). La escala en el estudio original de validación ha mostrado coeficientes de fiabilidad que oscilan entre 0.79 y 0.94. En este estudio, en el cual se empleó la versión española traducida por el equipo de investigación, la consistencia interna fue de 0.81.

Procedimiento

Se contactó con el profesorado de primero de Psicología de la UASLP para que facilitara un tiempo de 30 minutos a su alumnado en el que pudieran cumplimentar la batería de pruebas a través de una aplicación en línea. En la prueba se explicaban brevemente los objetivos de la investigación y se garantizaba la confidencialidad de la información recabada. Además, se aclaraba que la información sería utilizada con fines de investigación, por lo que la cumplimentación de la misma supondría el consentimiento de los participantes para emplear los datos en publicaciones científicas.

Análisis de datos

Se empleó un diseño descriptivo transversal o exploratorio incorporando los datos obtenidos al

paquete estadístico SPSS (versión 19), a través del cual se llevaron a cabo diversos análisis estadísticos. En todos los análisis se optó por la estadística paramétrica, a pesar de que la muestra fue de conveniencia y no estaba aleatorizada, pero las variables que se incluyeron en el estudio, *a priori*, se distribuían normalmente y el objetivo último era estimar un parámetro de interés, en este caso el bienestar, a partir de la combinación de diversas variables, lo que no era posible mediante técnicas no paramétricas.

En un primer momento, con el objeto de conocer la relación entre las variables de bienestar, las características sociodemográficas y el optimismo se emplearon análisis correlacionales. Por un lado, se aplicó la Tau-b de Kendall entre los indicadores de bienestar, el optimismo y las variables sociodemográficas ordinales o categóricas (género, estado civil, relación sentimental, estudios, ingresos y condición laboral). Por otra parte, se aplicó correlación de Pearson entre las variables continuas que en este estudio fueron la edad, los indicadores de bienestar y el optimismo. Teniendo en cuenta que el optimismo guardaba una relación estrecha con el bienestar, se profundizó en el papel del mismo, analizando si existían diferencias en las medias de bienestar de los individuos en función de que su nivel de optimismo fuera bajo, medio o alto, para cuyo análisis se empleó un MANOVA puesto que permite comparar a los tres grupos simultáneamente, así como incluir al mismo tiempo diversas variables dependientes.

Previamente, se había comprobado, mediante χ^2 , que los grupos fueran homogéneos en las variables sociodemográficas registradas. Al aparecer diferencias entre los tres grupos de optimismo en género, se aplicó MANCOVA, en el que se incluyó el género como covariante. Por último, para averiguar qué dominio vital explicaba en mayor medida el bienestar global (satisfacción con la vida y felicidad), se aplicaron análisis de regresión múltiple con el método hacia adelante que permite conocer qué variables van a formar parte de la ecuación en función del orden de importancia. Las variables predictoras fueron la satisfacción en las cuatro áreas vitales y como variables criterio se tomaron la satisfacción vital, por un lado, y la felicidad, por

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	Fecha: 28/06/2017 09:01:51
ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	28/06/2017 09:04:06
ERNESTO PEREDA DE PABLO UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA	07/07/2017 18:09:27

otro. Seguidamente, se aplicaron nuevos análisis de regresión, con el objeto de identificar la importancia del optimismo en el bienestar frente a la satisfacción en dominios vitales. En esta ocasión se incluyeron como variables predictoras, conjuntamente, las cuatro medidas de satisfacción en áreas vitales y el optimismo.

Resultados

En un primer momento, se analizó la distribución de las puntuaciones en las distintas variables de bienestar. En general, se observa una distribución normal en las variables emociones positivas ($M = 38.66$; $DE = 5.83$) y emociones negativas ($M = 21.05$; $DE = 6.2$), pero hay una cierta asimetría, situándose la mayor parte de los participantes por encima de la media, en felicidad ($M = 22.91$; $DE = 3.91$); satisfacción vital ($M = 28.20$; $DE = 6.2$) y, sobre todo, en la satisfacción con los dominios vitales específicos. El 75.5% informa de niveles de satisfacción muy altos en estudios ($M = 3.97$; $DE = 0.73$); el 74.6% muestra niveles muy altos de satisfacción con la salud ($M = 3.91$; $DE = 0.8$); el 66.1% tiene una alta satisfacción con el ocio ($M = 3.84$; $DE = 0.88$) y un 60.2% está muy satisfecho con su pareja ($M = 3.64$; $DE = 1.07$), en este último caso hay que tener en cuenta que solo algo más del tercio tenía pareja.

Los análisis correlacionales, Tau-b de Kendall y Pearson, indican que apenas existe relación entre las características sociodemográficas y bienestar subje-

tivo. Tal y como se puede observar en la Tabla 1, no aparecen relaciones significativas del bienestar, evaluado de modo global y específico, con edad, estado civil, nivel de estudios, ni ingresos. El género muestra una correlación de baja magnitud con satisfacción en los estudios ($r = 0.14$; $p < 0.01$), satisfacción vital ($r = 0.14$; $p < 0.01$), felicidad ($r = 0.14$; $p < 0.01$) y optimismo ($r = 0.11$; $p < 0.05$). Tener pareja se relaciona con la satisfacción en el área sentimental ($r = -0.31$; $p < 0.001$), y la condición laboral está ligeramente asociada a la satisfacción vital ($r = 0.12$; $p < 0.01$). Cuando se analizan, a través de un MANOVA, las diferencias entre hombres y mujeres en las medidas de bienestar que aparecen relacionadas con el género, se observa que las mujeres informan de mayor satisfacción con los estudios ($F(1,286) = 6.09$; $p < 0.01$); mayor felicidad ($F(1,286) = 9.93$; $p < 0.01$); mayor satisfacción con la vida ($F(1,286) = 10.2$; $p < 0.01$) y mayor optimismo ($F(1,286) = 5.98$; $p < 0.01$). Un ANOVA permitió analizar a las personas que tiene pareja frente a las que no la tienen en la variable satisfacción con la pareja, indicando que las personas que tienen pareja están más satisfechas con su relación que los que no la tienen ($F(1,269) = 30.84$; $p < 0.001$). Se aplicó otro ANOVA para la condición laboral, tomando como variable dependiente la satisfacción vital, se encontró que los estudiantes informan de más satisfacción vital que las personas activas laboralmente, aunque estas diferencias no resultaron significativas ($F(3,291) = 1.94$; $p = 0.12$).

TABLA 1
Correlación entre bienestar subjetivo y características sociodemográficas

	Género ^a	Edad ^b	Estado ^a Civil	Relación ^a sentimental	Estudios ^a	Ingresos ^a Suficientes	Condición laboral ^a
Felicidad	0.14**	0.01	0.01	-0.02	-0.04	-0.11	0.09
Satisfacción vital	0.14**	-0.01	-0.009	-0.03	-0.007	-0.04	0.12**
Emociones positivas	-0.04	0.05	-0.003	0.02	-0.07	-0.04	0.04
Emociones negativas	-0.06	-0.05	-0.005	-0.03	0.03	0.05	-0.04
Satisfacción pareja	0.07	0.04	0.06	-0.31***	0.02	-0.14	0.07
Satisfacción estudios	0.14**	0.06	0.07	0.02	-0.08	-0.03	0.02
Satisfacción salud	-0.03	0.01	-0.04	0.06	-0.08	-0.06	0.09
Satisfacción ocio	-0.08	0.1	-0.04	0.07	0.009	-0.01	-0.07
Optimismo	0.11*	-0.006	-0.06	0.004	-0.06	-0.06	0.008

* $p < 0.05$. ** $p < 0.01$. *** $p < 0.001$. a: Correlación de Tau-b de Kendall; b: Correlación de Pearson.
Fuente: elaboración propia

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

En cuanto a la relación entre las distintas medidas de bienestar subjetivo, en la Tabla 2 se observa que las medidas globales de bienestar (satisfacción vital y felicidad) están más relacionadas con los componentes afectivos (emociones positivas y negativas) del bienestar que las medidas de satisfacción en áreas vitales específicas. La felicidad se relaciona de forma directa con emociones positivas ($r = 0.62$; $p < 0.001$) e inversamente con emociones negativas ($r = -0.44$; $p < 0.001$); y un patrón similar aparece entre satisfacción vital y emociones positivas ($r = 0.47$; $p < 0.001$) y emociones negativas ($r = -0.32$; $p < 0.001$).

La satisfacción en áreas vitales específicas guarda una relación moderada con emociones positivas y de baja magnitud con las emociones negativas. Así, por ejemplo mientras la satisfacción con los estudios y con el ocio se relaciona con emociones positivas ($r = 0.37$; $p < 0.001$; $r = 0.34$; $p < 0.001$, respectivamente), muestran una escasa asociación con emociones negativas ($r = -0.17$; $p < 0.01$; $r = -0.22$; $p < 0.001$, respectivamente). La satisfacción con la relación sentimental es el área que está más relacionada con la satisfacción vital y la felicidad ($r = 0.34$; $p < 0.001$; $r = 0.32$; $p < 0.001$, respectivamente). Por otra parte, la felicidad y la satisfacción

vital, aunque guardan una estrecha relación ($r = 0.6$; $p < 0.001$), parecen referirse a constructos ligeramente distintos, compartiendo únicamente el 36% de la varianza.

En cuanto al optimismo, muestra asociaciones más potentes con todos los indicadores de bienestar que las variables sociodemográficas o que las distintas medidas de satisfacción en áreas vitales. De modo que se relaciona positivamente con felicidad ($r = 0.54$; $p < 0.001$), con emociones positivas ($r = 0.51$; $p < 0.001$) y con satisfacción vital ($r = 0.34$; $p < 0.001$) e inversamente con emociones negativas ($r = -0.33$; $p < 0.001$). Las correlaciones del optimismo con la satisfacción en dominios vitales son de menor magnitud, oscilando entre 0.16 ($p < 0.01$) y 0.21 ($p < 0.001$).

Se profundizó en la relación entre optimismo y bienestar, analizando las diferencias entre los individuos en función de su nivel de optimismo. Para ello, se conformaron tres grupos: el grupo de bajo optimismo que se situaba en el centil 25 con puntuaciones entre 1 y 15 (30.4% de la muestra); el grupo de optimismo medio, con puntuaciones entre 16 y 18 (35.5% de la muestra) y el grupo de alto optimismo que estaba en el centil 75 y obtuvo puntuaciones de 19 a 24 (34.1% de la muestra). A

TABLA 2
Correlación de Pearson entre las medidas de bienestar subjetivo y optimismo

	Satisfacción vital	Emociones positivas	Emociones negativas	Satisfacción pareja	Satisfacción estudios	Satisfacción salud	Satisfacción ocio	Optimismo
Felicidad	0.6***	0.62***	-0.44***	0.32***	0.37***	0.26***	0.29***	0.54***
Satisfacción Vital		0.47***	-0.32***	0.34***	0.35***	0.24***	0.28***	0.34***
Emociones Positivas			-0.3***	0.13*	0.37***	0.28***	0.34***	0.51***
Emociones Negativas				-0.16**	-0.17**	-0.25***	-0.22***	-0.33***
Satisfacción Pareja					0.2***	0.14*	0.19***	0.16**
Satisfacción Estudios						0.27***	0.17**	0.2***
Satisfacción Salud							0.17**	0.21***
Satisfacción Ocio								0.2***

* $p < 0.05$. ** $p < 0.01$. *** $p < 0.001$.

Fuente: elaboración propia

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

través de chi cuadrado se comprobó que los grupos fueron homogéneos en edad ($\chi^2(2) = 24.36, p = 0.555$), estado civil ($\chi^2(4) = 2.04, p = 0.729$), nivel de estudios ($\chi^2(2) = 2.93, p = 0.318$), ingresos ($\chi^2(2) = 3.55, p = 0.169$), condición laboral ($\chi^2(6) = 4.61, p = 0.594$) y relación sentimental ($\chi^2(2) = 4.73, p = 0.094$). Únicamente aparecen diferencias significativas en género ($\chi^2(2) = 5.88, p = 0.053$). Las mujeres en términos generales presentan mayor optimismo que los hombres ($F(1,296) = 5.29; p < 0.05$). Estas diferencias aparecen en el grupo de bajo optimismo, mientras que en el grupo de alto optimismo son los hombres más optimistas que las mujeres.

Tras comprobar la igualdad de las matrices de covarianza entre los tres grupos (M de Box = 91.34, $p = 0.11$) y la igualdad de las varianzas de error mediante la prueba de Levene, en la que únicamente había diferencias significativas para felicidad ($F(2,255) = 5.26; p = 0.006$, se aplicó un MANOVA. Se consideraron como variables dependientes las medidas de bienestar y como variable independiente el nivel de optimismo, apareciendo diferencias significativas en todas las medidas de bienestar (Lambda de Wilks = 0.28; $p < 0.001$).

Los análisis univariados indican diferencias en felicidad ($F(2,255) = 35.45; p < 0.001; \eta^2 = 0.22$), satisfacción vital ($F(2,255) = 11.81; p < 0.001; \eta^2 = 0.08$), emociones positivas ($F(2,255) = 31.02; p < 0.001; \eta^2 = 0.2$) y emociones negativas ($F(2,255) = 9.01; p < 0.001; \eta^2 = 0.07$); y en todas las relativas a satisfacción con dominios espe-

cíficos: estudios ($F(2,255) = 5.01; p < 0.05; \eta^2 = 0.04$), pareja ($F(2,255) = 4.07; p < 0.05; \eta^2 = 0.03$), ocio ($F(2,255) = 4.95; p < 0.01; \eta^2 = 0.04$) y salud ($F(2,255) = 6.18; p < 0.01; \eta^2 = 0.05$).

Los análisis *post hoc* con ajuste de Bonferroni indican que las personas con bajo optimismo muestran menor satisfacción vital, menos emociones positivas, son más infelices y experimentan más emociones negativas que las personas con un nivel de optimismo medio y alto. Además, también se encontraron diferencias significativas entre las personas con optimismo medio y alto en felicidad. En cuanto a la satisfacción en dominios vitales específicos, se observa que las personas poco optimistas están más insatisfechas en todas las áreas vitales que las que tienen puntuaciones altas en optimismo. Únicamente, se encuentran diferencias significativas entre el grupo que presenta bajas puntuaciones en optimismo y el grupo que tiene puntuaciones medias en satisfacción con los estudios y satisfacción con la salud (Tabla 3).

Se aplicó un nuevo análisis de varianza tomando como covariante el género (MANCOVA), ya que en los análisis previos se habían observado diferencias entre hombres y mujeres en optimismo. Los resultados van en la misma línea: existen diferencias significativas entre los grupos de optimismo en todas las medidas de bienestar (Lambda de Wilks = 0.89; $p < 0.001$). A nivel univariado, se observan diferencias en felicidad ($F(2,254) = 32.41; p < 0.001; \eta^2 = 0.2$), satisfacción vital ($F(2,254) = 10.74; p < 0.001; \eta^2 = 0.08$), emociones positivas

TABLA 3
Diferencias de medias en función del nivel de optimismo para las medidas de bienestar subjetivo

	Bajo Optimismo Media DE N = 81	Optimismo Medio Media DE N = 90	Alto Optimismo Media DE N = 80	F	Contraste Bonferroni
Felicidad	20.25 4.11	23.23 3.4	24.78 3.04	35.21***	1<2***, 1<3***, 2<3**
Satisfacción vital	25.9 5.24	28.28 5.12	29.84 4.98	11.81***	1<2**, 1<3***
Emociones positivas	34.69 5.84	39.21 4.98	40.96 5.09	29.39***	1<2***, 1<3***
Emociones negativas	23.52 6.23	21.11 5.74	19.6 6.1	9.08***	1<2*, 1<3***
Satisfacción pareja	3.39 1.07	3.68 1.1	3.85 1.02	3.72*	1<3*
Satisfacción estudios	3.75 0.77	4.07 0.68	4.05 0.71	4.52**	1<2*, 1<3*
Satisfacción salud	3.64 0.87	3.98 0.67	4 0.88	6.18**	1<2**, 1<3**
Satisfacción ocio	3.64 0.82	3.79 0.92	4.07 0.88	4.95**	1<3**

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; *** $p < 0.001$; 1 = Bajo optimismo, 2 = Optimismo medio; 3 = Alto optimismo
Fuente: elaboración propia

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

($F(2,254) = 30.06; p < 0.001; \eta^2 = 0.19$), emociones negativas ($F(2,254) = 8.43; p < 0.001; \eta^2 = 0.06$), satisfacción con los estudios ($F(2,254) = 3.62; p < 0.05; \eta^2 = 0.03$), satisfacción con la pareja ($F(2,254) = 3.22; p < 0.05; \eta^2 = 0.02$), satisfacción con el ocio ($F(2,254) = 5.19; p < 0.01; \eta^2 = 0.04$) y satisfacción con la salud ($F(2,254) = 6.72; p < 0.001; \eta^2 = 0.05$).

Por último, con el objeto de conocer qué peso o importancia relativa tenían los distintos dominios de satisfacción en cada uno de los indicadores globales de bienestar, se aplicaron análisis de regresión múltiple, empleando el método hacia adelante que permite establecer la combinación lineal de los dominios para explicar la satisfacción vital y la felicidad. Los análisis correlacionales previos revelaron que no existía multicolinealidad entre las distintas variables por lo que fue factible aplicar este estadístico. Las variables predictoras introducidas fueron las cuatro medidas de satisfacción en dominios vitales específicos: pareja, estudios, salud y ocio; y las variables criterio fueron la satisfacción vital en uno de los análisis, y la felicidad en el otro. Tal y como se puede observar en la Tabla 3, los cuatro dominios explican el 25.2% de la varianza de la satisfacción vital ($F(4, 253) = 22.66, p < 0.001, R^2$ ajustado = 0.25). El área que aparece con más peso es la satisfacción con los estudios ($\beta = 0.25, p < 0.001$), seguida de la satisfacción con la pareja ($\beta = 0.22, p < 0.001$), con el ocio ($\beta = 0.18, p < 0.001$) y con la salud ($\beta = 0.14, p < 0.05$). En el caso de la felicidad los resultados son similares, los cuatro dominios explican el 25.8% de la varianza ($F(4, 253) = 23.33, p < 0.001, R^2$ ajustado = 0.26) y de nuevo la satisfacción con los estudios tiene mayor poder

predictivo seguida de la satisfacción con la pareja, con el ocio y con la salud.

