



Universidad Nacional Autónoma de México  
Programa de Maestría y Doctorado en Psicología  
Psicología Social y Ambiental

**Una Aproximación Bio-Psico-Socio-Cultural al Estudio del Bienestar  
Subjetivo en México: Un Modelo Explicativo-Predictivo**

TESIS  
QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE  
DOCTOR EN PSICOLOGÍA

PRESENTA  
**Pedro Wolfgang Velasco Matus**

**Directora:**

Dra. Sofía Rivera Aragón  
Facultad de Psicología

**Comité:**

Dra. Isabel Reyes Lagunes  
Facultad de Psicología

Dra. Mirna García Méndez  
Facultad de Estudios Superiores Zaragoza

Dr. Rolando Díaz Loving  
Facultad de Psicología,

Dra. Beatriz Yasuko Arita Watanabe  
Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de Sinaloa



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

# Agradecimientos

Al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por el apoyo brindado para la realización de este posgrado.

A la Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología y Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, por todas las facilidades, por dejarme ser parte de esta gran institución, por todos estos años de aprendizaje y crecimiento personal y profesional. Por todo, gracias.

A cada uno de los profesores con quienes tuve el honor de tomar clase en estos últimos años. Cada clase fue un aprendizaje único y me demostraron que siempre hay que seguir estudiando y aprendiendo. Gracias.

A tod@s las personas que amablemente contestaron los cuestionarios e instrumentos de este trabajo; sin esos datos la investigación sería imposible. Parte de sus vidas está plasmada en estas hojas, gracias por la confianza.

A mis hermanos académicos (ustedes saben quienes son), por compartir risas, estrés, aprendizaje, regaños, clases, viajes, desayunos, comidas, cenas, tacos del “compadre”, hamburguesas del Burger King, etc. De cada uno de ustedes queda algo en este trabajo, de cada uno de ustedes aprendo.

A la Dra. Sofía Rivera Aragón, por ser mi maestra, tutora y santo de devoción (jajajaja). Gracias por la confianza y paciencia para dirigir este proyecto. Gracias por compartir conocimiento y experiencias en este mundo académico-profesional en Psicología. No hay manera de agradecer la franqueza, honestidad, sinceridad y cariño que has tenido conmigo. Eres ejemplo a seguir hoy y siempre.

A la Dra. Isabel Reyes Lagunes, por sus infinitos conocimientos y amor a la vida. Usted me sigue sorprendiendo día a día e inspira a seguir adelante. La pasión con la que vive la vida y la psicología (que puede sonar a pleonasma) es única y envidiable. Gracias por todo, infinitamente.

A la Dra. Mirna García Méndez, por la confianza en este proyecto y en mi persona. Agradezco todas las atenciones y oportunidades que ha tenido conmigo. Espero poder devolverle algún día lo que ha hecho por mí.

Al Dr. Rolando Díaz Loving, por todo el conocimiento que compartió durante este tiempo y que enriqueció el proyecto. Gracias por permitirme seguir colaborando con usted.

A la Dra. Beatriz Yasuko Arita Watanabe, por ser parte de este proyecto a pesar de las distancias. Lo agradezco enormemente, en serio. Todos sus comentarios enriquecieron este proyecto, gracias por sus atenciones, por su tiempo y por leerme muchas veces a distancia. Espero de corazón poder seguir colaborando con usted.

A los amigos, que siempre están ahí para mi, lejos o cerca. Cada quien ha hecho su camino pero seguimos juntos. Las experiencias que hemos vivido no las cambio por nada.

A mi familia. No hay palabras que basten para agradecer el amor, paciencia, fe, y buena voluntad que pusieron en mi y en este proyecto. Al final, creo que todo salió bien. Valió la pena el esfuerzo y agradezco que estén conmigo.

A Violeta [*'Cause you're my everything...*], porque juntos vemos con el corazón, lo esencial es invisible a los ojos.