Seguidamente, se aplicaron nuevos análisis de regresión múltiple tomando como variables predictoras el optimismo y además de la satisfacción en los distintos dominios vitales. Los resultados indican que el optimismo tiene mayor capacidad predictiva que la satisfacción en áreas específicas, sobre todo en el caso de la felicidad. Concretamente, el 44% de la felicidad ($F(5, 252) = 42.19, p < 0.001, R^2$ ajustado = 0.44) fue predicha en primer lugar por el optimismo ($\beta = 0.45, p < 0.001$), seguida de la satisfacción con los estudios ($\beta = 0.22, p < 0.001$), la satisfacción con la pareja ($\beta = 0.18, p < 0.001$), la satisfacción con el ocio ($\beta = 0.11, p < 0.01$) y la satisfacción con la salud ($\beta = 0.07, p < 0.05$). En el caso de la satisfacción vital, la incorporación del optimismo permitió predecir hasta un 30% de la varianza ($F(5, 252) = 22.95, p < 0.001, R^2$ ajustado = 0.3) teniendo la misma importancia el optimismo ($\beta = 0.23, p < 0.001$) que la satisfacción con los estudios ($\beta = 0.23, p < 0.001$), seguidas de la satisfacción con la pareja ($\beta = 0.20, p < 0.001$) y la satisfacción con el ocio ($\beta = 0.10, p < 0.01$), pero no resultó significativa la satisfacción con la salud ($\beta = 0.07, p = 0.16$).

Discusión

El objetivo de este trabajo era analizar la relación entre características sociodemográficas, optimismo y bienestar subjetivo, así como identificar la contribución de los dominios vitales y del optimismo al bienestar, en una población de universitarios de una institución mexicana. Los resultados indican

TABLA 4
Análisis de regresión de satisfacción en dominios vitales específicos sobre medidas de bienestar global

Variables	Satisfacción Vital			Felicidad		
	β	R^2 adj	F	β	R^2 adj	F
Satisfacción con estudios	0.25***	0.25	22.86***	0.26***	0.26	23.41***
Satisfacción con pareja	0.22***			0.22***		
Satisfacción con salud	0.14***			0.14**		
Satisfacción con ocio	0.18*			0.18**		

* $p < 0.05$. ** $p < 0.01$. *** $p < 0.001$.

Fuente: elaboración propia

que las características sociodemográficas se asocian en menor medida al bienestar que el optimismo. La literatura previa ya había mostrado el escaso poder predictivo de las variables sociodemográficas sobre la felicidad y la satisfacción vital, explicando menos del 2% de la varianza (Argyle, 1999; González, Moreno, Garrosa & Peñacoba, 2005; Lykken & Tellegen, 1996; Myers & Diener, 1995; Watson, 2000).

En nuestro estudio, únicamente el género parecía guardar cierta relación con algunos indicadores de bienestar, presentando las mujeres mayor satisfacción con los estudios, con la vida y mayor felicidad que los hombres. En el metaanálisis de Wood, Rhodes y Whelan (1989) se encontró que las mujeres mostraban más felicidad que los hombres, posiblemente debido a que ellas experimentan tanto las emociones positivas como negativas con mayor intensidad (Larsen & Diener, 1987). La mayor parte de los trabajos llevados a cabo con población mexicana corroboran estos resultados acerca del mayor bienestar de las mujeres frente a los hombres (Domínguez et al., 2006; Laca et al., 2005; Vera-Noriega & Rodríguez, 2007). Probablemente, el hecho de que la mujer sea más sensible a las emociones y que informe de mayor empatía emocional que los hombres (Mestre, Samper, Frías & Tur, 2009) hace que se beneficie de otros factores que han aparecido vinculados al bienestar, como las relaciones positivas con los otros o el crecimiento personal (Ryff & Keyes, 1995; Marrero & Carballera, 2012), y de ahí que valore su vida más positivamente. Además, la incorporación de la mujer al ámbito educativo y profesional en México es relativamente reciente y ha supuesto cambios en el papel que ella desempeña en la toma de decisiones familiares y personales (Casique, 2004; García & Oliveira, 1994, 2001). Quizá esa creciente visibilidad de la mujer en la sociedad y haber incrementado su nivel de aspiraciones esté contribuyendo a que se produzca un empoderamiento de la mujer que haga que se perciba con un mayor control sobre su vida, lo que, a su vez, contribuiría de forma positiva a su bienestar (Casique, 2001).

Además, aunque la investigación previa había mostrado asociaciones entre estado civil y bienestar (Argyle, 1999; Myers & Diener, 1995), en el presen-

te estudio esta variable no presenta correlaciones significativas con el bienestar. Hay que tener en cuenta que la población universitaria es mayoritariamente soltera, en este caso más del 90%, de ahí que esta variable no haya sido relevante. En su lugar, se analizó tener una relación sentimental que podría tomarse como un indicador del apoyo social con el que cuentan los individuos. Aunque solo un tercio de los participantes en esta investigación tenían pareja, este hecho sí parece estar asociado a la satisfacción en ese dominio concreto. Sin embargo, tener pareja no se relacionó con la felicidad o la satisfacción vital. Este es un hallazgo en el que se tendría que profundizar en estudios posteriores en los que, no solo se cuente con un mayor número de personas que estén implicadas en una relación sentimental sino que se valore la calidad de dicha relación, aspecto que parece estar más relacionado con el bienestar que el hecho en sí mismo de tener pareja (Diener et al., 1999).

Por otra parte, el optimismo resultó estar asociado a todos los indicadores de bienestar subjetivo, principalmente a felicidad y a emociones positivas, siendo la relación con la satisfacción en áreas específicas de menor magnitud. Las personas que se caracterizan por puntuar alto en optimismo también muestran una mayor puntuación en todos los indicadores de bienestar frente a las que se sitúan en posiciones intermedias o presentan bajo optimismo. Estos resultados son coherentes con los encontrados por Vera-Villarreal et al. (2009) que señalan la mayor satisfacción vital y felicidad de las personas con alto optimismo frente a las de bajo optimismo. Resulta relevante destacar que en nuestro estudio tener un nivel medio de optimismo es suficiente para que los individuos manifiesten mayor satisfacción vital, felicidad, emociones positivas, satisfacción con los estudios y con la salud y menor frecuencia de emociones negativas frente a los que presentan puntuaciones bajas en optimismo. Si además se incrementa el optimismo por encima de la media, podría tener repercusiones positivas sobre todo en el nivel de felicidad y en la satisfacción con áreas específicas, como la pareja y el ocio. Este resultado tiene importantes implicaciones a la hora de desarrollar programas de intervención que incrementen

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

el optimismo como variable moduladora para promover el bienestar (Marrero & Carballeira, 2010).

Por otra parte, también se encontraron relaciones significativas entre optimismo y género, informando las mujeres de un ligero mayor optimismo que los hombres. Una explicación tentativa para este resultado es que las mujeres optimistas, además de esperar resultados favorables, tal vez interpreten los acontecimientos con base en lo que esperan ganar o crecer mediante esas experiencias (Fry, 1995), lo que promueve que se generen emociones positivas y en última instancia el bienestar. De hecho, se ha encontrado que el apoyo emocional diario, junto con la sensación de autoeficacia, predicen el optimismo (Karademas, 2006).

Los resultados de este estudio indican, además, que el bienestar subjetivo es un constructo constituido por diferentes componentes claramente diferenciados, aunque relacionados. Las medidas globales, como la satisfacción vital y la felicidad, están más relacionadas con el componente afectivo (emociones positivas y negativas) que las medidas de satisfacción en dominios vitales específicos, resultados que son coherentes con los obtenidos en trabajos previos (Cumplings et al., 2002). Aunque las emociones positivas también parecen estar implícitas en la valoración de la satisfacción con áreas específicas. La satisfacción, ya sea con la vida a nivel global o relativa a distintas áreas, supone integrar información diversa en la que posiblemente el individuo atiende al triple sistema de respuesta (cognitivo, emocional y comportamental), por lo que las emociones positivas van a jugar un papel importante en dicha valoración. Por tanto, la distinción de componentes emocionales y cognitivos, a la hora de analizar el bienestar, podría ser útil a nivel teórico, pero resulta "ficticia" a nivel aplicado, ya que el individuo va a analizar sus experiencias vitales de forma integral.

Por otra parte, la satisfacción vital no parece ser el resultado aditivo de la satisfacción en los dominios específicos, aunque guarda relación con los mismos. Los resultados obtenidos indican que la satisfacción en dominios específicos explica solo una cuarta parte de la varianza de satisfacción vital y de la felicidad. Los estudiantes que participaron

en esta investigación han valorado la satisfacción con los estudios como el área que más contribuye a su satisfacción vital global y a su felicidad. Estudios previos han encontrado que la satisfacción con la familia y con los amigos se erigen como las áreas más relacionadas con la satisfacción vital y la felicidad (Banda & Morales, 2012; Vera-Noriega, 2001). En nuestro estudio no se evaluaron directamente estos dominios, pero se incluyó una medida de satisfacción con la relación sentimental que recogía en cierto modo la importancia que tendrían los demás, concretamente la pareja, como fuente de apoyo y bienestar. Los resultados obtenidos indican que esta área tiene un peso importante en la satisfacción vital, más que la satisfacción con el ocio o con la salud, pero los estudios siguen siendo más relevantes para los universitarios, probablemente porque es una de las metas más prominentes que tiene este colectivo durante esta etapa vital. En trabajos posteriores, sería recomendable ahondar en estos resultados para determinar si la importancia de las áreas vitales puede variar a lo largo del tiempo en función de las demandas personales y del entorno.

En cualquier caso, el optimismo ha mostrado ser mejor predictor de la felicidad que la satisfacción en dominios específicos explicando conjuntamente más de un 40% de la varianza. Estudios previos avalan la relevancia del optimismo en la elección de estrategias de afrontamiento adaptativas (Vera-Villaruel & Guerrero, 2003; Wrosch, Scheier & Miller, 2003), en la salud física (Juárez & Landero, 2011; Seligman, 1998) o en el ajuste psicológico de los individuos y en su bienestar (Chang & Sanna, 2001; Karademas, 2006; Marrero & Carballeira, 2010).

Hay que tener en cuenta que los participantes de esta investigación eran estudiantes universitarios y trabajos previos indican que el nivel de bienestar de los mismos es superior al de personas adultas o de menor cualificación académica, ejerciendo la educación un cierto impacto en la satisfacción en los dominios laboral, familiar, familia extensa y amistad (Kamaruzaman, Zaliha, SoonYew & Mohd Salleh, 2009; Laca & Mejía, 2007; Luna, Laca & Mejía, 2011; Rojas & Elizondo-Lara, 2012; Salazar, 2009). Por tanto, los resultados de nuestro trabajo

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

deben ser tomados con precaución y no pueden ser generalizados a otros grupos poblacionales.

Además, se han encontrado diferencias entre hombres y mujeres, tanto en su percepción del bienestar como en su nivel de optimismo, y en estudios con población anglosajona este tipo de diferencias no suelen manifestarse (Argyle, 1999; González et al., 2005; Marrero & Carballeira, 2010), por lo que la cultura puede estar ejerciendo un papel en el modo en que se entiende el bienestar (Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzikoto & Ahadi, 2002). Por tanto, en el futuro podría ser de interés analizar no solo si se mantienen las diferencias entre hombres y mujeres en felicidad, sino si existen diferencias intergénero en las fuentes y motivos de satisfacción, como han señalado algunos trabajos previos (Lu, 2000).

En suma, parece que las características sociodemográficas apenas inciden en el bienestar y que la satisfacción vital y la felicidad van más allá del efecto aditivo que supone estar satisfecho en distintos dominios de la vida, aunque para los universitarios que participaron en este estudio estar satisfechos con sus estudios contribuya en cierta medida a su satisfacción vital. Por su parte, el optimismo ha mostrado tener mayor peso a la hora de entender la felicidad de estos estudiantes, sin menoscabar la relevancia de la satisfacción con los estudios.

Referencias

- Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 27-46.
- Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. En D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 353-373). New York: Russell Sage Foundation.
- Arita, B. (2005). Satisfacción por la vida y teoría homeostática del bienestar. *Psicología y Salud*, 15(1), 121-126.
- Banda, A. L. & Morales, M. A. (2012). Calidad de vida subjetiva en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 17(1), 29-43.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago, IL: Aldin.
- Brissette, I., Scheier, M. & Carver, C. (2002). The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 102-111.
- Casique I. (2001). *Power, autonomy and division of labor in Mexican dual-earner families*. Lanham, MD: University Press of America.
- Casique, I. (2004). *Poder de decisión y autonomía de la mujer mexicana. Análisis de algunos condicionantes*. México: UNAM, Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias.
- Castro, A. (2012). La psicología positiva en América Latina. Desarrollos y perspectiva. *Psiciencia. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 4(2), 108-116.
- Casullo, M. M. (2000). Psicología salúgena o positiva. Algunas reflexiones. *Anuario de Investigaciones*, 8, 340-346.
- Chang, E. C. & Sanna, L. J. (2001). Optimism, pessimism, and positive and negative affectivity in middle-aged adults: A test of a cognitive-affective model of psychological adjustment. *Psychology and Aging*, 16(3), 524-531.
- Chico, E. (2002). Optimismo disposicional como predictor de estrategias de afrontamiento. *Psicothema*, 14(3), 544-550.
- Cummings, R., Eckersley, J., Pallant, J. & Davern, M. (2002). *The international wellbeing group and Australian unity well-being index (Survey 3: Report 1)*. Melbourne: Australian Centre on Quality of Life/Deakin University.
- DeNeve, K. M. & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Díaz, F. & González, M. J. (2011). Subjective and occupational well-being in a sample of Mexican workers. *Social Indicators Research*, 100(2), 273-285.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Domínguez M. T., Batista F. J., Tórrres, B., Vera, J. A., Becerra, M. A. & Domínguez R. L. (2006). Relação do bem-estar subjetivo, estratégias de enfrentamento e apoio social em idosos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(2), 301-308.
- Escobar, Y., Zanatta, E., Ponce, T., García, S. L. & Gama, J. L. (2012). Identidad y bienestar psicológicos: estilos y factores en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Nueva Época* 2, 1(1), 41-53.
- Fordyce, M. W. (1986). The Psychap Inventory: A multi-scale test to measure happiness and its concomitants. *Social Indicators Research*, 18(1), 1-33.
- Fry, P. S. (1995). Perfectionism, humor, and optimism as moderators of health outcomes and determinants of coping styles of women executives. *Genetics, Social, and General Psychology Monographs*, 121(2), 211-245.
- Fuentes, N. & Rojas, M. (2001). Economic theory and subjective well-being: Mexico. *Social Indicators Research*, 53(1), 34-41.
- García, B. & Oliveira, O. (1994). *Trabajo femenino y vida familiar en México* (Vol. 11). México: Centro de Estudios Demográficos y de Desarrollo Urbano.
- García, B. & Oliveira, O. (2001). Transformaciones recientes en los mercados de trabajo metropolitanos de México: 1990-1998. *Estudios Sociológicos*, 19(57), 653-689.
- González, J. L., Moreno, B., Garrosa, E. & Peñacoba, C. (2005). Personality and subjective well-being: Big Five correlates and demographic variables. *Personality and Individual Differences*, 38(7), 1561-1569.
- Juárez, D. & Landero, R. (2011). Imagen corporal, funcionamiento sexual, autoestima y optimismo en mujeres con cáncer de mama. *Revista Electrónica Nova Scientia*, 4(7), 17-34.
- Kamaruzaman, J., Zaliha H. H., SoonYew, J. & Mohd Salleh, H. D. (2009). The life satisfaction of academic and non-academic staff in a Malaysian higher education institution. *International Education Studies*, 2(1), 143-150.
- Karademas, E. C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1281-1290.
- Laca, F. A. & Mejía, J. C. (2007). Actitudes ante la violencia, bienestar subjetivo e individualismo en jóvenes mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12(2), 301-313.
- Laca, F. A., Verdugo, J. C. & Guzmán, J. (2005). Satisfacción con la vida de algunos colectivos mexicanos: una discusión sobre la psicología del bienestar subjetivo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(2), 325-336.
- Larsen, R. J. & Diener, E. (1987). Affect intensity as an individual difference characteristic: A review. *Journal of Research in Personality*, 21(1), 1-39.
- Lu, L. (2000). Gender and conyugal differences in happiness. *The Journal of Social Psychology*, 140(1), 132-141.
- Luna, A. C., Laca, F. A. & Mejía, J. C. (2011). Bienestar subjetivo y satisfacción con la vida de familia en adolescentes mexicanos de bachillerato. *Psicología Iberoamericana*, 19(2), 17-26.
- Lykken, D. & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7(3), 186-189.
- Lyubomirsky, S. & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137-155.
- Marrero, R. J., Carballeira, M. & Rodríguez, J. P. (2007). *El papel del optimismo en la salud* (Memoria final de investigación). Proyecto subvencionado por el Vicerrectorado de Investigación y Desarrollo Tecnológico de la Universidad de La Laguna, Tenerife, España.
- Marrero, R. J. & Carballeira, M. (2010). El papel del optimismo y del apoyo social en el bienestar subjetivo. *Salud Mental*, 33(1), 39-46.
- Marrero, R. J. & Carballeira, M. (2011). Well-being and personality: Facet-level analyses. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 206-211.
- Marrero, R. J. & Carballeira, M. (2012). The contribution of personality to PWB: An exploratory study. En B. S. Nguyem (Ed.), *Psychology of satisfaction* (pp 41-65). New York: NOVA.
- Mestre, M. V., Samper, P., Frías, M. D. & Tur, A. M. (2009). Are women more empathetic than men?

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

- A longitudinal study in adolescence. *The Spanish Journal of Psychology*, 12, 63-83.
- Moyano, E. & Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la región del Maule. *Revista Universum*, 22(2), 185-200.
- Myers, D. G. & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Namkee, A. & Mochón, F. (2007, mayo). *La felicidad de los españoles: factores explicativos* (Documento de trabajo N° 2007-12). Fundación de Estudios de Economía Aplicada. Recuperado de <http://www.fedea.es/pub/papers/2007/dt2007-12.pdf>
- Palomar, J. (2000). The development of an instrument to measure quality of life in Mexico City. *Social Indicators Research*, 50(2), 187-208.
- Palomar, J. (2004). Poverty and subjective well-being in Mexico. *Social Indicators Research*, 68(1), 1-33.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172.
- Puente-Díaz, R. & Cavazos, J. (2013). Personality factors, affect, and autonomy support as predictors of life satisfaction. *Universitas Psychologica*, 12(1), 41-53.
- Rojas, M. & Elizondo-Lara, M. (2012). Satisfacción de vida en Costa Rica: un enfoque de dominios de vida. *Latin American Research Review*, 47(1), 78-94.
- Ruvalcaba, N. A., Salazar, J. G. & Fernández-Berrocal, P. (2012). Indicadores sociales, condiciones de vida y calidad de vida en jóvenes mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5(1), 71-80.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of PWB revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Salazar, F. A. (2009). Felicidad en estudiantes de la Facultad de Salud de la Universidad Surcolombiana. *Revista Facultad de Salud*, 1(2), 17-23.
- Scheier, M. F. & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219-247.
- Scheier, M. F., Carver, C. S. & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(6), 1063-1078.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V. & Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 582-593.
- Seligman, M. (1998). *Aprenda optimismo. Haga de la vida una experiencia maravillosa*. Barcelona: Grijalbo.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Steel, P., Schmidt, J. & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134(1), 138-161.
- Vera-Noriega, J. A. (2001). Bienestar subjetivo en una muestra de jóvenes universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 3(1), 11-21.
- Vera-Noriega, J. A. & Rodríguez, E. J. (2007). La felicidad y sus correlatos en los estudiantes de la Universidad de Sonora. *Revista de la Universidad de Sonora*, 19, 17-19.
- Vera-Noriega, J. A. & Tánori, B. C. (2002). Propiedades psicométricas de un instrumento para medir bienestar subjetivo en la población mexicana. *Apuntes de Psicología*, 20(1), 63-80.
- Vera-Villarreal, P. & Guerrero, A. (2003). Diferencias en habilidades de resolución de problemas sociales en sujetos optimistas y pesimistas. *Universitas Psychologica*, 2(1), 21-26.
- Vera-Villarreal, P., Córdova-Rubio, N. & Celis-Atenas, K. (2009). Optimismo versus autoestima: implicancia para la psicología clínica y psicoterapia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 18(1), 21-30.
- Verdugo-Lucero, J. L., Ponce de León-Pagaza, B. G., Guardado-Llamas, R. E., Meda-Lara, R. M., Uribe-

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

- Alvarado, J. I. & Guzmán-Muñiz, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 79-91.
- Watson, D. (2000). *Mood and temperament*. New York: Guilford.
- Watson, D., Clark, L. A. & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Wood, W., Rhodes, N. & Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*, 106(2), 249-264.
- Wrosch, C., Scheier, M. F. & Miller, G. E. (2003). Adaptive self-regulation of unattainable goals: Goal disengagement, goal reengagement, and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(12), 1494-1508.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Diferencias transculturales en bienestar subjetivo: México y España

Mónica Carballeira^{1*}, José-Ángel González² y Rosario J. Marrero¹

¹ Universidad de La Laguna (España)

² Universidad de San Luis Potosí (México)

Resumen: El propósito de esta investigación ha consistido en analizar las diferencias en bienestar subjetivo en 346 estudiantes universitarios pertenecientes a dos culturas: colectivista (México) e individualista (España). El bienestar subjetivo global se evaluó mediante la satisfacción vital, la felicidad, las emociones positivas y negativas; considerándose además, cuatro indicadores de satisfacción en dominios específicos: sentimental, estudios, salud y ocio. Los resultados indican que los estudiantes mexicanos puntúan más alto que los españoles en todos los indicadores de bienestar subjetivo. Los análisis de regresión múltiple revelan la importancia de la satisfacción sentimental y con los estudios en la felicidad y satisfacción vital de ambas culturas. Además, son importantes en la predicción del bienestar subjetivo global, la satisfacción con la salud para los mexicanos y la satisfacción con el ocio para los españoles. Los resultados apoyan el efecto diferencial de la cultura en el bienestar, fundamentalmente en su predicción a través de la satisfacción en ciertos dominios específicos.

Palabras clave: Bienestar subjetivo; individualismo; colectivismo; satisfacción vital; emociones; felicidad.

Title: Cross-cultural differences in subjective well-being: Mexico and Spain.

Abstract: The objective of this study was to analyse the differences in subjective well-being in 346 undergraduate students, from two cultures: one collectivist (Mexico) and one individualist (Spain). Global Subjective Well-being was assessed through the Satisfaction with Life Scale, the Subjective Happiness Scale, the PANAS scales, and also the satisfaction with four specific life domains: affective relations, studies, health and leisure were considered. The analyses have shown higher levels in all the indicators of subjective well-being for Mexican students. The regression analyses revealed the importance of sentimental and studies satisfaction for happiness and life satisfaction in both cultures. Also, health satisfaction for Mexicans, and leisure satisfaction for Spanish influenced global measures of subjective well-being. The findings supported the differential effect of culture on subjective well-being, especially in its prediction through the satisfaction with certain specific life domains.

Key words: Subjective well-being; individualism; collectivism; life satisfaction; emotions, happiness.

Introducción

Uno de los principales enfoques de la Psicología transcultural se ha dirigido al estudio de la clasificación de las sociedades según el predominio del individuo, o bien del grupo; proponiendo el eje "individualismo-colectivismo" (Triandis, 1980); y a analizar las implicaciones que esto tiene en el comportamiento de los individuos. Las culturas individualistas enfatizan la independencia de los individuos mientras que las colectivistas dan prioridad a la interdependencia y las relaciones cercanas (Triandis, 1995). Para las sociedades colectivistas el bien del grupo es más importante que el individual; por lo tanto las normas son básicas. Valores como la seguridad, la obediencia o el conformismo son primordiales en este tipo de sociedades. Por el contrario, las sociedades individualistas están más volcadas en la búsqueda de objetivos y deseos propios, promoviendo la autonomía, a través de actitudes y valores como el logro, la competencia y el placer (Triandis, 1990).

La investigación ha plasmado el mayor interés por las emociones positivas en las culturas individualistas, vinculando una vida de sensaciones placenteras al logro de necesidades y metas, ofreciendo información relevante sobre la satisfacción vital (Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, y Ahadi 2002). En las culturas colectivistas, aunque el logro de las metas personales es también importante, sus miembros las subordinan a los intereses de los miembros de su grupo, ya que cumplir con las normas es más importante que maximizar el placer (D'Anello, 2006).

Tal y como destacan Furman et al. (2009), el estudio de los valores culturales del colectivismo y su orientación comunal parecen propios de los países latinos y sirven para mitigar la tensión, proporcionando sentido de pertenencia y respeto al individuo. Existen otros grupos culturales como los orientales, los hindúes o grupos indígenas, en los que predominan los valores centrados en la colectividad. Sin embargo, en este trabajo nos interesa analizar la incidencia y los determinantes del bienestar en dos sociedades, a priori similares por su idioma e idiosincrasia -la mexicana y la española- pero que se caracterizan, en el primer caso, por formar grupos cohesivos más fuertes, mientras que en la cultura española, los lazos entre las personas parecen menos intensos, estando más influenciados por los condicionantes de las sociedades individualistas (Hofstede, 1999).

El constructo de bienestar subjetivo estaría compuesto por la satisfacción con la vida, o componente cognitivo; y el balance emocional, o componente afectivo (Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999). La satisfacción con la vida representa la discrepancia percibida entre las aspiraciones personales y sus logros, cuyo amplio rango evaluativo va desde la sensación de realización personal hasta la experiencia vital de fracaso o frustración (Veenhoven, 1984). El componente afectivo se relaciona con la presencia de emociones positivas frente a negativas y es lo que se ha denominado felicidad. Las emociones son un reflejo de cómo impactan los eventos vitales en la vida personal; y a partir de todo ello, cada uno de nosotros realiza amplios juicios vitales a nivel global, como un todo; pero también en particular, analizando parcelas específicas como por ejemplo, la del trabajo o la de la pareja (Diener, 2000). De ahí, la relevancia del estudio de ciertos indicadores específicos del bienestar subjetivo, como la satis-

*** Dirección para correspondencia [Correspondence address]:**

Mónica Carballeira Abella. Universidad de La Laguna. Facultad de Ciencias de la Salud. Sección Psicología. Departamento de Psicología Clínica, Psicobiología y Metodología. Apdo. 456. Campus de Guajara s/n. 38200 La Laguna. Santa Cruz de Tenerife (España). E-mail: mabella@ull.edu.es

facción con los dominios vitales citados (Argyle, 1992; De-Neve y Cooper, 1998; Gómez, Villegas, Barrera y Cruz, 2007).

Aunque la mayor parte de las investigaciones que analizan el bienestar en diferentes sociedades han partido de una consideración universal de este constructo, sus determinantes no parecen ser idénticos en grupos culturales distintos. La satisfacción con la vida y los estados emocionales ratifican la importancia de observar diferencias en el comportamiento de las personas provenientes de distintos ecosistemas y con ello, la manera en cómo perciben e interpretan las demandas del grupo social al que pertenecen (Vera, Laborín, Córdova y Parra, 2007). Los juicios sobre la satisfacción vital están determinados tanto por factores psicológicos como por factores culturales (Schimmack et al., 2002), encontrándose diferencias de bienestar personal en la investigación transcultural previa (Diener, 2000; Inglehart, 1990; Rice y Steele 2004; Veenhoven, 2007). Sin embargo, mientras que algunos estudios han hallado que las sociedades individualistas son más felices al obtener logros orientados a metas personales, dando más valor a los sucesos vitales, tanto positivos como negativos, atribuyendo sus acciones a sí mismos, pudiendo dar poca importancia, incluso obviar, aspectos insanos de su entorno social (Triandis, 2005); otros trabajos indican que las sociedades colectivistas muestran mayor bienestar en la medida en que se sienten integradas en un grupo de pertenencia, lo que puede llevar a una estructura social más segura (Díaz y González, 2011).

Algunos estudios que han analizado las causas de las diferencias en bienestar entre diversos grupos culturales, se han centrado en los contrastes a nivel económico, hallándose una asociación positiva entre ingresos económicos y bienestar (Veenhoven, 2007). Diener (2000) informó que en las naciones más ricas se registra una percepción ligeramente mayor de bienestar que en las más pobres; y dentro de un mismo país, los habitantes con mayor poder adquisitivo informan de niveles más altos de felicidad que el resto de la población. Sin embargo, a la vez se ha encontrado que la población de países con bajos ingresos *per cápita*, como Argentina, Brasil o Chile, presenta una percepción de bienestar comparable a la de los habitantes de Japón, por ejemplo (Inglehart, 1990). En el caso de México, a pesar de sus bajas rentas, también existen informes que señalan que se encuentra por delante de países europeos, como Francia o España, en niveles de felicidad (Laca, Verdugo y Guzmán, 2005). Es posible que la contradicción en los datos obtenidos se deba a la utilización del constructo “bienestar social”, como equiparable a bienestar subjetivo, y entendiéndolo como un índice de la desigualdad de la distribución económica en el seno de una sociedad (Laca, Mejía y Yañez, 2010). Esta contradicción también ha dado lugar a la denominada “paradoja del crecimiento infeliz”, que podría explicar la tendencia a la pérdida de bienestar en contextos individualistas de crecimiento económico sostenido, debido a las altas expectativas, la proliferación de la publicidad o la incidencia de los medios de comunicación (Lora y Chaparro, 2008). Además, en mu-

chas ocasiones, el bienestar a nivel económico se ha valorado en función del juicio “objetivo” de un agente experto, desestimando la valoración que el interesado hace de su propia condición. Esta concepción no toma en cuenta la forma en que las personas experimentan estas condiciones objetivas, la importancia que le otorgan a las mismas y qué porcentaje de bienestar subjetivo experimentan a partir de ellas (Gómez et al., 2007). Fuentes y Rojas (2001) han sugerido que, más que de los ingresos económicos absolutos, el bienestar dependería de la brecha entre el ingreso real y el que se considera necesario para satisfacer las necesidades personales. De ahí las diferencias encontradas en felicidad entre países objetivamente más ricos y aquellos que tienen menos ingresos. De este modo, al intentar realizar una valoración del bienestar económico de las personas, los estudios recientes lo hacen considerando el criterio del propio individuo, más que el nivel de ingreso correspondiente a ese bajo bienestar, sin necesidad de emplear ningún indicador de activos personales para su definición (Rojas y Jiménez, 2008).

Aunque el bienestar puede depender en parte de los ingresos económicos, tal y como es experimentado por una persona, también está influido por otros factores (Fuentes y Rojas, 2001; Rojas, 2007). En términos generales, la investigación ha demostrado que las características sociodemográficas tienen una escasa influencia en el bienestar, únicamente tener pareja parece influir positivamente (Glenn y Weaver 1981; Mastekaasa 1993). Las condiciones laborales parecen ejercer cierta influencia, aunque en algunos estudios con trabajadores mexicanos se han obtenido niveles altos de bienestar global, independientemente del bienestar laboral de los trabajadores (Díaz y González, 2011). Las variables de personalidad, principalmente el neuroticismo y la extraversión, sí aparecen vinculadas a las emociones, ejerciendo un papel diferencial en los distintos indicadores del bienestar (Diener et al. 1999; Marrero y Carballeira, 2010, 2011). De acuerdo con Compton (2001) cualquier definición de felicidad o bienestar debe estar intrínsecamente ligada a los valores de cada cultura. Y los hallazgos de la investigación contribuyen a la consideración del carácter multidimensional del bienestar, que incluye tanto la satisfacción con los aspectos vitales propios de cada individuo (Palomar, 2005) como factores sobre las relaciones familiares, la autorrealización con el trabajo, las relaciones sociales, la salud, la libertad y los valores personales (Layar, 2005).

De ahí que en este estudio se hayan considerado, tanto los aspectos emocionales, como la felicidad y el afecto positivo y negativo, como la satisfacción en dominios específicos; así como la satisfacción vital a nivel global. Todo ello con el objeto de analizar las diferencias entre dos culturas: una colectivista (México) y una individualista (España). Asimismo, se pretende conocer qué componentes específicos del bienestar ejercen mayor influencia sobre el bienestar global (felicidad y satisfacción vital) de cada cultura, así como analizar si determinadas variables sociodemográficas pueden modularla.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Método

Participantes

Se trata de un estudio de corte transversal, con una muestra de conveniencia formada por 346 estudiantes universitarios de Psicología, pertenecientes a la Universidad de San Luis Potosí en México ($N = 173$) y a la Universidad de La Laguna en España ($N = 173$). El rango de edad de la muestra mexicana se situó entre los 17 y los 34 años ($M: 19.29$; $DT = 2.45$) y el de la muestra española entre los 17 y los 31 años ($M: 19.82$; $DT = 2.80$). En la tabla 1, se presentan los datos sociodemográficos de las dos culturas. En ambos casos, alrededor del 78% son mujeres. La gran mayoría de participantes están solteros, aunque un 34% de los mexicanos y un 51% de los españoles están manteniendo una relación de pareja en el momento de la evaluación. Se trata de una muestra de estudiantes, aunque un porcentaje muy limitado (3.5% en ambos casos), está activo laboralmente. Entre los mexicanos, un 32% consideraba que el dinero del que disponía, le permitía cubrir sus necesidades, mientras que el porcentaje fue más alto en el caso de la muestra española (52%).

Tabla 1. Datos de las principales variables sociodemográficas en cada cultura.

	Cultura Colectivista México ($N=173$)		Cultura Individualista España ($N=173$)	
	N	%	N	%
Sexo:				
- Mujeres	136	78.6%	135	78.0%
- Hombres	37	21.4%	38	22.0%
Estado civil:				
- Solteros	166	96.0%	162	93.6%
- Casados	3	1.7%	1	.6%
- Conviven en pareja	1	.6%	10	5.8%
- Sin dato	3	1.7%	-	-
Tienen pareja	59	34.1%	89	51.4%
Activos laboralmente	6	3.5%	6	3.5%
Necesidades económicas cubiertas	56	32.4%	90	52.0%

Instrumentos

Escala de Satisfacción con la vida -SWLS- (Diener, Emmons, Larsen, y Griffin, 1985). Evalúa el juicio cognitivo sobre la satisfacción con la propia vida a nivel global a través de 5 ítems, como por ejemplo: *Hasta el momento, he conseguido las cosas importantes que deseo en la vida*, que se responden a través de una escala tipo Likert desde 1 (nada satisfecho) hasta 7 (muy satisfecho). La consistencia interna de esta escala es de .77 para la muestra de estudiantes mexicanos y de .83 para los españoles.

Cuestionario de Felicidad (Lyubomirsky y Lepper, 1999). Está formado por cuatro ítems referidos a la percepción del individuo sobre su felicidad en la vida, como por ejemplo: *Algunas personas son muy felices en general. Disfrutan de la vida in-*

dependientemente de lo que suceda, sacan el máximo provecho de todo ¿Hasta qué punto le describe esta caracterización? Incluye siete opciones de respuesta, desde nada feliz hasta muy feliz. La consistencia interna de esta escala es de .77 en la muestra mexicana y de .79 en la española.

Escala de Afecto Positivo y Negativo -PANAS- (Watson, Clark y Tellegen, 1988). Evalúa dos dimensiones: afecto positivo, que recoge la tendencia a experimentar emociones positivas, de energía y afiliación, a través de diez calificativos, como: *motivado* o *entusiasta*, y afecto negativo, que expresa sensibilidad temperamental a estímulos negativos y que recoge diez adjetivos como: *nervioso* o *culpable*. Todos ellos están referidos al momento de cumplimentar la escala, y se valoran en una escala de 0 (ausencia de la emoción) hasta 7 (presencia frecuente de la emoción). El alfa de Cronbach fue de .80 para las emociones positivas y de .83 para las negativas en la muestra de México; y en la de España, .74 para el afecto positivo y .79 para el negativo.

Satisfacción en áreas de dominio específico. Las áreas de satisfacción evaluadas se incluyen en la entrevista (donde también se recogen diferentes variables sociodemográficas) a través de cuatro preguntas referidas a la satisfacción en los siguientes dominios vitales: satisfacción en el área sentimental, con los estudios, con la salud y con el ocio, todas ellas, medidas con una escala tipo Likert con seis opciones de respuesta (desde nada satisfecho hasta totalmente satisfecho).

Procedimiento

Uno de los miembros del equipo de investigación, que trabaja en la Universidad de San Luis Potosí, propuso a los estudiantes de primer curso de Psicología que cumplimentaran los cuestionarios en línea. En el mismo momento, en la Universidad de La Laguna, estudiantes de Psicología cumplimentaban la batería de pruebas. En ella se especificaba el carácter voluntario, el anonimato y la confidencialidad de la información recogida. El análisis de los datos se llevó a cabo con el programa estadístico SPSS (versión 18).