# Índice

<b>RESUMEN .....</b>	<b>7</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>8</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>9</b>
<b>CAPITULO 1</b>	
<b>BIENESTAR SUBJETIVO: CONCEPTUACIÓN TEÓRICA .....</b>	<b>12</b>
EL DESARROLLO DE LA CIENCIA DEL BIENESTAR SUBJETIVO.....	13
CONCEPTUACIÓN: ¿QUÉ ES BIENESTAR SUBJETIVO? .....	14
<i>Dimensiones del Bienestar Subjetivo.....</i>	<i>16</i>
<b>CAPÍTULO 2</b>	
<b>BIENESTAR SUBJETIVO: APROXIMACIONES TEÓRICAS, MODELOS Y ...</b>	<b>20</b>
<b>MEDICIÓN .....</b>	<b>20</b>
APROXIMACIONES TEÓRICAS AL ESTUDIO DEL BIENESTAR SUBJETIVO .....	21
MODELOS DE TEMPERAMENTO.....	22
MODELOS DE CONGRUENCIA .....	24
MODELOS COGNOSCITIVOS O ASOCIACIONISTAS .....	24
MODELOS ORIENTADOS A METAS (ENFOQUES TÉLICOS).....	27
TEORÍA HOMEOSTÁTICA DEL BIENESTAR SUBJETIVO .....	30
TEORÍAS DE PLACER Y DOLOR.....	31
TEORÍAS DE ACTIVIDAD .....	32
TEORÍAS DE “ABAJO-ARRIBA” Y “ARRIBA-ABAJO” .....	32
TEORÍA DE MÚLTIPLE DISCREPANCIA.....	34
MODELOS DE SOCIALIZACIÓN DE EMOCIONES .....	35
PSICOLOGÍA POSITIVA Y EL MODELO PERMA .....	35
LA TEORÍA HISTÓRICO-BIO-PSICO-SOCIO-CULTURAL DE DÍAZ GUERRERO .....	37
MEDICIÓN DEL BIENESTAR SUBJETIVO.....	41
<i>Instrumentos de reactivos únicos .....</i>	<i>41</i>
<i>Instrumentos de reactivos múltiples.....</i>	<i>42</i>
BIENESTAR Y FELICIDAD EN MÉXICO: UN PANORAMA RECIENTE .....	45
<b>CAPITULO 3</b>	
<b>VARIABLES ASOCIADAS AL BIENESTAR SUBJETIVO .....</b>	<b>49</b>
CORRELATOS DEL BIENESTAR SUBJETIVO .....	50
<i>Premisas Histórico Socio Culturales.....</i>	<i>75</i>
<i>Rasgos de género: Instrumentalidad y Expresividad (Masculinidad-</i>	
<i>Feminidad).....</i>	<i>77</i>
<i>Locus de control .....</i>	<i>84</i>
<i>Autoestima.....</i>	<i>88</i>
<i>Enfrentamiento .....</i>	<i>91</i>
<i>Salud mental: Ansiedad y Depresión.....</i>	<i>98</i>
<i>Ansiedad.....</i>	<i>98</i>
<i>Depresión .....</i>	<i>99</i>