Se llevaron a cabo análisis *chi* cuadrado para conocer la homogeneidad de la muestra en las variables: sexo, edad, tener pareja y tener las necesidades económicas cubiertas. Se realizaron análisis de correlación parcial entre las variables de bienestar subjetivo: satisfacción vital, felicidad, emociones positivas, emociones negativas, satisfacción en el área sentimental, satisfacción con los estudios, con la salud y con el ocio, en cada uno de los dos grupos culturales. Se controlaron aquellas variables que no habían mostrado homogeneidad entre las muestras en los análisis previos. Se llevó a cabo un ANOVA en cada cultura para comprobar si tener la economía cubierta, ejercía influencia sobre el bienestar. Se aplicó un MANCOVA controlando las variables edad y tener pareja, que no habían mostrado homogeneidad entre los grupos, para conocer las diferencias entre ambas culturas en las medidas de bienestar subjetivo. Se tomó como variable independiente la cultura: colectivista vs. individualista y como variables dependientes los cuatro indicadores de bienestar

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

subjetivo y los cuatro índices de satisfacción en dominios específicos. Finalmente, se llevaron a cabo cuatro análisis de Regresión Múltiple, dos en cada cultura (colectivista e individualista), para las variables criterio: satisfacción vital y felicidad. Las variables independientes fueron: sexo, edad, tener pareja y tener la economía cubierta; y los cuatro índices de satisfacción en dominios específicos: satisfacción sentimental, con los estudios, con la salud y con el ocio.

Resultados

En primer lugar, se han llevado a cabo análisis *chi* cuadrado para analizar si las variables: sexo, edad, tener pareja, y percepción de tener la economía cubierta, eran homogéneas en función de la cultura de procedencia. Los resultados muestra-

ron que los grupos fueron homogéneos en sexo ($\chi^2(1) = .017$; $p = .896$) y en la percepción de tener la economía cubierta ($\chi^2(1) = 4.004$; $p = .065$), existiendo diferencias en edad ($\chi^2(13) = 39.011$; $p < .000$) y en tener pareja ($\chi^2(1) = 10.627$; $p < .001$).

A continuación, con el fin de conocer las asociaciones más destacadas entre las variables de bienestar subjetivo en cada muestra, se realizaron análisis de correlación parcial, controlando las variables sociodemográficas que no habían mostrado homogeneidad en ambas muestras: edad y tener pareja. Dichos análisis han mostrado índices de relación semejantes en ambas culturas entre la gran mayoría de variables de bienestar, aunque algunas de las correlaciones muestran patrones diferentes (ver tabla 2).

Tabla 2. Correlaciones parciales (controlando edad y tener pareja) entre las variables de bienestar subjetivo en ambas muestras de estudiantes

	BIENESTAR SUBJETIVO				SATISFACCIÓN EN DOMINIOS ESPECÍFICOS									
	Satisfacción Vital		Felicidad		Emociones Positivas		Emociones Negativas		Satisfacción Sentimental		Satisfacción Estudios		Satisfacción Salud	
	México España	España	México España	España	México España	España	México España	España	México España	España	México España	España	México España	España
Felicidad	.68***	.65***												
Emociones Positivas	.42***	.48***	.63***	.55***										
Emociones Negativas	-.30***	-.25***	-.48***	-.31***	-.28***	-.09								
Satisfacción Sentimental	.32***	.35***	.35***	.43***	.08	.30***	-.21	-.01						
Satisfacción Estudios	.44***	.35***	.42***	.40***	.40***	.45***	-.26**	-.22**	.20	.26***				
Satisfacción Salud	.34***	.22**	.38***	.34***	.36***	.32***	-.32***	-.20**	.10	.15	.35***	.26***		
Satisfacción Ocio	.30***	.30***	.31***	.35***	.33***	.40***	-.17*	-.18*	.28***	.19	.27***	.21**	.19*	.28***

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Se observa una relación positiva y de moderada magnitud entre felicidad y satisfacción vital ($r = .68$ en estudiantes mexicanos y $r = .65$ en los españoles), pero el porcentaje de varianza compartida no supera el 46%, por lo que podemos señalar que se trata de constructos diferentes. Del mismo modo, las emociones positivas, aunque se han entendido como un componente del bienestar, concretamente de la felicidad, y siendo tratadas como un mismo concepto, únicamente comparten con esta variable el 30% de la varianza en la muestra española y el 40% en la mexicana. También las emociones positivas se presentan como entidades independientes de la satisfacción vital, cuyas relaciones son sensiblemente más bajas ($r = .42$ en estudiantes mexicanos y $r = .48$ en los españoles) que las que mantienen con la felicidad. Como es esperable, las emociones negativas se asocian inversamente con todas las medidas de bienestar. Tal y como ocurre con las positivas, aquellas mantienen correlaciones de mayor magnitud con felicidad ($r = -.48$ en estudiantes mexicanos y $r = -.31$ en los españoles) que con satisfacción vital ($r = -.30$ en estudiantes mexicanos y $r = -.25$ en los españoles). Las emociones positivas y negativas se relacionan entre sí en los estudiantes mexicanos ($r = -.28$) no existiendo relación en la muestra de estudiantes españoles ($r = -.09$).

Las asociaciones de los cuatro dominios de satisfacción específicos con satisfacción vital y felicidad oscilan entre .22 y .44, dándose ciertas diferencias en los índices de correlación en ambas muestras. Así, en la muestra mexicana, las re-

laciones de mayor magnitud se dan entre la satisfacción con los estudios y la satisfacción vital ($r = .44$) y también con la felicidad ($r = .42$). Mientras que en la española, es la satisfacción sentimental la que mantiene relaciones más intensas con felicidad ($r = .43$) y con la satisfacción vital; aunque en este último caso, la satisfacción con los estudios también alcanza el mismo nivel de asociación ($r = .35$). Las relaciones que la satisfacción sentimental mantiene con el afecto también difieren en ambas culturas. Entre los estudiantes españoles, las emociones positivas se asocian a la satisfacción en la relación de pareja ($r = .30$), pero no las negativas. En la muestra mexicana ocurre lo contrario, es el afecto negativo el que se asocia con la satisfacción sentimental ($r = -.21$). Esta también se relaciona con la satisfacción con la salud para los españoles ($r = .15$) y con la satisfacción con el ocio en ambas culturas, pero fundamentalmente en la mexicana ($r = .28$), frente a la española ($r = .19$).

También se procedió a realizar un ANOVA en cada grupo cultural para comprobar si el hecho de tener la economía cubierta, podía incidir en el bienestar. Los resultados mostraron que el nivel de bienestar de la muestra mexicana es independiente de tener las necesidades económicas cubiertas, mientras que en la muestra española, aquellos que tienen sus necesidades económicas cubiertas, informaron de mayor felicidad ($F(1,171) = 6.254$; $p = .013$).

Con el fin de conocer si se daban diferencias en los distintos indicadores de bienestar, según la cultura a la que per-

tenecía la muestra, se realizó un MANCOVA tomando como variable independiente la cultura de procedencia de la muestra (colectivista vs. individualista) y como variables dependientes los ocho indicadores de bienestar, controlando la edad y el hecho de tener pareja. Existe un efecto multivariado ($\lambda = 0.39$; $F = 59.98$, $p = 0.000$). Los resultados indican que los estudiantes mexicanos presentan mayor bienestar subjetivo que los españoles, mostrando mayor satisfacción vital [$F(1,317) = 64.63$; $p < .000$; $\eta^2 = .17$]; mayor felicidad [$F(1,317) = 58.41$; $p < .000$; $\eta^2 = .15$]; más emociones positivas [$F(1,317) = 87.76$; $p < .000$; $\eta^2 = .22$]; y menos emociones negativas [$F(1,317) = 17.00$; $p < .000$; $\eta^2 = .05$]. También la satisfacción en áreas específicas fue más alta en la muestra mexicana, informando de mayor satisfacción en el área sentimental [$F(1,317) = 17.78$; $p < .01$; $\eta^2 = .05$], con los estudios [$F(1,317) = 327.89$; $p < .000$; $\eta^2 = .51$], con la salud [$F(1,317) = 106.57$; $p < .000$; $\eta^2 = .25$] y con el ocio [$F(1,317) = 250.52$; $p < .000$; $\eta^2 = .44$]. Teniendo en cuenta los índices del tamaño del efecto de los análisis, que oscila-

ron entre 0.05 y 0.44, obtenidos a través de Eta cuadrado, las diferencias halladas entre ambas culturas deben ser tomadas en consideración.

A partir de los resultados obtenidos en el MANCOVA, que muestran la superioridad de la muestra mexicana en la mayoría de los índices de bienestar, se pretendía conocer qué variables influían en mayor medida en las dos variables globales de bienestar subjetivo: satisfacción vital y felicidad. En ambas muestras de estudiantes se realizaron análisis de regresión múltiple, método hacia adelante. Como variables independientes se tomaron: el sexo, la edad, el hecho de tener pareja, tener la economía cubierta, además de los cuatro índices de satisfacción en dominios específicos: satisfacción sentimental, con los estudios, con la salud y con el ocio.

Los resultados de los análisis de regresión múltiple realizados sobre la satisfacción vital y la felicidad en ambas muestras se presentan en la tabla 3, e incluye las variables que entraron en el último paso de cada regresión.

Tabla 3. Análisis de regresión múltiple de variables sociodemográficas y satisfacción en dominios específicos sobre satisfacción vital y felicidad en ambas culturas.

Muestras	MEXICANA			ESPAÑOLA			
	SATISFACCIÓN VITAL			SATISFACCIÓN VITAL			
Variables	β	R ² Cor.	F	Variables	β	R ² Cor.	F
Satisfacción Salud	.31**	.37	15.54***	Satisfacción Sentimental	.34***	.25	20.28***
Satisfacción Sentimental	.29**			Satisfacción Estudios	.22***		
Satisfacción Estudios	.28*			Satisfacción Ocio	.20**		
	FELICIDAD			FELICIDAD			
Satisfacción Estudios	.39***	.41	18.74***	Satisfacción Sentimental	.35***	.35	24.48***
Satisfacción Sentimental	.31***			Satisfacción Estudios	.23***		
Satisfacción Salud	.22*			Satisfacción Ocio	.21**		
				Satisfacción Salud	.17**		

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Las variables que predijeron la satisfacción vital de los estudiantes mexicanos fueron: satisfacción con la salud ($\beta = .31$; $p = .008$), satisfacción sentimental ($\beta = .29$; $p = .003$) y satisfacción con los estudios ($\beta = .28$; $p = .014$). Todas ellas explicaron el 37% de la varianza de dicha variable [$F(3,72) = 15.54$; $p < .000$]. Entre los estudiantes españoles, la satisfacción sentimental ($\beta = .34$; $p < .000$), la satisfacción con los estudios ($\beta = .22$; $p < .001$), y la satisfacción con el ocio ($\beta = .20$; $p = .003$), explicaron el 25% de la varianza de la satisfacción vital [$F(3,169) = 20.28$; $p < .000$].

En la muestra mexicana, la satisfacción con los estudios ($\beta = .39$; $p < .001$), la satisfacción sentimental ($\beta = .31$; $p < .001$) y la satisfacción con la salud ($\beta = .22$; $p = .042$) explicaron un 41% de la varianza de la felicidad [$F(3,72) = 18.74$; $p < .000$]. Por lo que se refiere a los estudiantes españoles, la satisfacción sentimental ($\beta = .35$; $p < .000$), con los estudios ($\beta = .23$; $p < .000$), con el ocio ($\beta = .21$; $p < .001$) y con la salud ($\beta = .17$; $p = .010$) predijeron el 35% de la varianza de la felicidad [$F(4,168) = 24.48$; $p < .000$].

Ninguno de los índices sociodemográficos considerados, pudieron explicar la felicidad ni la satisfacción vital de ambas muestras.

Discusión

El principal objetivo de este estudio consistió en analizar las diferencias en el bienestar subjetivo de estudiantes provenientes de dos culturas: una colectivista y una individualista. Los resultados han mostrado que la cultura colectivista presenta mayor bienestar que la individualista, tanto en los indicadores generales: satisfacción vital, felicidad, afecto positivo y negativo, como en los específicos relacionados con distintos dominios vitales. Hasta el momento, una parte de la investigación apuntaba al mayor bienestar de las sociedades individualistas aunque, tal y como se ha recogido aquí, los hallazgos habían sido contradictorios.

Los resultados de este estudio corroboran algunos trabajos previos que señalan la universalidad del constructo bienestar. Así, en ambas muestras el patrón de relación entre los indicadores de bienestar fue similar, estando las medidas

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

globales de dicho constructo más relacionadas entre sí que las específicas. Hay que tener en cuenta que las distintas medidas aportan una parte de varianza única al nivel de bienestar global de los individuos, revelando cierta independencia entre ellas y, tal y como defienden algunos autores (Pavot y Diener, 1993), justificando su uso complementario en los estudios sobre el tema. En el caso de las emociones positivas y negativas se observa una independencia entre las mismas para los estudiantes españoles, mientras que en los mexicanos aparece cierto nivel de dependencia, pareciendo de alguna manera, interferir la presencia de afecto positivo con la presencia del negativo o viceversa. La escala empleada ha sido creada y validada con población anglosajona, lo que podría influir en este resultado. Aunque para aludir a las emociones, se han utilizado los términos más utilizados y adecuados para una mejor comprensión en ambas culturas, entendemos que la idiosincrasia de la misma puede contribuir a la forma en que se experimentan, manifiestan y verbalizan las emociones. Indudablemente habría que seguir profundizando en este tema, no solo considerando la ausencia o presencia de cada emoción en el momento en que los participantes cumplimentan las pruebas, sino analizando de forma más exhaustiva su frecuencia e intensidad, lo que podría contribuir a complementar la evaluación del afecto, tal y como sugieren autores de prestigio en este tema (Diener, Larsen, Levine, y Emmons, 1985).

La satisfacción sentimental parece jugar un papel importante en el bienestar de la muestra española, pero no resulta tan relevante para los mexicanos, quizás porque una gran parte de ellos no está manteniendo una relación de pareja en el momento de la evaluación.

Según Lang y Heckhausen (2001) las personas serán más felices y estarán más satisfechas en la medida en que puedan realizar con éxito sus tareas diarias y obtener sus metas personales. Según esto, sería esperable que aquellos individuos pertenecientes a una cultura individualista, donde abundan valores como el logro, tenderían a informar de mayor bienestar. Sin embargo, los resultados obtenidos en el presente estudio van en la línea opuesta. Es posible que, en este caso, prime otro tipo de variables que hagan incrementar dichos indicadores de bienestar. De acuerdo con Compton (2001), cualquier definición de felicidad o bienestar está intrínsecamente ligada a los valores de cada cultura, por lo que, indudablemente, no es solo cuestión de analizar de forma cuantitativa hasta qué punto se siente que la vida "está llena" en determinados aspectos, como la satisfacción en las áreas específicas, sino posiblemente ir más allá, e intentar descubrir el significado que tiene para cada persona ese hecho en función de la procedencia cultural. Schmuck y Sheldon (2001) sugieren que en la medida en que las personas se preocupen por metas "más allá de sí mismas", menos centradas en gratificaciones materiales inmediatas, y más en relaciones interpersonales estrechas que permitan tener una visión más integrada de sí mismos, tenderán a percibir mayor bienestar y felicidad. Y esto parece darse, en mayor medida, en las sociedades colectivistas. Nuestros resultados parecen seguir esa

línea ya que se muestran poco modulados por la percepción subjetiva sobre la economía personal, pues la mitad de los españoles y casi el setenta por ciento de los mexicanos, no percibe tener sus necesidades económicas cubiertas y, curiosamente, estos últimos informan de mayor bienestar. Parece revelarse de ello que disponer de una economía saneada no garantiza el bienestar, lo que además está en consonancia con los hallazgos de otros estudios en los que bienestar personal y nivel económico no parecen ir asociados (Inglehart, 1990).

Por otra parte, México es un país emergente en el que los individuos pueden percibir que sus condiciones de vida están mejorando, lo que parece tener un incremento inmediato en la satisfacción con la vida de estos países menos ricos, pero no repercutir tan positivamente en los países que ya tienen gran parte de sus necesidades cubiertas (Matijasevic, Ramírez y Villada, 2010). Esto va en la línea de lo argumentado por Lora y Chaparro (2008) sobre la estabilización a la baja del bienestar en las sociedades individualistas tras las altas expectativas generadas y la expansión del crecimiento sostenido a través de los medios de comunicación. Si a eso unimos la actual situación económica por la que están pasando muchas sociedades desarrolladas, y más concretamente España, disponemos de explicaciones para este hallazgo. Como el que se confirma con la relación positiva entre percepción de economía saneada y felicidad en la muestra española.

Cuando se analizan los principales predictores del bienestar global, se observa el valor que otorga cada cultura a los diferentes componentes específicos del mismo. En ambos grupos culturales la satisfacción sentimental, con la salud y con los estudios explican una parte, tanto de la satisfacción vital como de la felicidad. Sin embargo el peso relativo de cada variable difiere en ambas culturas. Para los mexicanos es más importante la satisfacción con la salud, mientras que para los españoles la satisfacción con el ocio también explica parte del bienestar. Parece que la felicidad y la satisfacción vital de la muestra mexicana están más determinadas por aspectos propios de la edad de los estudiantes universitarios, como puede ser la satisfacción a nivel afectivo y también el sentirse satisfecho con los estudios, por ser ambas, áreas importantes en esta etapa vital. Además, el hecho de que la satisfacción con la salud para los mexicanos, y la satisfacción con el ocio para los españoles, sean importantes predictores del bienestar, podría ser debido a que, probablemente, la salud es una necesidad más básica que el ocio, cobrando mayor importancia en países que han estado desfavorecidos.

Algunos estudios sugieren que el balance afectivo entre emociones positivas y negativas, es un predictor más fuerte de satisfacción vital en las culturas individualistas que en las culturas colectivistas (D'Anello, 2006; Suh, Diener, Oishi, y Triandis, 1998). Esto se da cuando en las sociedades individualistas prima la búsqueda de emociones positivas y la evitación de negativas, frente a las sociedades colectivistas, en las que podrían adquirir más valor otras cuestiones. Quizás los estudios o la salud sean esas cuestiones que, con carácter

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

positivo, también están ineludiblemente unidas en cualquier individuo a aspectos negativos. Es decir son más heterogéneas (cuando por ejemplo se dan problemas de salud o ante el esfuerzo que requieren los estudios, aunque a la postre genere recompensas). Frente a ellas, la satisfacción sentimental o con el ocio, pueden ser entendidas de forma más homogénea y, a priori, tener más que ver con la búsqueda de los aspectos más hedonistas del bienestar.