<b>CAPITULO 4.....</b>	<b>102</b>
<b>UN MODELO PREDICTIVO/EXPLICATIVO DE BIENESTAR SUBJETIVO....</b>	<b>102</b>
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y MODELO DE INVESTIGACIÓN .....	103
<b>FASE 1</b>	
<b>CONCEPTUACIÓN TEÓRICA-EMPÍRICA DEL BIENESTAR SUBJETIVO....</b>	<b>106</b>
CONCEPTUACIÓN DEL BIENESTAR SUBJETIVO .....	107
<i>Objetivos generales</i> .....	107
<b>FASE 1. A</b>	
<b>CONCEPTUACIÓN TEÓRICO-EMPÍRICA DEL BIENESTAR SUBJETIVO ...</b>	<b>108</b>
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	108
OBJETIVO GENERAL.....	108
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	108
DEFINICIÓN DE VARIABLES.....	108
MUESTRA.....	109
TIPO DE ESTUDIO .....	110
INSTRUMENTO .....	110
TRATAMIENTO DE LOS DATOS .....	111
RESULTADOS.....	112
DISCUSIÓN .....	123
<b>FASE 1. B</b>	
<b>CREACIÓN, VALIDACIÓN Y CONFIABILIDAD DE UN INSTRUMENTO</b>	
<b>CULTURALMENTE VÁLIDO DE BIENESTAR SUBJETIVO .....</b>	<b>127</b>
OBJETIVO GENERAL.....	127
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	127
DEFINICIÓN DE VARIABLES.....	127
MUESTREO.....	127
TIPO DE ESTUDIO .....	129
INSTRUMENTOS.....	129
<i>Primera sección: Dimensión Afectiva del Bienestar Subjetivo</i> .....	130
<i>Segunda sección: Escala de Satisfacción con la Vida</i> .....	130
<i>Tercera sección: Satisfacción Global con la Vida</i> .....	131
<i>Cuarta sección: Dimensiones del bienestar subjetivo</i> .....	131
PROCEDIMIENTO .....	132
TRATAMIENTO ESTADÍSTICO .....	132
RESULTADOS.....	133
<i>Dimensión Afectiva del Bienestar Subjetivo</i> .....	133
<i>Satisfacción Global con la Vida</i> .....	136
<i>Satisfacción con la Vida</i> .....	137
<i>Dimensiones del bienestar subjetivo</i> .....	141
DISCUSIÓN .....	143

**FASE 2**

<b>PREDICTORES DEL BIENESTAR SUBJETIVO .....</b>	<b>149</b>
<i>Objetivo general .....</i>	<i>150</i>

**FASE 2.A**

<b>CREACIÓN, VALIDACIÓN Y CONFIABILIZACIÓN DE UNA ESCALA DE LOCUS DE CONTROL-BIENESTAR.....</b>	<b>151</b>
OBJETIVO GENERAL.....	151
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	151
DEFINICIÓN DE VARIABLES.....	151
MUESTREO.....	152
ESTUDIO .....	153
INSTRUMENTO .....	154
PROCEDIMIENTO .....	154
TRATAMIENTO ESTADÍSTICO .....	154
RESULTADOS.....	155
DISCUSIÓN.....	158

**FASE 2. B**

<b>CORRELATOS DEL BIENESTAR SUBJETIVO .....</b>	<b>160</b>
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	160
OBJETIVO GENERAL.....	160
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	160
HIPÓTESIS CONCEPTUALES .....	160
DEFINICIÓN DE VARIABLES.....	163
MUESTREO.....	165
TIPO DE ESTUDIO Y DISEÑO .....	166
INSTRUMENTOS.....	167
PROCEDIMIENTO .....	169
RESULTADOS.....	170
<i>Premisas Histórico Socio-Culturales y Bienestar Subjetivo .....</i>	<i>170</i>
<i>Rasgos de Género y Bienestar Subjetivo .....</i>	<i>174</i>
<i>Estilos de Enfrentamiento y Bienestar Subjetivo.....</i>	<i>178</i>
<i>Locus de Control y Bienestar Subjetivo .....</i>	<i>182</i>
<i>Autoestima y Bienestar Subjetivo .....</i>	<i>186</i>
<i>Salud mental (ansiedad y depresión) y Bienestar Subjetivo .....</i>	<i>190</i>
DISCUSIÓN.....	192

**FASE 2. C**

<b>PREDICTORES DEL BIENESTAR SUBJETIVO .....</b>	<b>203</b>
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	203
OBJETIVO GENERAL.....	203
OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	203
HIPÓTESIS CONCEPTUALES .....	203
HIPÓTESIS ESTADÍSTICAS.....	204
DEFINICIÓN DE VARIABLES.....	204
MUESTREO.....	205
TIPO DE ESTUDIO .....	206