El estudio no está exento de ciertas limitaciones, por lo que los resultados deben ser tomados con precaución. La muestra está limitada a estudiantes de Psicología, habría que analizar otro tipo de población más heterogénea, para contrastar los resultados. Según algunos autores (D'Anello, 2006), los estudiantes universitarios, aunque pertenecientes a culturas colectivistas, están más propensos a recibir la influencia de las sociedades individualistas por sus posibilidades de acceso tanto a la cultura como a la información, lo que en la muestra de estudiantes mexicanos podría estar disminuyendo la influencia de pertenecer a una cultura colecti-

vista. Además, ciertas características psicológicas, como las variables de personalidad, las estrategias de afrontamiento o la percepción de apoyo social, que no se han tomado en consideración aquí, podrían ser relevantes para identificar otros factores que subyacen al bienestar de culturas diferenciadas. De hecho, algunos autores (Gómez et al., 2007) han encontrado que ciertos factores, como la autoeficacia o el control personal, están relacionados con la satisfacción con los estudios o con la vida sentimental.

Los hallazgos de la presente investigación parecen indicar que las sociedades emergentes, como es el caso de México, están incrementando su bienestar personal en detrimento de las denominadas hasta hace poco sociedades "avanzadas". Consideramos que las demandas y el afán de logro de países con valores básicamente individualistas, como España que, además, en la actualidad sufre una grave crisis económica, han encorsetado a sus ciudadanos para conseguir metas casi inalcanzables, lo que puede estar repercutiendo negativamente en su bienestar.

Referencias

- Argyle, M. (1992). *La Psicología de la Felicidad*. Madrid: Alianza Editorial.
- Compton, W. (2001). The values problem in Subjective Well-being. *American Psychological Association*, 56, 1-84.
- D'Anello, S. (2006). Efecto de las Normas y Emociones en los Juicios sobre Satisfacción con la Vida en una Muestra Venezolana. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 40, 371-376.
- DeNeeve, K. M. y Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Díaz, F. y González, M. J. (2011). Subjective and Occupational Well-Being in a Sample of Mexican Workers. *Social Indicators Research*, 100, 273-285.
- Diener, E. (2000). The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychological Association*, 55, 34-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. y Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Larsen, R. J., Levine, S. y Emmons, R. (1985). Intensity and frequency: Dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1253-1265.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. y Smith, H. (1999). El bienestar subjetivo, tres décadas de progreso. *Boletín Psicológico*, 125, 271-301.
- Fuentes, N. y Rojas, M. (2001). Economic Theory and Subjective Well-Being: Mexico. *Social Indicators Research*, 53, 289-314.
- Furman, R., Negi, N. J., Iwamoto, D. K., Rowan, D., Shukraft, A., y Gragg, J. (2009). Social work practice with *latinos*: Key issues for social workers. *Social Work*, 54, 167-174.
- Glenn, N. D., y Weaver, C. N. (1981). The contribution of marital happiness to global happiness. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 161-168.
- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F. y Cruz, J. E. (2007). Factores predictores de Bienestar Subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39, 311-325.
- Hofstede, G. (1999). *Culturas y organizaciones*. Madrid: Alianza Editorial.
- Inglehart, R. (1990). *Culture shift in advanced industrial society*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Laca, F. A., Mejía, J. C. y Yáñez, C. (2010). Identidad mexicana e interés político: Predictores de bienestar social y anomia. *Acta Universitaria*, 20, 40-49.
- Laca, F. A., Verdugo, J. y Guzmán, J. (2005). Satisfacción con la vida de algunos colectivos mexicanos: una discusión sobre la psicología del bienestar subjetivo. *Enseñanza e Investigación en Psicología* 10, 325-336.
- Lang, F. y Heckhausen, J. (2001). Perceived control over development and subjective well-being differential benefits across adulthood. *American Psychological Association*, 81, 509-523.
- Layar, R. (2005). *La felicidad: Lecciones de una nueva ciencia*. Madrid: Taurus.
- Lora, E., y Chaparro, J. C. (2008). La conflictiva relación entre ingreso y la satisfacción. En E. Lora (Coord.), *Calidad de vida. Más allá de los hechos* (pp. 1-50). Washington: Banco Interamericano de Desarrollo y Fondo de Cultura Económica.
- Ljubomirsky, S. y Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Marrero, R. J. y Carballeira, M. (2010). El papel del optimismo y del apoyo social en el bienestar subjetivo. *Salud Mental*, 33, 39-46.
- Marrero, R. J. y Carballeira, M. (2011). Well-being and personality: Facet-level analyses. *Personality and Individual Differences*, 50, 206-211.
- Mastekaasa, A. (1993). Marital status and subjective well-being: A changing relationship? *Social Indicators Research*, 29, 249-276.
- Matijasevic, M. T., Ramirez, M. y Villada, C. (2010). Bienestar subjetivo: Una revisión crítica de sus resultados, alcances y limitaciones. *Regiones*, 5, 5-39.
- Palomar, L. J. (2005). Estructura del bienestar subjetivo: construcción de una escala multidimensional. En E. L. Garduño, A. B. Salinas, y H. M. Rojas. *Calidad de Vida y Bienestar Subjetivo en México* (pp. 113-142). México D.F.: Plaza y Valdez S.A.
- Pavot, W. y Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Rice, T., y Steele, B. (2004). Subjective well-being and culture across time and space. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 633-647.
- Rojas, M. (2007). Heterogeneity in the Relationship between Income and Happiness: A Conceptual Referent Theory Explanation. *Journal of Economic Psychology*, 28, 1-14.
- Rojas, M. y Jiménez, E. (2008). Pobreza subjetiva en México: el papel de las normas de evaluación del ingreso. *Perfiles Latinoamericanos*, 32, 11-33.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., y Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being. Integrating process models of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 582-593.
- Schmuck, P. y Sheldon, K. M. (2001). *Life goals and well-being. Towards a positive psychology of human striving*. Seattle, WA: Hogrefe & Huber.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., y Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus Norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 482-493.
- Triandis, H. C. (1980). *Handbook of cross cultural psychology. Vol.2*. U.S.A. Allyn and Bacon.
- Triandis, H. C. (1990). Multimethod probes of individualism and collectivism. *Journal of personality and Social Psychology*, 59, 1006-1020.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism*. Boulder, USA: Westview Press.
- Triandis, H. C. (2005). Issues in individualism and collectivism research. En R.M. Sorrentino, D. Cohen, J. M. Olson, y M. P. Zanna (Eds.), *Cultural and Social Behavior: The Ontario Symposium*, (pp. 207-224). Mahawah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of Happiness*. Dordrecht: Reidel.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jde1Ww1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

- Veenhoven, R. (2007). *Trend Average Happiness in Nations 1946 – 2006: How much people like the life they live*. World Database of Happiness. Trend Report, 1. World Database of Happiness. Recuperado de: http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/hap_nat/findingreports/TrendReport2007-1.pdf
- Vera, J. A., Laborín, J. F., Córdova, M. A. y Parra, E. M. (2007). Bienestar Subjetivo: comparación en dos contextos culturales. *Psicología para América Latina*. *Revista de la Unión Latinoamericana de Entidades de Psicología*. Recuperado de <http://psicolatina.org/11/5de7/25/10/200711:28:24>.
- Watson, D., Clark, L. A. y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 6, 1063-1070.

(Artículo recibido: 22-1-2013; revisión recibida: 8-6-2013; aceptado: 5-8-2013)

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27



Determinantes sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana



José Ángel González-Villalobos^a y Rosario Josefa Marrero^{b,*}

^a Centro de Innovación Educativa en Psicología y Educación (CIPE), Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de San Luis Potosí (UASLP), San Luis Potosí, México

^b Departamento de Psicología Clínica, Psicobiología y Metodología, Universidad de La Laguna (ULL), La Laguna, Santa Cruz de Tenerife, España

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 6 de agosto de 2016

Aceptado el 24 de enero de 2017

On-line el 1 de marzo de 2017

Palabras clave:

Hedónico

Eudaimónico

Emociones

Características demográficas

Personalidad

Keywords:

Hedonic

Eudaimonic

Affect

Demographic characteristics

Personality

R E S U M E N

En esta investigación el objetivo es analizar la capacidad predictiva de factores sociodemográficos y características personales sobre el bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana. Los participantes fueron 976 adultos que cumplieron escalas de felicidad, satisfacción vital, emociones positivas y negativas, bienestar psicológico, los Cinco Grandes de personalidad, optimismo y autoestima. Los resultados indicaron que los factores sociodemográficos tenían un tamaño de efecto pequeño sobre las distintas dimensiones de bienestar subjetivo y psicológico. Los análisis de regresión múltiple mostraron que, tanto el bienestar subjetivo como el psicológico, eran explicados por alta extraversión, responsabilidad, autoestima y bajo neuroticismo. Estos resultados sugieren que, no solo los Cinco Grandes, sino la autoestima es un potente predictor de ambos tipos de bienestar en mayor medida que los factores sociodemográficos. Los descubrimientos son consistentes con los encontrados en otras culturas, aunque aparecen diferencias que son discutidas con relación a cómo abordarlas por parte de las autoridades mexicanas.

© 2017 Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Sociodemographic and personal factors determining subjective and psychological well-being in the Mexican population

A B S T R A C T

The aim of this study is to determine the predictive capacity of socio-demographic and personal characteristics on subjective and psychological well-being in a Mexican population. A total of 976 Mexican adults completed scales of happiness, life satisfaction, positive and negative affect, psychological well-being, the Big Five personality traits test, as well as of optimism and self-esteem. The results showed that sociodemographic factors had a small effect size on the subjective and psychological well-being dimensions. Hierarchical multiple regression analyses demonstrated that subjective and psychological well-being

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: rmarrero@ull.edu.es (R.J. Marrero).

<http://dx.doi.org/10.1016/j.sumpsi.2017.01.002>

0121-4381/© 2017 Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

was explained by a greater extraversion, conscientiousness, optimism, self-esteem, and less neuroticism. These results suggest that not only is the Big Five a more powerful predictor of both types of well-being than sociodemographic factors, but also that of self-esteem. The findings are consistent with those of other cultures, although there are differences, which are discussed in relation to how they should be approached by the Mexican authorities.

© 2017 Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Published by Elsevier España, S.L.U.
This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

La investigación sobre el bienestar ha resultado de gran relevancia debido a las implicaciones que tiene para el completo desarrollo del individuo (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Existen dos aproximaciones claramente diferenciadas (Ryan & Deci, 2001): una centrada en el bienestar hedónico o subjetivo, entendido como la maximización del placer y minimización del dolor (Bradburn, 1969; Diener et al., 1985); y otra relacionada con el bienestar eudaimónico o psicológico que ha sido definido como la búsqueda de una vida virtuosa o de excelencia (Ryff, 1989, 2014).

A pesar de la amplia literatura que analiza la relación entre el bienestar subjetivo y la personalidad (DeNeve & Cooper, 1998; Marrero & Carballeira, 2011; Steel, Schmidt, & Shultz, 2008), apenas existen estudios que incluyan una evaluación conjunta del bienestar subjetivo y psicológico. El verdadero florecimiento del individuo implica no solo atender a aquello que le hace sentir bien —bienestar hedónico—, sino también qué hacer para funcionar bien —bienestar eudaimónico— (Huppert & So, 2013; Keyes, Kendler, Myers, & Martin, 2015). Además, los estudios en culturas diversas facilitan no solo la generalización de los descubrimientos empíricos, sino que permiten analizar si la cultura modera las relaciones entre los distintos factores implicados en el bienestar para en el futuro extraer qué características podrían ser universales en la promoción del bienestar.

Existe cierta controversia acerca del papel que juegan determinadas características sociodemográficas en el bienestar. La investigación previa apunta el pequeño tamaño del efecto que tienen las variables demográficas, explicando entre un 8 y un 20% de la varianza del bienestar (Argyle, 2001; DeNeve & Cooper, 1998). Algunos estudios sugieren que las diferencias entre hombres y mujeres en bienestar podrían deberse en mayor medida a la intensidad emocional que a la frecuencia con la que expresan las emociones (Lucas & Gohm, 2000). Otros trabajos encuentran que el bienestar se distribuye en forma de U de la juventud a la etapa adulta para luego disminuir a partir de los 60 años (Schnettler et al., 2014; Vera-Villaruel et al., 2012; Wunder, Wiencierz, Schwarze, & Küchenhoff, 2013); mientras que estudios recientes informan de mayor felicidad en las personas de más edad dado que emplean estrategias de toma de decisión más eficaces (Bruine de Bruin, Parker, & Strough, 2016). También se ha encontrado mayor bienestar en las personas casadas frente a las no casadas (Vanassche, Swicegood, & Matthijs, 2013), pero esta relación aparece en mayor medida en sociedades colectivistas que en individualistas (Diener, Gohm, Suh, & Oishi, 2000). Además, parece que un mayor nivel educativo se asocia a mayor probabilidad de conseguir empleo y a tasas más altas de ingreso,

redundando en una mayor felicidad (Cuñado & Pérez de Gracia, 2012).

Sin embargo, el bienestar ha mostrado estar más relacionado con tendencias disposicionales que con características sociodemográficas o con disponibilidad de recursos (DeNeve & Cooper, 1998; Schmutte & Ryff, 1997). Estudios previos muestran que el neuroticismo, la extraversión y la responsabilidad están estrechamente relacionados con los distintos componentes del bienestar subjetivo (DeNeve & Cooper, 1998; Marrero & Carballeira, 2011; Steel et al., 2008) y del bienestar psicológico (Schmutte & Ryff, 1997). Otras características personales que se han vinculado a un mayor bienestar y florecimiento del individuo han sido el optimismo y la autoestima (Huppert & So, 2013). El optimismo disposicional hace referencia a una creencia o expectativa generalizada y estable que ocurrirán resultados positivos en distintas situaciones futuras (Scheier, Carver, & Bridges, 1994). Estudios previos indican que las personas optimistas muestran mejor ajuste y mayor bienestar subjetivo y psicológico (Gustems-Carnicer, Calderón, & Forn, 2016). La autoestima, entendida como la valoración positiva o negativa que hace el individuo de sí mismo (Rosenberg, 1965), también ha mostrado tener importantes repercusiones en distintos ámbitos de la vida, ya sea a nivel emocional, en la satisfacción con las relaciones y con el trabajo y en la salud física, y es un importante predictor de felicidad (Orth, Robins, & Widaman, 2012; Rodríguez-Fernández, Ramos-Díaz, Ros, Fernández-Zabala, & Revuelta, 2016).

Teniendo en cuenta que existen ciertas discrepancias en cuanto a la relación entre los factores sociodemográficos y el bienestar y que no se han encontrado estudios que identifiquen el papel que desempeñan las características personales en el bienestar de la población mexicana, en este trabajo el propósito es identificar el poder explicativo que tienen, tanto los factores sociodemográficos como personales, en las distintas dimensiones de bienestar subjetivo y psicológico. Concretamente, los objetivos propuestos han sido: (a) examinar las diferencias en bienestar subjetivo y psicológico en función de las variables sociodemográficas. Con base en la literatura previa, se espera encontrar diferencias en los distintos componentes de bienestar subjetivo y psicológico en función de la edad, el sexo, el nivel de estudios y tener una relación sentimental (Cuñado & Pérez de Gracia, 2012; Wunder et al., 2013); (b) analizar la contribución de las variables sociodemográficas y personales al bienestar subjetivo y psicológico. Se espera que las características sociodemográficas tengan una menor influencia en ambos tipos de bienestar que las características de personalidad (DeNeve & Cooper, 1998; Steel et al., 2008); y que el optimismo y la autoestima (Huppert & So, 2013), junto con el neuroticismo y la extraversión, sean

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

predictores más potentes del bienestar subjetivo y psicológico que los restantes rasgos de personalidad.

Método

Participantes

Se contó con una muestra incidental no probabilística de 976 adultos mexicanos entre 17 y 84 años ($M=29.43$; $DT=12.10$). El 65.2% fueron mujeres. La mayoría tenían estudios universitarios (81.8%), el 12.2% estudios de bachiller; el 5.1% estudios de secundaria y el 0.9% estudios primarios. El 64.1% estaban solteros, el 24% casados, el 6.7% convivían en pareja, el 4% separados y el 1.2% eran viudos, aunque el 59.2% tenían pareja. En cuanto a la situación laboral, el 54.6% eran estudiantes, el 38.6% activos laboralmente, el 5.6% desempleados y el 1.4% jubilados.

Instrumentos

Se elaboró una hoja de registro que recogía información acerca de variables sociodemográficas tales como sexo, edad, nivel de estudios, estado civil, tener pareja y situación laboral.

La Escala de Satisfacción Vital (Diener et al., 1985) evalúa, mediante cinco ítems, el juicio cognitivo del individuo acerca de la satisfacción global con su propia vida, comparando sus circunstancias vitales con un estándar particular. Se responde desde 1 (*nada satisfecho*) a 7 (*muy satisfecho*). La consistencia interna de la escala original es de .87 y la fiabilidad test-retest es de .82. La versión adaptada al español muestra un alfa de Cronbach de entre .82 y .88 (Vázquez, Duque, & Hervás, 2013). En un estudio reciente con población mexicana se obtuvo un alfa de .86 (Merino, Privado, & Gracia, 2015) y en este trabajo fue de .88.

Las Escalas de emociones positivas y negativas (Watson, Clark, & Tellegen, 1988) constan de 20 calificativos, 10 positivos y otros 10 negativos que evalúan las emociones presentes en el momento de contestar la prueba, desde 0 (*totalmente en desacuerdo*) a 5 (*totalmente de acuerdo*). La validación original indicó una correlación negativa entre ambas escalas y coeficientes de consistencia interna de .86 y .90 para emociones positivas y negativas, respectivamente. La fiabilidad de las escalas con población española está entre .87 y .89 para emociones positivas y entre .84 y .91 para emociones negativas (Sandín et al., 1999). En población mexicana, el alfa es de .84 para emociones positivas y de .88 para emociones negativas (Merino et al., 2015). En este estudio fue de .86 para emociones positivas y de .88 para emociones negativas.

La Escala de Felicidad Subjetiva (Lyubomirsky & Lepper, 1999) está formada por cuatro ítems con siete alternativas de respuesta que evalúan el grado en el que el individuo se considera feliz con relación a su vida o comparado con las personas de su entorno, desde un enfoque molar recogiendo tanto el componente afectivo como el cognitivo. La escala ha mostrado coeficientes de fiabilidad que oscilan entre .79 y .94. Se ha empleado la versión adaptada al español que ha sido validada con población latinoamericana (Ortiz, Gancedo, & Reyna, 2013) y española mostrando un alfa entre .60 y .65 (Vázquez et al., 2013). En este estudio fue de .86.

Las Escalas de Bienestar Psicológico (Díaz et al., 2006). La prueba consta de 39 ítems y se responde en una escala de 1 a 6 puntos. Mide las seis dimensiones de bienestar psicológico de Ryff (1989): autoaceptación, relaciones positivas con los otros, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Se ha validado con población española mostrando una consistencia interna de entre .70 y .84. En población mexicana, la versión de 29 ítems ha mostrado una consistencia interna adecuada, entre .67 y .86 (Merino et al., 2015). En este estudio fue de .71 para autonomía, .71 para dominio del entorno, .74 para crecimiento personal, .80 para relaciones positivas con los otros, .85 para propósito en la vida y .82 para autoaceptación.

El Inventario reducido de Cinco Factores—NEO-FFI—(Costa & McCrae, 1999). Mide a través de 60 ítems, en una escala de 0 a 4 puntos, los cinco grandes factores de personalidad: neuroticismo, extraversión, apertura a la experiencia, cordialidad y responsabilidad. La consistencia interna de las escalas para población española oscila entre .89 y .95. Con población mexicana, la consistencia interna está entre .73 y .88 (Merino et al., 2015). En este estudio fue de .81 para neuroticismo, .82 para extraversión, .73 para la escala de apertura a la experiencia, .72 para cordialidad y .84 para responsabilidad.

El Test de Orientación Vital Revisado (Scheier et al., 1994) incluye seis ítems y otros cuatro neutros, con cinco opciones de respuesta, que evalúan las expectativas de los individuos acerca de que puedan ocurrirles resultados favorables en el futuro. La prueba original tiene una consistencia interna de .78. Ha sido validada con población española (Chico, Tous, & Ferrando, 2002) y chilena (Ortiz, Gómez-Pérez, Cancino, & Barrera-Herrera, 2016) y ha mostrado coeficientes de consistencia interna alrededor de .72. En este estudio, se comprobó mediante análisis factorial de componentes principales con rotación Varimax la estructura del LOT-R. Tanto el estadístico de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO=.69$) como la prueba de esfericidad de Bartlett ($\chi^2=930.41$; $p<.001$) indicaron un ajuste apropiado de la matriz de correlaciones. Se obtuvo una solución bidimensional con un factor de optimismo (32.16% de varianza explicada) y otro de pesimismo (27.54% de varianza explicada). La consistencia interna de la escala de optimismo fue de .71 y la de pesimismo, de .60. En este estudio solo se empleó la escala de optimismo.

La Escala de Autoestima (Rosenberg, 1965). Mide las actitudes positivas y negativas que tiene el individuo hacia sí mismo. Consta de 10 ítems con una escala de respuesta de 1 a 4 puntos. La fiabilidad test-retest de la escala original ha sido de .85. En una muestra clínica española, la escala obtiene una consistencia interna de .87 y una fiabilidad test-retest de .74 (Vázquez, Jiménez, & Vázquez-Morejón, 2004). Con población chilena, el alfa de Cronbach es de .75 (Rojas-Barahona, Zegers, & Förster, 2009). En este estudio fue de .83.

Procedimiento

Se recogió la información mediante la participación de estudiantes de Psicología de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí durante los cursos académicos 2013-14; 2014-15 y 2015-16. Se informó del objetivo de la investigación, así como que se protegería la confidencialidad de los datos, dado que la identidad de los participantes no sería registrada. Además,

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

en el enlace alojado en la plataforma LimeSurvey, se advertía que la cumplimentación de los instrumentos suponía el consentimiento para emplear esta información con fines de investigación. Los estudiantes rellenaron las pruebas online en su domicilio y además las administraron a tres personas de su entorno, mayores de 40 años para así incrementar la variabilidad muestral. La cumplimentación de la batería de pruebas supuso un tiempo aproximado de 50 min.

Para el análisis de los datos se empleó el programa estadístico SPSS (Versión 21). A través de un MANOVA, se analizó si había diferencias en bienestar subjetivo y psicológico en función de las distintas variables sociodemográficas. Además, se aplicaron análisis de regresión múltiple, con el método paso a paso, con el objeto de identificar las características sociodemográficas y personales que explicaban cada uno de los indicadores de bienestar subjetivo y psicológico.

Resultados

El MANOVA mostró diferencias en bienestar en función de las variables sociodemográficas. Las mujeres mostraron mayor felicidad $F(1, 753) = 4.98, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .61$, satisfacción vital $F(1, 753) = 3.61, p = .058, \eta^2 = .01, 1-\beta = .48$ y relaciones positivas $F(1, 753) = 5.93, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .68$; mientras que los hombres informaron de más emociones positivas $F(1, 753) = 5.58, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .65$ y mayor autonomía $F(1, 753) = 3.28, p = .070, \eta^2 = .01, 1-\beta = .44$.

Se compararon a los jóvenes (17-30) frente a los adultos (31-84) teniendo en cuenta que los rasgos de personalidad tienden a estabilizarse alrededor de los 30 años (McCrae & Costa, 2003) y que a esta edad ya habían dejado la condición de estudiantes. Los resultados indicaron que las personas de mayor edad tuvieron más emociones positivas $F(1, 752) = 5.94, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .68$, satisfacción vital $F(1, 752) = 3.75, p = .053, \eta^2 = .01, 1-\beta = .49$, autonomía $F(1, 752) = 7.32, p < .01, \eta^2 = .01, 1-\beta = .77$, dominio del entorno $F(1, 752) = 25.12, p < .001, \eta^2 = .03, 1-\beta = .99$, propósito en la vida $F(1, 752) = 12.56, p < .001, \eta^2 = .02, 1-\beta = .94$ y autoaceptación $F(1, 752) = 6.06, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .69$; mientras que los jóvenes mostraron más emociones negativas $F(1, 752) = 28.28, p < .001, \eta^2 = .04, 1-\beta = .99$ y mayor crecimiento personal $F(1, 752) = 3.96, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .51$.

Al comparar los cuatro niveles académicos —primario, secundario, bachiller y universitario— se encontraron diferencias significativas en felicidad $F(3, 751) = 3.49, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .78$, emociones positivas $F(3, 751) = 2.30, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .71$, satisfacción vital $F(3, 751) = 3.21, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .74$, crecimiento personal $F(3, 751) = 10.80, p < .001, \eta^2 = .04, 1-\beta = .99$, relaciones positivas con los otros $F(3, 751) = 4.98, p < .01, \eta^2 = .02, 1-\beta = .91$, propósito en la vida $F(3, 751) = 3.19, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .74$ y marginalmente significativas en autoaceptación $F(3, 751) = 2.45, p = .062, \eta^2 = .01, 1-\beta = .61$. Los análisis *post-hoc* con ajuste de Bonferroni indicaron que las diferencias aparecían entre las personas con estudios universitarios y las de bachiller; las primeras mostraron más emociones positivas, satisfacción vital, crecimiento personal, relaciones positivas con los otros y propósito en la vida. También los universitarios mostraron mayor felicidad y crecimiento personal que las personas con estudios secundarios. No aparecieron diferencias con relación a las personas con

estudios primarios probablemente debido al escaso número de participantes en esta condición.

En la variable situación laboral se recogieron cuatro categorías: activos laboralmente, desempleados, estudiantes y jubilados, aunque esta última no fue incluida en los análisis debido al escaso número de participantes. Los resultados mostraron diferencias significativas en todas las variables de bienestar: felicidad $F(2, 745) = 3.49, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .68$, emociones positivas $F(2, 745) = 6.28, p < .01, \eta^2 = .02, 1-\beta = .90$, emociones negativas $F(2, 745) = 10.96, p < .001, \eta^2 = .03, 1-\beta = .99$, satisfacción vital $F(2, 745) = 3.67, p < .05, \eta^2 = .01, 1-\beta = .68$, autonomía $F(2, 745) = 8.92, p < .001, \eta^2 = .02, 1-\beta = .97$, dominio del entorno $F(2, 745) = 19.30, p < .01, \eta^2 = .05, 1-\beta = .99$, crecimiento personal $F(2, 745) = 8.44, p < .001, \eta^2 = .02, 1-\beta = .96$, relaciones positivas con los otros $F(2, 745) = 4.93, p < .01, \eta^2 = .01, 1-\beta = .81$, propósito en la vida $F(2, 745) = 20.78, p < .001, \eta^2 = .05, 1-\beta = .99$ y autoaceptación $F(2, 745) = 11.69, p < .001, \eta^2 = .03, 1-\beta = .99$. Las personas activas y los estudiantes tenían mayor felicidad, crecimiento personal y relaciones positivas con los otros que las desempleadas. Además, las personas activas mostraron más emociones positivas, autonomía, dominio del entorno, autoaceptación y propósito en la vida que los estudiantes y desempleados. Los estudiantes también mostraron mayor propósito en la vida que los desempleados. La satisfacción vital fue mayor en los activos que en los desempleados y las emociones negativas fueron menores en las personas activas laboralmente que en los estudiantes.

Cuando se analizaron las diferencias en bienestar en función de tener o no pareja sentimental, únicamente se encontraron diferencias marginalmente significativas en felicidad $F(1, 753) = 3.22, p < .073, \eta^2 = .01, 1-\beta = .43$, satisfacción vital $F(1, 753) = 3.23, p < .073, \eta^2 = .01, 1-\beta = .43$ y propósito en la vida $F(1, 753) = 3.23, p < .073, \eta^2 = .01, 1-\beta = .43$. Las personas con pareja puntuaron más alto en las tres medidas de bienestar.

En los análisis de regresión múltiple paso a paso se incluyeron como variables criterio cada uno de los indicadores de bienestar subjetivo y bienestar psicológico. Las variables predictoras que entraron en primer lugar fueron las variables sociodemográficas en las que se habían encontrado diferencias significativas, seguidamente los Cinco Grandes de personalidad, y en el último paso, el optimismo y la autoestima.

En la tabla 1 aparecen los predictores que entraron en el último paso en la ecuación de regresión para cada indicador de bienestar subjetivo. La felicidad estaba relacionada con el nivel de estudios, aunque los principales predictores fueron la autoestima y la extraversión $[F(6, 686) = 120.98, p < .001]$. La satisfacción vital fue predicha principalmente por la autoestima y el optimismo $[F(8, 682) = 70.18, p < .001]$. Para las emociones positivas, el sexo fue un predictor significativo junto al optimismo, autoestima y extraversión $[F(9, 680) = 97.02, p < .001]$. En el caso de las emociones negativas, la edad fue un predictor significativo pero tuvo un mayor peso el neuroticismo $[F(4, 685) = 196.72, p < .001]$. Las variables incluidas en las ecuaciones de regresión explicaron alrededor de un 50% de la varianza.

En la tabla 2 se muestran los predictores de cada indicador de bienestar psicológico. Los principales predictores de la autonomía fueron el neuroticismo y la autoestima $[F(7, 665) = 49.43, p < .001]$. El dominio del entorno fue explicado

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Tabla 1 – Resumen final del modelo de regresión paso a paso de las variables personales sobre el bienestar subjetivo

Variable	R ² adj.	β	F
VD: Felicidad	.51		120.98
Nivel de estudios		.05*	
Pareja sentimental		-.02	
Neuroticismo		-.19***	
Extraversión		.24***	
Optimismo		.21***	
Autoestima		.25***	
VD: Satisfacción vital	.44		70.18
Nivel de estudios		.03	
Edad		.02	
Neuroticismo		-.15***	
Extraversión		.14***	
Apertura a la experiencia		.03	
Responsabilidad		.10**	
Optimismo		.23***	
Autoestima		.22***	
VD: Emociones positivas	.56		97.02
Sexo		-.12***	
Nivel de estudios		.04	
Situación laboral		-.04	
Neuroticismo		.09*	
Extraversión		.23***	
Apertura a la experiencia		.13***	
Responsabilidad		.19***	
Optimismo		.30***	
Autoestima		.24***	
VD: Emociones negativas	.53		196.72
Edad		-.06*	
Neuroticismo		.50***	
Cordialidad		-.13***	
Autoestima		-.21***	

* $p < .05$
 ** $p < .01$
 *** $p < .001$.

en parte por la edad, aunque el neuroticismo y la responsabilidad tuvieron mayor peso [$F(7, 648) = 150.96, p < .001$]. El crecimiento personal dependía del nivel de estudios, pero la autoestima y la apertura a la experiencia fueron los principales predictores [$F(7, 658) = 62.76, p < .001$]. El nivel de estudios también explicaba las relaciones positivas con los otros, aunque el mayor peso lo tuvo la extraversión [$F(7, 662) = 76.13, p < .001$]. El propósito en la vida tenía relación con la situación laboral, pero la responsabilidad fue el predictor de mayor peso [$F(8, 663) = 100.03, p < .001$]. La autoaceptación fue explicada principalmente por la autoestima y el neuroticismo [$F(8, 665) = 149.71, p < .001$]. Las variables personales y sociodemográficas explicaban entre un 33 y un 64% de la varianza de bienestar psicológico.

Discusión

El principal objetivo de este trabajo ha sido identificar qué factores sociodemográficos y personales inciden en el bienestar de personas mexicanas. Este estudio apoya los resultados previos acerca de la relación entre los Cinco Grandes de personalidad, principalmente neuroticismo, extraversión y responsabilidad, y bienestar (Marrero & Carballeira, 2011;

Steel et al., 2008). Sin embargo, un aspecto novedoso ha sido incluir otros predictores personales, como el optimismo y la autoestima. Los resultados han mostrado que, sobre todo, la autoestima predice ambos tipos de bienestar más allá de los Cinco Grandes.

Se confirma la primera hipótesis acerca de las diferencias en bienestar en función de distintas variables sociodemográficas, aunque el tamaño del efecto fue pequeño. Las mujeres mostraron mayor felicidad y relaciones positivas con los otros; mientras que los hombres informaron de más emociones positivas y mayor autonomía. Los resultados relativos al bienestar psicológico fueron consistentes con los encontrados en la investigación previa en otros países (Ryff, 2014; Zubieta, Muratori, & Fernández, 2012). Además, el sexo masculino fue un predictor significativo de las emociones positivas. Este resultado difiere de los encontrados en la investigación previa que señala una mayor emocionalidad de las mujeres (Lucas & Gohm, 2000) y un mayor bienestar subjetivo en término medio (Graham & Chattopadhyay, 2013). Según el último informe mundial acerca de la felicidad, factores como la edad y la región moderan la relación entre sexo y bienestar (Helliwell, Layard, & Sachs, 2015). En nuestro estudio se encontró que las personas de más edad mostraban mayor bienestar subjetivo y psicológico que las jóvenes, las cuales experimentaban más emociones negativas. Sin embargo, la edad solo fue un predictor significativo de menos emociones negativas y más dominio del entorno. En la misma línea, se ha encontrado que el bienestar psicológico y subjetivo no decrece en edades avanzadas (Wettstein, Schilling, Reidick, & Wahl, 2015) y que los mayores recuerdan menos acontecimientos pasados de valencia emocional negativa que los jóvenes (Charles et al., 2016).

Por otro lado, en nuestro estudio se encontró que los universitarios tenían mayor bienestar subjetivo, propósito en la vida, crecimiento personal y relaciones positivas con los otros que las personas con menor nivel académico. Esta variable fue capaz de predecir parte de la varianza de felicidad, crecimiento personal y relaciones positivas con los otros. Una investigación reciente encuentra que la educación universitaria tiene efectos positivos en los intereses políticos, actitudes intergrupo y confianza social y también aparece una asociación, aunque de baja magnitud, con salud y bienestar (Easterbrook, Kuppens, & Manstead, 2016). En nuestro trabajo, estar activo laboralmente contribuyó al bienestar promoviendo las emociones positivas, la autonomía, el dominio del entorno, la autoaceptación y el propósito en la vida. Los efectos del empleo en el bienestar subjetivo han sido probados en distintos países miembros de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (Fleche, Smith, & Sorsa, 2011). Sin embargo, a diferencia de lo encontrado en otras sociedades colectivistas (Diener et al., 2000), tener pareja no mostraba asociaciones significativas con el bienestar.

Tal y como se planteó en la segunda hipótesis, los factores personales incidieron en mayor medida en el bienestar que los factores sociodemográficos. De los Cinco Grandes de personalidad se confirmó que las dimensiones positivas de bienestar subjetivo —felicidad, satisfacción vital y emociones positivas— estuvieron asociadas principalmente a la extraversión y las emociones negativas al neuroticismo, tal y

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Tabla 2 – Resumen final del modelo de regresión paso a paso de las variables personales sobre el bienestar psicológico

Variables	R ² adj.	β	F	Variables	R ² adj.	β	F
VD: Autonomía	.33		49.43	VD: Relaciones positivas con otros	.44		76.13
Situación laboral		-.06 [*]		Nivel de estudios		.08 ^{***}	
Neuroticismo		-.27 ^{****}		Neuroticismo		-.13 ^{***}	
Extraversión		.07 ^{***}		Extraversión		.37 ^{***}	
Apertura		.16 ^{****}		Apertura		.07 ^{**}	
Responsabilidad		.13 ^{****}		Cordialidad		.18 ^{****}	
Optimismo		-.15 ^{****}		Optimismo		-.11 ^{***}	
Autoestima		.25 ^{****}		Autoestima		.21 ^{****}	
VD: Dominio del entorno	.62		150.96	VD: Propósito en la vida	.54		100.03
Edad		.08 ^{****}		Nivel de estudios		.02	
Neuroticismo		-.31 ^{****}		Situación laboral		-.08 ^{***}	
Extraversión		.10 ^{***}		Neuroticismo		-.10 ^{***}	
Apertura		.10 ^{****}		Extraversión		.15 ^{****}	
Responsabilidad		.26 ^{****}		Apertura		.12 ^{****}	
Optimismo		.10 ^{***}		Responsabilidad		.29 ^{****}	
Autoestima		.18 ^{****}		Optimismo		.17 ^{****}	
VD: Crecimiento personal	.39		62.76	VD: Autoaceptación	.64		149.71
Nivel de estudios		.08 ^{***}		Nivel de estudios		.02	
Neuroticismo		-.02		Situación laboral		-.001	
Extraversión		.08 ^{**}		Neuroticismo		-.26 ^{****}	
Apertura		.22 ^{****}		Extraversión		.15 ^{****}	
Cordialidad		.14 ^{****}		Apertura		.09 ^{****}	
Responsabilidad		.17 ^{****}		Responsabilidad		.17 ^{****}	
Autoestima		.27 ^{****}		Optimismo		.07 ^{**}	
				Autoestima		.32 ^{****}	

* $p < .10$.
 ** $p < .05$.
 *** $p < .01$.
 **** $p < .001$.

como se ha encontrado en estudios previos en diversos países, tanto del continente americano como del europeo y del asiático (Kokko, Tolvanen, & Pulkkinen, 2013; Otonari et al., 2012; Steel et al., 2008). Las personas extravertidas tienden a focalizarse más en las recompensas que en los castigos, de ahí que experimenten más emociones positivas (Gray, 1987). Por su parte, la responsabilidad mostró un vínculo con la satisfacción vital, pero contrariamente a lo encontrado en países de habla hispana, como España (Marrero & Carballeira, 2011), no se asoció a felicidad. La responsabilidad es un rasgo más cognitivo (Hayes & Joseph, 2003), por lo que parece tener un efecto más instrumental-valorativo que un efecto directo en el bienestar emocional (Zhang & Tsingan, 2014). También en nuestro estudio se encontró que los Cinco Grandes se asociaban diferencialmente al bienestar psicológico dependiendo del indicador considerado. El neuroticismo fue un importante predictor de dominio del entorno, autonomía y autoaceptación, mientras que la responsabilidad tuvo una mayor influencia en el propósito en la vida, y la apertura a la experiencia se relacionó con crecimiento personal, resultados consistentes con la investigación previa, tanto en población americana como hispana (Anglim & Grant, 2016; Marrero & Carballeira, 2012). La extraversión apenas tuvo efecto en las distintas dimensiones de bienestar psicológico, salvo en las relaciones positivas con los otros. Algunos autores plantean que esta asociación diferencial entre personalidad y bienestar se podría deber al tipo de orientación hacia la felicidad, centrada en el placer, en el compromiso o en el significado (Pollock, Noser, Holden, & Zeigler-Hill, 2016).