INSTRUMENTOS.....	207
PROCEDIMIENTO .....	207
RESULTADOS.....	208
FACTORES DE SEGUNDO ORDEN .....	208
<i>Factorial de segundo orden para la escala de PHSC's</i> .....	208
<i>Factorial de segundo orden para el EDAIE</i> .....	209
<i>Factorial de segundo orden para Estilos de Enfrentamiento</i> .....	210
<i>Factorial de segundo orden para Locus de Control-Bienestar</i> .....	211
<i>Factorial de segundo orden para Autoestima</i> .....	212
<i>Factorial de segundo orden para Satisfacción con la Vida</i> .....	213
<i>Factorial de segundo orden para Afecto positivo-Afecto negativo</i> .....	214
<i>Factorial de segundo orden para Satisfacción Global con la Vida, Ansiedad y Depresión</i> .....	215
CORRELACIONES DE SEGUNDO ORDEN .....	216
DISCUSIÓN .....	222
<i>Factores de segundo orden</i> .....	222
<i>Correlaciones de segundo orden</i> .....	224
REGRESIONES LINEALES .....	227
<i>Afecto positivo</i> .....	227
<i>Afecto negativo</i> .....	230
<i>Satisfacción Global con la Vida</i> .....	232
<i>Satisfacción Personal</i> .....	234
<i>Satisfacción Hijos y Pareja</i> .....	237
<i>Discusión</i> .....	239
NIVELES DE BIENESTAR SUBJETIVO .....	246
DISCUSIÓN FINAL.....	249
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>259</b>
<b>ANEXO 1 .....</b>	<b>287</b>
<b>ANEXO 2 .....</b>	<b>289</b>
<b>ANEXO 3 .....</b>	<b>290</b>
<b>ANEXO 4 .....</b>	<b>291</b>
<b>ANEXO 5 .....</b>	<b>292</b>
<b>ANEXO 6 .....</b>	<b>293</b>
<b>ANEXO 7 .....</b>	<b>294</b>
<b>ANEXO 8 .....</b>	<b>299</b>
<b>ANEXO 9 .....</b>	<b>301</b>
<b>ANEXO 10 .....</b>	<b>303</b>
<b>ANEXO 11 .....</b>	<b>308</b>
<b>ANEXO 12 .....</b>	<b>310</b>

# Resumen

El estudio del Bienestar Subjetivo tiene como meta medir las evaluaciones afectivas y cognoscitivas que las personas hacen sobre sus vidas. Las evaluaciones afectivas son en torno al afecto positivo y afecto negativo; mientras que la evaluación cognoscitiva se hace en torno a la satisfacción que una persona tiene con su vida (Diener, 2009). Este trabajo buscó resolver inquietudes en torno al estudio del Bienestar como: pertinencia cultural y vigencia del constructo, integración de elementos teóricos existentes y nuevos elementos empíricos, la interacción de variables predictoras del bienestar, y un marco conceptual referencial culturalmente específico (Anguas, 2000; Arita, 2005; Diener, 2009; Palomar, 2000; Veenhoven, 2005). Así, el objetivo de la presente investigación fue generar un modelo predictivo de Bienestar Subjetivo a partir de cultura (Premisas Histórico Socio Culturales), género (Instrumentalidad y Expresividad), personalidad (Autoestima, Enfrentamiento, Locus de Control) y Salud Mental (Ansiedad y Depresión). La investigación se dividió en dos fases: Una enfocada a la conceptualización y operacionalización del Bienestar; otra, al vínculo entre el Bienestar y las variables antes mencionadas. La primera fase se dividió en dos partes: En la primera se obtuvo una conceptualización sobre Bienestar utilizando redes semánticas y preguntas abiertas; la segunda parte sirvió para construir, validar y confiabilizar una escala de Bienestar Subjetivo que incorporará elementos de la literatura y resultados de la primera parte. La segunda fase comenzó con la construcción, validación y confiabilización de una escala de Locus de Control-Bienestar Subjetivo; siguió con correlaciones entre las variables; y terminó con la elaboración de modelos predictivos para: Afecto Positivo, Afecto Negativo, Satisfacción Global con la Vida, Satisfacción Personal y Satisfacción con Hijos y Pareja. En general, la apertura cultural, rasgos positivos de género, estilos directos de enfrentamiento, buena autoestima, locus de control interno, niveles manejables de ansiedad y ausencia de depresión predicen el bienestar.