Un resultado de especial relevancia ha sido el papel de la autoestima, la cual mostró una mayor capacidad predictiva que los Cinco Grandes en el bienestar subjetivo, así como en autonomía, crecimiento personal y autoaceptación. La valoración positiva de uno mismo, tanto a nivel competencial como autónomo o en las relaciones con los otros, ha mostrado estar asociada al bienestar subjetivo y psicológico en población latinoamericana (Gómez, Villegas, Barrera, & Cruz, 2007; González, Valle, Freire, & Ferradás, 2012). Sin embargo, el optimismo tuvo menor influencia en el bienestar frente a lo encontrado en otras culturas (Marrero & Carballeira, 2011, 2012). Contrariamente a lo esperado, el optimismo mostró asociaciones negativas con autonomía y relaciones positivas con los otros. Quizá un excesivo optimismo pueda reflejar una creencia en que los logros van a estar más vinculados al azar que a la capacidad del individuo y esto genera una cierta dependencia del entorno, lo que al mismo tiempo podría repercutir en relaciones interpersonales más negativas.

Hay que tener en cuenta que este estudio presenta ciertas limitaciones. En primer lugar, ha participado una muestra de conveniencia compuesta mayoritariamente por jóvenes y por personas con estudios universitarios, lo que no corresponde a la realidad del país y limita la generalización de los resultados. En segundo lugar, algunas medidas no han sido validadas directamente con población mexicana, aunque en nuestro estudio se ha comprobado que presentan una adecuada consistencia interna. En tercer lugar, este estudio no permite establecer relaciones causales, por lo que podría ser la personalidad el antecedente del bienestar o viceversa.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Recientemente se ha probado que existe una relación bidireccional entre bienestar subjetivo y personalidad (Soto, 2015), así como que las características personales se modifican a lo largo del ciclo vital y estas variaciones están más asociadas a cambios en el bienestar psicológico (Osafó-Hounkpatin, Wood, Boyce, & Dunn, 2015). En el futuro podría ser de interés desarrollar estudios longitudinales que permitan identificar qué características personales, así como otros recursos de apoyo social, estrategias de afrontamiento o estilos de humor, predicen la elección de determinados entornos y/o situaciones que incrementen el bienestar.

Por otro lado, nuestros resultados apuntan a la necesidad de que las políticas públicas generen condiciones de vida adecuadas, principalmente relativas al acceso a recursos educativos, económicos y a la eliminación de las desigualdades de género para maximizar el bienestar de los individuos. Según el *Legatum Prosperity Index* (2016), México es uno de los países con menor seguridad personal y nacional; y menor capital social medido por la fortaleza de las relaciones personales, apoyo de la red social, normas sociales y participación cívica en el país.

Este trabajo ha permitido corroborar la relevancia de los factores personales en el bienestar en población mexicana. Los factores de neuroticismo y extraversión han mostrado estar más estrechamente vinculados a vivencias afectivas que los restantes factores (Steel et al., 2008). Por su parte, el bienestar psicológico, aunque también se relacionó con la estabilidad emocional, se asoció en mayor medida a un componente más cognitivo/valorativo reflejado en la responsabilidad, la apertura a la experiencia y la autoestima. La identificación de los factores que predicen un mayor bienestar tiene importantes implicaciones en la implementación de programas de intervención que incorporen características personales modificables, como puede ser la autoestima, para mejorar el bienestar de los individuos.

REFERENCIAS

- Anglim, J. & Grant, S. (2016). Predicting psychological and subjective well-being from personality: Incremental prediction from 30 facets over the Big 5. *Journal of Happiness Studies*, 17, 59-80. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-014-9583-7>
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness* (2.ª ed.). Londres: Routledge.
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine.
- Bruine de Bruin, W., Parker, A. & Strough, J. (2016). Choosing to be happy? Age differences in 'maximizing' decision strategies and experienced emotional well-being. *Psychology and Aging*, 31, 295-300. <http://dx.doi.org/10.1037/pag0000073>
- Charles, S. T., Piazza, J. R., Mogle, J. A., Urban, E. J., Sliwinski, M. J. & Almeida, D. M. (2016). Age differences in emotional well-being vary by temporal recall. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 71, 798-807. <http://dx.doi.org/10.1093/geronb/gbv011>
- Chico, E., Tous, J. M. & Ferrando, P. J. (2002). Propiedades psicométricas del test de optimismo Life Orientation Test. *Psicothema*, 14, 673-680.
- Costa, P. & McCrae, R. (1999). *Inventario de personalidad NEO revisado (NEO PI-R) e Inventario NEO reducido de Cinco Factores (NEO-FFI). Manual profesional*. Madrid: TEA.
- Cuñado, J. & Pérez de Gracia, F. (2012). Does education affect happiness? Evidence for Spain. *Social Indicators Research*, 108, 185-196. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-011-9874-x>
- DeNeve, K. & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.124.2.197>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. & van Dierendonck, D. (2006). Validación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18, 572-577.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Diener, E., Gohm, C., Suh, E. & Oishi, S. (2000). Similarity of the relations between marital status and subjective well-being across cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31, 419-436. <http://dx.doi.org/10.1177/0022022100031004001>
- Easterbrook, M., Kuppens, T. & Manstead, A. (2016). The education effect: Higher educational qualifications are robustly associated with beneficial personal and socio-political outcomes. *Social Indicators Research*, 126, 1261-1298. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-015-0946-1>
- Fleche, S., Smith, C. & Sorsa, P. (2011). Exploring determinants of subjective wellbeing in OECD countries: Evidence from the World Value Survey (No. 921). OECD Publishing. <http://dx.doi.org/10.1787/5kg0k6z2lcm5k-en>
- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F. & Cruz, J. E. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39, 311-325.
- González, R., Valle, A., Freire, C. & Ferradás, M. (2012). Relaciones entre la autoeficacia percibida y el bienestar psicológico. *Revista Mexicana de Psicología*, 29, 40-48.
- Graham, C. & Chattopadhyay, S. (2013). Gender and well-being around the world. *International Journal of Happiness and Development*, 1, 212-232. <http://dx.doi.org/10.1504/IJHD.2013.055648>
- Gray, J. A. (1987). *The psychology of fear and stress* (2nd ed.). Nueva York: Cambridge University Press.
- Gustems-Carnicer, J., Calderón, C. & Forn, M. (2016). Psychometric properties of the Life Orientation Test (LOT-R) and its relationship with psychological well-being and academic progress in college students. *Revista Latinoamericana de Psicología*, <http://dx.doi.org/10.1016/j.rlp.2016.05.001>. En prensa
- Hayes, N. & Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34, 723-727. [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00057-0](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00057-0)
- Helliwell, J. F., Layard, R. & Sachs, J. (2015). *World happiness report 2015*. Nueva York: Sustainable Development Solutions Network.
- Huppert, F. & So, T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110, 837-861. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>
- Keyes, C., Kendler, K., Myers, J. & Martin, C. (2015). The genetic overlap and distinctiveness of flourishing and the big five personality traits. *Journal of Happiness Studies*, 16, 655-668. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-014-9527-2>
- Kokko, K., Tolvanen, A. & Pulkkinen, L. (2013). Associations between personality traits and psychological well-being across time in middle adulthood. *Journal of Research in Personality*, 47, 748-756. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2013.07.002>
- Legatum Institute (2016). *The Legatum Prosperity Index: Rankings 2016*.
- Lucas, R. & Gohm, C. (2000). Age and sex differences in subjective well-being across cultures. En E. Diener, & E. M. Suh (Eds.),

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

- Culture and subjective well-being* (pp. 291-317). Cambridge, MA: MIT Press.
- Iyubomirsky, S. & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1006824100041>
- Marrero, R. & Carballeira, M. (2011). Well-being and personality: Facet-level analyses. *Personality and Individual Differences*, 50, 206-211. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.09.030>
- Marrero, R. J. & Carballeira, M. (2012). The contribution of Personality to PWB: An exploratory study. En B. S. Nguyem (Ed.), *Psychology of satisfaction* (pp. 41-65). Nueva York: NOVA.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T., Jr. (2003). *Personality in adulthood: A Five-Factor Theory perspective*. Nueva York: Guilford.
- Merino, M. D., Privado, J. & Gracia, Z. (2015). Mexican validation of the Positive Psychological Functioning Scale. Perspectives on the study of well-being and its measurement. *Salud Mental*, 38, 109-115. <http://dx.doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.015>
- Orth, U., Robins, R. & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 1271-1288. <http://dx.doi.org/10.1037/a0025558>
- Ortiz, M. V., Gancedo, K. M. & Reyna, C. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de felicidad subjetiva en jóvenes y adultos de la ciudad de Córdoba-Argentina. *Suma Psicológica*, 20, 45-56.
- Ortiz, M. V., Gómez-Pérez, D., Cancino, M. & Barrera-Herrera, A. (2016). Validación de la versión en español de la Escala de Optimismo Disposicional (LOT-R) en una muestra chilena de estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 34, 53-58.
- Osafo-Hounkpatin, H., Wood, A., Boyce, C. & Dunn, G. (2015). An existential-humanistic view of personality change: Co-occurring changes with psychological well-being in a 10 year cohort study. *Social Indicators Research*, 121, 455-470. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-014-0648-0>
- Otonari, J., Nagano, J., Morita, M., Budhathoki, S., Tashiro, N., Toyomura, K. & Takayanagi, R. (2012). Neuroticism and extraversion personality traits, health behaviours, and subjective well-being: The Fukuoka Study (Japan). *Quality of Life Research*, 21, 1847-1855. <http://dx.doi.org/10.1007/s11136-011-0098-y>
- Pollock, N. C., Noser, A. E., Holden, C. J. & Zeigler-Hill, V. (2016). Do orientations to happiness mediate the associations between personality traits and subjective well-being? *Journal of Happiness Studies*, 17, 713-729. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-015-9617-9>
- Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I., Fernández-Zabala, A. & Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Suma Psicológica*, 23, 60-69. <http://dx.doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.002>
- Rojas-Barahona, C. A., Zegers, B. & Förster, C. E. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista Médica de Chile*, 137, 791-800. <http://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872009000600009>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Ryan, R. & Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10-28. <http://dx.doi.org/10.1159/000353263>
- Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T. E., Santed, M. A. & Valiente, R. M. (1999). Escalas PANAS de afecto positivo y negativo: validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11, 37-51.
- Scheier, M., Carver, C. & Bridges, M. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.67.6.1063>
- Schmutte, P. & Ryff, C. D. (1997). Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 549-559. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.73.3.549>
- Schnettler, B., Miranda, H., Sepúlveda, J., Orellana, L., Denegri, M., Mora, M. & Lobos, G. (2014). Variables que influyen en la satisfacción con la vida de personas de distinto nivel socioeconómico en el sur de Chile. *Suma Psicológica*, 21, 54-62. [http://dx.doi.org/10.1016/S0121-4381\(14\)70007-4](http://dx.doi.org/10.1016/S0121-4381(14)70007-4)
- Soto, C. J. (2015). Is happiness good for your personality? Concurrent and prospective relations of the Big Five with subjective well-being. *Journal of Personality*, 83, 45-55. <http://dx.doi.org/10.1111/jopy.12081>
- Steel, P., Schmidt, J. & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.138>
- Vanassche, S., Swicegood, G. & Matthijs, K. (2013). Marriage and children as a key to happiness? Cross-national differences in the effects of marital status and children on well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14, 501-524. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-012-9340-8>
- Vázquez, C., Duque, A. & Hervás, G. (2013). Satisfaction with life scale in a representative sample of Spanish adults: Validation and normative data. *The Spanish Journal of Psychology*, 16, 1-15. <http://dx.doi.org/10.1017/sjp.2013.82>
- Vázquez, J., Jiménez, R. & Vázquez-Morejón, R. (2004). Escala de Autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de Psicología*, 22, 247-255.
- Vera-Villarreal, P., Celis-Atenas, K., Pavez, P., Lillo, S., Bello, F., Díaz, N. & López, W. (2012). Dinero, edad y felicidad: asociación del bienestar subjetivo y variables sociodemográficas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44, 155-164.
- Watson, D., Clark, L. & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- Wettstein, M., Schilling, O. K., Reidick, O. & Wahl, H. W. (2015). Four-year stability, change, and multidirectionality of well-being in very-old age. *Psychology and Aging*, 30, 500-516. <http://dx.doi.org/10.1037/pag0000037>
- Wunder, C., Wiencierz, A., Schwarze, J. & Küchenhoff, H. (2013). Well-being over the life span: Semiparametric evidence from British and German longitudinal data. *Review of Economics and Statistics*, 95, 154-167. <http://dx.doi.org/10.1162/REST.a.00222>
- Zhang, R. & Tsingan, L. (2014). Extraversion and neuroticism mediate associations between openness, conscientiousness, and agreeableness and affective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 15, 1377-1388. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-013-9482-3>
- Zubieta, E., Muratori, M. & Fernandez, O. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud & Sociedad: Investigaciones en Psicología de la Salud y Psicología Social*, 3, 66-76.

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

8.2. MÉTRICAS DE LAS REVISTAS

The screenshot shows the Scopus Journal Metrics interface. At the top, there's a navigation bar with 'Journal Metrics' and 'Get involved'. A banner for 'CiteScore 2016 values are here!' is visible. Below, there's a search section with 'Refine titles' and a search bar containing 'Universitas Psychologica'. The results show one entry for 'Universitas Psychologica' with a CiteScore of 0.41, a Highest CiteScore Percentile of 28%, a CiteScore Rank of 121/168, 121 Citations in 2014, 295 Documents from 2011-2013, 30% Cited, an SNIP of 0.471, and an SJR of 0.243.

	Title	CiteScore	Highest CiteScore Percentile	CiteScore Rank	Citations 2014	Documents 2011-13	% Cited	SNIP	SJR
1	Universitas Psychologica General Psychology	0.41	28%	121/168	121	295	30%	0.471	0.243

Below the search results, there's a 'Source details' section for 'Universitas Psychologica'. It includes information like 'Open Access', 'Scopus coverage years: from 2007 to 2016', 'Publisher: Pontificia Univ Javariana', 'ISSN: 1657-9267', and 'Subject area: Psychology'. It also displays key metrics: CiteScore 2016 (0.34), SJR 2015 (0.228), and SNIP 2015 (0.337). A detailed CiteScore breakdown shows 0.41 calculated from 121 Citations and 295 Documents (2011-2013). The CiteScore rank is shown as 28th percentile and #121/168 rank in the Psychology category.

186

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Go to Journal Profile

Master Search

Journal Titles Ranked by Impact Factor

Show Visualization

Compare Selected Journals Add Journals to New or Existing List Customize Indicators

Select	Full Journal Title	Total Cites	Journal Impact Factor	Eigenfactor Score
<input type="checkbox"/>	1 Universitas Psychologica	189	0.309	0.00049

Select JCR Year: 2014

HERRAMIENTA DE CONSULTA DEL FACTOR DE IMPACTO Y OTRAS METRICAS

Selecciona las revistas a exportar:

Esta herramienta permite la consulta de los datos del factor de impacto, así como de otras métricas que se pueden obtener a través del Journal Citation Report (JCR) online.

Visor de revistas

FACTOR DE IMPACTO MÉTRICAS ADICIONALES

* Debido a la extensión del campo Título, este no se mostrará en la descarga del pdf. Se muestra en lugar el título abreviado.

TÍTULO ABBREVIADO	AÑO	ISO_ABBREV	ISSN	1AÑO PUB	EDITOR	TÍTULO	TOTAL CITAS	FACTOR IMPACTO	TOTAL_REV_CATEGORIA	ARTI_INFLUENCE	CUARTIL	INDICE INMEDIAT
UNIV PSYCHOL	2014	Univ. Psychol.	1657-9267	2002	PONTIFICA UNIV JAVERIANA, FAC PSYCH	Universitas Psychologica	189	0,309	N/D	0,077	Q4	0,056

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
 Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

The image shows two screenshots of the Scopus Journal Metrics website. The top screenshot displays a search for 'Anales de psicología' with a table of results. The bottom screenshot shows the detailed source information for 'Anales de Psicología'.

Journal Metrics Search Results:

Title	CiteScore	Highest CiteScore Percentile	CiteScore Rank	Citations 2015	Documents 2012-14	% Cited	SNIP	SJR
1 Anales de Psicología General Psychology	0.76	42%	100/173	264	346	45%	0.589	0.342

Source details for Anales de Psicología:

- Open Access
- Scopus coverage years: from 2008 to Present
- Publisher: Universidad de Murcia Servicio de Publicaciones
- ISSN: 0212-9728 E-ISSN: 1695-2294
- Subject area: Psychology

CiteScore 2015: 0.76 (Calculated on 31 May, 2016)

CiteScore rank: In category: Psychology, Percentile: 42nd, Rank: #100/173

188

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

InCites Journal Citation Reports

Journal Titles Ranked by Impact Factor

Select	Full Journal Title	Total Cites	Journal Impact Factor	Eigenfactor Score
<input type="checkbox"/>	1 Anales de Psicología	543	0.574	0.00097
<input type="checkbox"/>	1 Anales de Psicología	543	0.574	0.00097

FECYT FUNDACIÓN ESPAÑOLA PARA LA CIENCIA Y LA TECNOLOGÍA

HERRAMIENTA DE CONSULTA DEL FACTOR DE IMPACTO Y OTRAS MÉTRICAS

Selección las revistas a exportar:

Esta herramienta permite la consulta de los datos del factor de impacto, así como de otras métricas que se pueden obtener a través del Journal Citation Report (JCR) online.