*Palabras Clave:* Afecto Positivo, Afecto Negativo, Satisfacción, Cultura, Personalidad, Felicidad

# Abstract

The goal of Subjective Well-Being research is to assess affective and cognitive evaluations that people make regarding their lives. Affective evaluations include positive and negative affect, while the cognitive element includes satisfaction with life (Diener, 2009). This paper aimed to resolve issues surrounding Subjective Well-Being such as: cultural relevance, temporal validity, a theoretical framework, and interaction of predicting variables (Anguas, 2000; Arita, 2005; Diener, 2009; Palomar, 2000; Veenhoven, 2005). Therefore, the purpose of this research was to create a predictive model for Subjective Well-Being that included culture (PHSC's), gender (Masculinity-Femininity), personality (Self-esteem, Coping, Locus of Control), and Mental Health (Depression and Anxiety). This research was done in two phases: One focused on conceptualizing and operationalizing Well-Being; another focused on the link between Well-Being and other variables. The first phase was divided in two: First, using semantic techniques and open questions, a proper meaning was obtained; second, an instrument to assess Well-Being was developed and validated for a Mexican sample. The second phase was divided in three: It started with the construction and validation of a Locus of Control-Well-Being Scale, it continued with correlations between Subjective Well-Being and the other variables, and ended with the construction of predictive models for each of the following: Positive Affect, Negative Affect, Satisfaction with Life as a Whole, Personal Satisfaction, and Satisfaction with Couple and Kids. Overall, cultural open-mindedness, positive gender traits, direct coping styles, good self-esteem, and the absence of depression predict Subjective Well-Being.

*Keywords:* Positive Affect, Negative Affect, Satisfaction, Culture, Personality, Happiness

# Introducción

El estudio del bienestar tiene como antecedente directo el estudio de la felicidad. Ésta era concebida como una meta a conseguir, y mucho de lo que originalmente se hizo también era en torno a lograr una descripción de la persona “feliz” que fuera aplicable a todo el mundo. Así, mediante estudios cualitativos, para 1967, Wilson propuso una definición de la persona feliz que incluía características como la edad, el nivel educativo, algunas cuestiones de personalidad, capacidades intelectuales, variables sociodemográficas, entre otras. A partir de las descripciones de la “persona feliz”, los estudios empezaron a hacerse vinculando niveles de felicidad a indicadores objetivos con el fin de evaluar el progreso de las naciones; sin embargo, las investigaciones notaron que el estudio de la felicidad no era tan sencillo y que los indicadores sociales/objetivos no eran suficientes para predecir la felicidad de una persona (Diener & Suh, 1997).

El Bienestar Subjetivo incluye evaluaciones en dos aspectos principales, uno afectivo y uno cognoscitivo. Dentro de la parte afectiva, se tiene por un lado el afecto positivo, y por otro el afecto negativo, y es la variación en este continuo de dos polos extremos lo que algunos llaman “balance afectivo” o “felicidad” (pensando, sobretudo, que típicamente la gente busca sentirse bien). Dentro de la parte cognoscitiva, la evaluación se hace en torno a qué tan satisfecha está una persona con su vida. Así, conceptualmente hablando, para la mayoría de las investigaciones el bienestar subjetivo se compone de 3 partes: afecto positivo, afecto negativo, y satisfacción con la vida (Diener, 1984, 2009; Veenhoven, 1994, 2005).