Visor de revistas

FACTOR DE IMPACTO MÉTRICAS ADICIONALES

* Debido a la extensión del campo Título, este no se mostrará en la descarga del pdf. Se muestra en lugar el título abreviado.

TÍTULO ABREVIADO	AÑO	ISO_ABBREV	ISSN	1AÑO PUB	TÍTULO	TOTAL CITAS	FACTOR IMPACTO	TOTAL_REV_CATEGORIA	ART_INFLUENCE	CUARTIL	INDICE INMEDIATEZ	VIDA_M
AN PSICOL-SPIRV	2015	An. Psicol.	0212-9728	1984	Anales de Psicología	543	0,574	N/D	0,131	Q4	0,108	4,5

189

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

Journal Metrics - Scopus: x

Es seguro | https://journalmetrics.scopus.com/DGCID=Social_LinkedIn_CS2017_Org_post18

Powered by Scopus

Journal Metrics

Get Involved >

CiteScore 2016 values are here!
CiteScore metrics from Scopus are comprehensive, transparent, current and free metrics for serial titles in Scopus.
[Read more >](#)

Refine titles ⓘ CiteScore 2016 methodology ⌵ Download all metrics

Refine by subject areas... Search titles... 2016

Suma Psicológica X

Showing 1 titles [Clear Filters](#)

CiteScore metrics calculated on 23 May, 2017. SNIP and SJR calculations coming soon.

ⓘ	Title	CiteScore	Highest CiteScore Percentile	CiteScore Rank	Citations 2016	Documents 2013-15	% Cited	SNIP	SJR
1	Suma Psicológica <i>General Psychology</i>	0.60	36%	114/180	12	20	35%	N/A	N/A

Journal Metrics - Scopus: x Scopus preview - Scopus: x

Es seguro | <https://www.scopus.com/sourceid/19700188499>

Source details

Feedback > Compare sources >

Suma Psicológica

[Open Access ⓘ](#)

Scopus coverage years: from 2010 to 2013, from 2016 to Present
 Publisher: Konrad Lorenz Fundacion Universitaria
 ISSN: 0121-4381 E-ISSN: 2145-9797
 Subject area: Psychology

[Set document alert](#) [Journal Homepage](#)

Visit Scopus Journal Metrics >

CiteScore 2016 [ⓘ](#)
0.60

SJR 2015 [ⓘ](#)
0.144

SNIP 2015 [ⓘ](#)
0.173

CiteScore CiteScore rank & trend Scopus content coverage

CiteScore 2016 Calculated on 23 May, 2017

0.60 = $\frac{\text{Citation Count 2016}}{\text{Documents 2013 - 2015}^*}$ = $\frac{12 \text{ Citations} >}{20 \text{ Documents} >}$

*CiteScore includes all available document types [View CiteScore methodology >](#) [CiteScore FAQ >](#)

CiteScore rank ⓘ
In category: Psychology

Percentile: 36th Rank: #114/180 >
[View CiteScore trends >](#)

190

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

8.3. INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

EN ESTA INVESTIGACIÓN SE ANALIZAN LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN EL BIENESTAR DE LAS PERSONAS.

LA PARTICIPACIÓN EN LA MISMA ES DE CARÁCTER VOLUNTARIO.

LA INFORMACIÓN RECABADA SERÁ ANÓNIMA Y UTILIZADA Estrictamente con fines de investigación, por lo que entendemos que la cumplimentación de la prueba supone su consentimiento para utilizar los datos con dichos fines.

POR FAVOR, CONTESTE CON SINCERIDAD Y NO DEJE PREGUNTAS SIN RESPONDER.

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

1. DATOS GENERALES

1.1. Hombre () Mujer ()

1.2. Edad: _____

1.3. País de nacimiento: _____

1.4. País de residencia: _____

1.5. Residencia: () Ciudad () Periferia (barrio) () Zona Residencial () Rural

1.6. Estado civil:
() Casado/a () Conviven en pareja-Unión libre () Separado/a-Divorciado/a () Viudo/a

1.7. ¿Tiene pareja? SI () NO ()

1.8. A nivel global ¿cómo calificaría su nivel de satisfacción con su situación sentimental actual?

- () No estoy satisfecho /a
- () Algo satisfecho /a
- () Medianamente satisfecho /a
- () Bastante satisfecho /a
- () Muy satisfecho /a

191

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

2. ESTUDIOS Y PROFESIÓN

2.1. Nivel de estudios:

- No sabe leer ni escribir
- Sólo sabe leer y escribir
- Estudios primarios o EGB
- Bachillerato, BUP, FP o equivalente
- Estudios universitarios ¿cuál /es? _____
- Otros ¿cuál /es? _____

2.2. Profesión: _____

Activo () Paro () Jubilado () Estudiante ()

2.3. A nivel global ¿cómo calificaría su nivel de satisfacción con su trabajo o estudios?

- () No estoy satisfecho /a
- () Algo satisfecho /a
- () Medianamente satisfecho /a
- () Bastante satisfecho /a
- () Muy satisfecho /a

2.4. El dinero que gana ¿le permite cubrir las principales necesidades? SI () NO ()

2.4.1. Ingresos propios mensuales (anotar los ingresos especificando la moneda): _____

2.5. A nivel global ¿cómo calificaría su nivel de satisfacción con sus ingresos económicos?

- () No estoy satisfecho /a
- () Algo satisfecho /a
- () Medianamente satisfecho /a
- () Bastante satisfecho /a
- () Muy satisfecho /a

3. SALUD

3.1. Indique si actualmente padece alguna enfermedad: NO () SI ()

3.2. A nivel global ¿cómo calificaría su nivel de satisfacción con su salud?:

- () No estoy satisfecho /a
- () Algo satisfecho /a
- () Medianamente satisfecho /a
- () Bastante satisfecho /a
- () Muy satisfecho /a

SWLS

Usando la escala de 1 a 7 que aparece a continuación indique, por favor, su grado de acuerdo con cada afirmación.

CLAVE DE RESPUESTAS

1	2	3	4	5	6	7
Muy en desacuerdo	En Desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo

1. En muchos sentidos, mi vida está cercana a lo ideal	1	2	3	4	5	6	7
2. Las condiciones de mi vida son excelentes	1	2	3	4	5	6	7
3. Estoy satisfecho / a con mi vida	1	2	3	4	5	6	7
4. Hasta el momento, he conseguido las cosas importantes que deseo en la vida	1	2	3	4	5	6	7
5. Si pudiera vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casi nada	1	2	3	4	5	6	7

LOT-R

El siguiente conjunto de afirmaciones tiene que ver con diferentes modos de sentirse en la vida. Marque la afirmación que se aproxime en mayor medida a su forma de sentir o que mejor describa su grado de acuerdo. Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas, todas son válidas.

CLAVE DE RESPUESTAS

0	1	2	3	4
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Neutral	De acuerdo	Muy de acuerdo

1. En tiempos difíciles, suelo esperar lo mejor	0	1	2	3	4
2. Me resulta fácil relajarme	0	1	2	3	4
3. Si algo malo me tiene que pasar, estoy seguro de que me pasara	0	1	2	3	4
4. Siempre soy optimista en cuanto al futuro	0	1	2	3	4
5. Disfruto un montón de mis amistades	0	1	2	3	4
6. Para mí es importante estar siempre ocupado /a	0	1	2	3	4
7. Rara vez espero que las cosas salgan a mi manera	0	1	2	3	4
8. No me disgusta fácilmente	0	1	2	3	4
9. Casi nunca cuento con que me sucedan cosas buenas	0	1	2	3	4
10. En general, espero que me ocurran más cosas buenas que malas	0	1	2	3	4

194

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

E A E

Por favor, conteste a los siguientes ítem marcando la respuesta que describa cómo es usted.

CLAVE DE RESPUESTAS

1	2	3	4
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo

1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás	1	2	3	4
2. Me inclino a pensar que, en conjunto, soy una persona fracasada	1	2	3	4
3. Creo que tengo varias cualidades buenas	1	2	3	4
4. Puedo hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente	1	2	3	4
5. Creo que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso /a de mí mismo /a	1	2	3	4
6. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo /a	1	2	3	4
7. En general, estoy satisfecho /a conmigo mismo /a	1	2	3	4
8. Desearía valorarme más a mí mismo /a	1	2	3	4
9. A veces me siento verdaderamente inútil	1	2	3	4
10. A veces pienso que no sirvo para nada	1	2	3	4

PANAS

Esta escala consta de un grupo de palabras que describen diferentes sentimientos y emociones. Lea cada una de ellas y marque la respuesta más apropiada a cómo se siente NORMALMENTE

CLAVE DE RESPUESTAS

1	2	3	4	5
Muy poco	Algo	Moderadamente	Bastante	Mucho

1. Motivado(a)	1	2	3	4	5
2. Estresado(a) / Angustiado(a)	1	2	3	4	5
3. Emocionado(a) / Ilusionado(a)	1	2	3	4	5
4. Disgustado(a) / Preocupado(a)	1	2	3	4	5
5. Vigoroso(a) / Enérgico(a)	1	2	3	4	5
6. Culpable	1	2	3	4	5
7. Asustado(a) / Sobresaltado(a)	1	2	3	4	5
8. Hostil	1	2	3	4	5

195

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

9. Entusiasmado(a)	1 2 3 4 5
10. Orgullosa(a)	1 2 3 4 5
11. Irritado(a)	1 2 3 4 5
12. Alerta / Vigilante	1 2 3 4 5
13. Avergonzado(a)	1 2 3 4 5
14. Inspirado(a)	1 2 3 4 5
15. Nervioso(a)	1 2 3 4 5
16. Decidido(a)	1 2 3 4 5
17. Atento(a) / Cortés	1 2 3 4 5
18. Inquieto(a) / Intranquilo(a)	1 2 3 4 5
19. Activo (a) / Dinámico(a)	1 2 3 4 5
20. Temeroso(a)	1 2 3 4 5

IP

Por favor, antes de comenzar, lea cuidadosamente estas instrucciones. Este inventario consta de 240 frases. Lea cada una de ellas con atención y marque la alternativa que refleje mejor su acuerdo o desacuerdo con lo que dice la frase. Señale:

CLAVE DE RESPUESTAS

0	1	2	3	4
Frase completamente falsa o en total desacuerdo	Frase frecuentemente falsa o en desacuerdo	Frase tan cierta como falsa y se considera neutral	Frase frecuentemente cierta o de acuerdo	Frase completamente cierta o totalmente de acuerdo

1. A menudo me siento inferior a los demás	0 1 2 3 4
2. Soy una persona alegre y animosa	0 1 2 3 4
3. A veces, cuando leo poesía o contemplo una obra de arte, siento una profunda emoción o excitación	0 1 2 3 4
4. Tiendo a pensar lo mejor de la gente	0 1 2 3 4
5. Parece que nunca soy capaz de organizarme	0 1 2 3 4
6. Rara vez me siento con miedo o ansioso	0 1 2 3 4
7. Disfruto mucho hablando con la gente	0 1 2 3 4
8. La poesía tiene poco o ningún efecto sobre mí	0 1 2 3 4
9. A veces intimido o adulo a la gente para que haga lo que yo quiero	0 1 2 3 4
10. Tengo unos objetivos claros y me esfuerzo por alcanzarlos de forma ordenada	0 1 2 3 4
11. A veces me vienen a la mente pensamientos aterradores	0 1 2 3 4

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

12. Disfruto en las fiestas en las que hay mucha gente	0	1	2	3	4
13. Tengo una gran variedad de intereses intelectuales	0	1	2	3	4
14. A veces consigo con artimañas que la gente haga lo que yo quiero	0	1	2	3	4
15. Trabajo mucho para conseguir mis metas	0	1	2	3	4
16. A veces me parece que no valgo absolutamente nada	0	1	2	3	4
17. No me considero especialmente alegre	0	1	2	3	4
18. Me despiertan la curiosidad las formas que encuentro en el arte y en la naturaleza	0	1	2	3	4
19. Si alguien empieza a pelearse conmigo, yo también estoy dispuesto a pelear	0	1	2	3	4
20. Tengo mucha autodisciplina	0	1	2	3	4
21. A veces las cosas me parecen demasiado sombrías y sin esperanza	0	1	2	3	4
22. Me gusta tener mucha gente alrededor	0	1	2	3	4
23. Encuentro aburridas las discusiones filosóficas	0	1	2	3	4
24. Cuando me han ofendido, lo que intento es perdonar y olvidar	0	1	2	3	4
25. Antes de emprender una acción, siempre considero sus consecuencias	0	1	2	3	4
26. Cuando estoy bajo un fuerte estrés, a veces siento que me voy a desmoronar	0	1	2	3	4
27. No soy tan vivo ni tan animado como otras personas	0	1	2	3	4
28. Tengo mucha fantasía	0	1	2	3	4
29. Mi primera reacción es confiar en la gente	0	1	2	3	4
30. Trato de hacer mis tareas con cuidado, para que no haya que hacerlas otra vez	0	1	2	3	4
31. A menudo me siento tenso e inquieto	0	1	2	3	4
32. Soy una persona muy activa	0	1	2	3	4
33. Me gusta concentrarme en un ensueño o fantasía, y dejándolo crecer y desarrollarse, explorar todas sus posibilidades.	0	1	2	3	4
34. Algunas personas piensan de mí que soy frío y calculador	0	1	2	3	4
35. Me esfuerzo por llegar a la perfección en todo lo que hago	0	1	2	3	4
36. A veces me he sentido amargado y resentido	0	1	2	3	4
37. En reuniones, por lo general prefiero que hablen otros	0	1	2	3	4
38. Tengo poco interés en andar pensando sobre la naturaleza del universo o de la condición humana	0	1	2	3	4
39. Tengo mucha fe en la naturaleza humana	0	1	2	3	4
40. Soy eficiente y eficaz en mi trabajo	0	1	2	3	4
41. Soy bastante estable emocionalmente	0	1	2	3	4
42. Huyo de las multitudes	0	1	2	3	4
43. A veces pierdo el interés cuando la gente habla de cuestiones muy abstractas y teóricas	0	1	2	3	4
44. Trato de ser humilde	0	1	2	3	4

197

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

45. Soy una persona productiva, que siempre termina su trabajo	0	1	2	3	4
46. Rara vez estoy triste o deprimido	0	1	2	3	4
47. A veces reboso felicidad	0	1	2	3	4
48. Experimento una gran variedad de emociones o sentimientos	0	1	2	3	4
49. Creo que la mayoría de la gente con la que trato es honrada y fidedigna	0	1	2	3	4
50. En ocasiones primero actúo y luego pienso	0	1	2	3	4
51. A veces hago las cosas impulsivamente y luego me arrepiento	0	1	2	3	4
52. Me gusta estar donde está la acción	0	1	2	3	4
53. Con frecuencia pruebo comidas nuevas o de otros países	0	1	2	3	4
54. Puedo ser sarcástico y mordaz si es necesario	0	1	2	3	4
55. Hay tantas pequeñas cosas que hacer que a veces lo que hago es no atender a ninguna	0	1	2	3	4
56. Es difícil que yo pierda los estribos	0	1	2	3	4
57. No me gusta mucho charlar con la gente	0	1	2	3	4
58. Rara vez experimento emociones fuertes	0	1	2	3	4
59. Los mendigos no me inspiran simpatía	0	1	2	3	4
60. Muchas veces no preparo de antemano lo que tengo que hacer	0	1	2	3	4

EBP

El siguiente conjunto de afirmaciones tiene que ver con diferentes modos de sentirse en la vida. Anote en la casilla de la derecha la afirmación que se aproxime en mayor medida a su forma de sentir o que mejor describa su grado de acuerdo. Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas, todas son válidas.

CLAVE DE RESPUESTAS

1	2	3	4	5	6
Muy en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de acuerdo

1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas	1	2	3	4	5	6
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones	1	2	3	4	5	6
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente	1	2	3	4	5	6
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida	1	2	3	4	5	6
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga	1	2	3	4	5	6

198

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad	1 2 3 4 5 6
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo	1 2 3 4 5 6
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar	1 2 3 4 5 6
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí	1 2 3 4 5 6
10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes	1 2 3 4 5 6
11. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	1 2 3 4 5 6
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	1 2 3 4 5 6
13. Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría	1 2 3 4 5 6
14. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	1 2 3 4 5 6
15. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones	1 2 3 4 5 6
16. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	1 2 3 4 5 6
17. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	1 2 3 4 5 6
18. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	1 2 3 4 5 6
19. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	1 2 3 4 5 6
20. Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo	1 2 3 4 5 6
21. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	1 2 3 4 5 6
22. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen	1 2 3 4 5 6
23. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	1 2 3 4 5 6
24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo	1 2 3 4 5 6
25. En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida	1 2 3 4 5 6
26. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza	1 2 3 4 5 6
27. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos	1 2 3 4 5 6
28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria	1 2 3 4 5 6
29. No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida	1 2 3 4 5 6
30. Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida	1 2 3 4 5 6
31. En su mayor parte, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo	1 2 3 4 5 6
32. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí	1 2 3 4 5 6
33. A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo	1 2 3 4 5 6
34. No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está	1 2 3 4 5 6
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo	1 2 3 4 5 6
36. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona	1 2 3 4 5 6

199

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27

37. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	1	2	3	4	5	6
38. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	1	2	3	4	5	6
39. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla	1	2	3	4	5	6

Este documento incorpora firma electrónica, y es copia auténtica de un documento electrónico archivado por la ULL según la Ley 39/2015.
Su autenticidad puede ser contrastada en la siguiente dirección <https://sede.ull.es/validacion/>

Identificador del documento: 967718

Código de verificación: jdelWw1L

Firmado por: JOSE ANGEL GONZALEZ VILLALOBOS
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

Fecha: 28/06/2017 09:01:51

ROSARIO JOSEFA MARRERO QUEVEDO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

28/06/2017 09:04:06

ERNESTO PEREDA DE PABLO
 UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA

07/07/2017 18:09:27