Así pues, este trabajo comienza con un primer capítulo en el que se hace una revisión de las principales conceptualizaciones del Bienestar Subjetivo, sus componentes, ventajas y desventajas, las características de cada uno de éstos, qué tipo de información aporta cada componente y por qué es importante hacer estas evaluaciones. Este capítulo resulta particularmente importante para entender cómo es que cada uno de estos tres componentes puede funcionar de manera

independiente, y sin embargo cómo al final integran de manera inter-relacionada, un solo constructo. Este capítulo es la base conceptual del resto del trabajo.

El segundo capítulo hace una revisión de las principales aproximaciones teóricas que se han desarrollado en torno al bienestar. Este segundo capítulo deja claro que el bienestar no es un fenómeno estático sino un proceso dinámico que depende de muchos factores y que cada persona lo experimenta de manera distinta. Cada una de las posturas teóricas aporta información sobre un fenómeno que es complejo, multi-situacional y multi-factorial. Dentro de este mismo capítulo se abordan las principales formas en las que el Bienestar Subjetivo ha sido medido. La revisión teórica-metodológica de este capítulo sienta muchas de las bases de este trabajo.

El tercer capítulo revisa algunas de las principales variables asociadas al Bienestar. Al ser un fenómeno multi-situacional, multi-factorial, los niveles de afecto y satisfacción varían en función de muchas cosas, por lo que resulta indispensable un análisis de las cuestiones que pueden estar determinando dichos niveles. Dentro de este capítulo se revisa también información en torno a las variables que serán utilizadas para poner a prueba el modelo de investigación propuesto en el siguiente capítulo.

Después de la revisión conceptual del bienestar, de sus aproximaciones teóricas, de cómo éste ha sido evaluado, y de variables asociadas a éste, el capítulo cuarto comienza con la propuesta de un modelo de investigación que habrá de ser puesto a prueba en las subsecuentes fases del presente trabajo. A partir de este punto, para poder llegar al objetivo general del presente trabajo, la investigación se subdivide en fases. La primera fase es un esfuerzo por revisar la vigencia temporal y congruencia conceptual del Bienestar Subjetivo en una muestra de hombres y mujeres mexicanos. Los resultados de esta primera fase corroboran algunas cuestiones planteadas en los primeros capítulos y sirven como base para la elaboración de una escala de bienestar subjetivo.

La escala elaborada en el presente trabajo incorpora elementos fundamentales sobre medición del bienestar, y da como resultado un instrumento válido, confiable y culturalmente adecuado que aporta información en torno a cuatro aspectos fundamentales: afecto positivo, afecto negativo, satisfacción global con la vida (utilizado como un indicador de la “vida como un todo”) y satisfacción con la vida en diferentes áreas (que complementa la información de la vida como un todo

desmenuzando la satisfacción en nueve dominios básicos de la vida de una persona).

La segunda fase de este trabajo comienza con la construcción de una escala de locus de control; sin embargo, en un esfuerzo por avanzar el estado del arte, la escala que se construye toma la premisa planteada por Rotter (1966) y la concentra puntualmente en la evaluación del foco de control del bienestar. La escala resultante, además de válida y confiable, es un avance en la evaluación sobre los factores que *causan* el bienestar de las personas, atribuyendo tales causas a factores propios de la persona y/o factores ajenos a la misma.

El trabajo continua con un estudio correlacional entre las variables que componen el modelo de investigación propuesto. Con esto, se empieza a ver que existe base suficiente para poner a prueba modelos predictivos con las variables; sin embargo antes de poner a prueba el modelo como tal, se hacen análisis estadísticos de segundo orden para evitar efectos de multi-colinealidad y para trabajar con factores conceptualmente más sintéticos.

La última parte del trabajo cumple formalmente con lo planteado en esta investigación y se centra en la puesta a prueba del modelo propuesto. Se hace también un contraste de los resultados con el modelo teórico de Díaz Guerrero (1972) y se hace un último análisis de los niveles de bienestar (en las cuatro áreas utilizadas en este trabajo) obtenidos por la muestra final del estudio. Los resultados se discuten a la luz de otras investigaciones, tanto nacionales como internacionales.

# **CAPITULO 1**

## **BIENESTAR SUBJETIVO**

### **Conceptuación teórica**

---

## Bienestar Subjetivo: Su conceptualización

---

### ***El desarrollo de la ciencia del Bienestar Subjetivo***

La gente siempre se ha preguntado acerca de la naturaleza de la “buena vida”, pero ¿qué hace que la vida sea deseable? ¿Qué determina la calidad de vida de la persona? Algunos han dicho que una persona siente o piensa que su vida es deseable sin importar cómo otros la vean, fenómeno que ha sido referido como *Bienestar Subjetivo*. Este fenómeno se refiere al hecho de que una persona crea (subjetivamente) que su vida es deseable, placentera y/o buena.

Inicialmente las investigaciones en torno al bienestar se dieron a partir de la búsqueda de la felicidad como fin último de la vida humana. Los antiguos filósofos fueron los primeros en acotar la felicidad como parte inherente de una vida dicha, y con el paso del tiempo, se sugirió que la felicidad provenía de una vida virtuosa a la par que otros sugerían que sólo una vida llena de placeres traería felicidad. Otros pensaron que la felicidad vendría del conocimiento de la verdad, o de conservar las ilusiones, o que se obtendría a través de una vida de pobreza y miseria (Anguas, 2000). Sin embargo, con el paso del tiempo el enfoque se centró más en el bienestar como tal y los estudios se dieron más tratando de entender los antecedentes y consecuentes de éste. Por ende, la cuestión ya no era si la felicidad o bienestar eran una meta a alcanzar, sino aquello que lo causa y si sus consecuencias son vistas como favorables.

Originalmente, durante la primera mitad del siglo XX, los estudios se realizaban con la finalidad de describir a las personas felices, lo que se lograba mediante la aplicación de encuestas en diferentes naciones (Gallup, 1976). En un meta-análisis de estos trabajos, Wilson (1967) concluyó que una persona feliz es una persona “joven, saludable, bien educada, bien pagada, extrovertida, optimista, libre de preocupaciones, religiosa, casada, con buena autoestima, buena moral laboral, aspiraciones modestas de vida, con una buena inteligencia, sin importar el sexo de la persona” (p.294). Sin embargo, la felicidad no es un solo constructo sólido, sino que puede descomponerse en varios componentes.

Una de las razones por las cuales los sociólogos y otros científicos empezaron a estudiar la felicidad fue para evaluar el progreso de las sociedades, bajo el supuesto de que los niveles de felicidad reflejan si una nación está cumpliendo las necesidades básicas de sus habitantes. A pesar

de la iniciativa de tomar a la felicidad como indicador del progreso, algunos investigadores argumentaron que la idea de felicidad varía tan sustancialmente entre una persona y otra, y aún más, entre una nación y otra, que no podía ser utilizada como indicador de progreso dado que no permite una comparación objetiva.

Las investigaciones en el área del bienestar subjetivo han notado que los seres humanos no sólo evitan sentirse miserables sino que tratan de acercarse a incentivos positivos, por lo que aunque entre 1967 y 1995 las investigaciones en psicología se centraban más en emociones negativas que positivas, la tendencia actual es incorporar ambas dimensiones (negativa/positiva) en el estudio del bienestar humano (Myers & Diener, 1995).

Diener y Suh (1997) mencionan que los indicadores sociales, por sí solos, no definen al bienestar subjetivo. Ante una misma circunstancia, las personas reaccionan de manera diferente evaluando las condiciones en base a sus propias experiencias, expectativas, valores y creencias. A pesar de que los indicadores sociales son importantes para el bienestar, es el elemento subjetivo lo que resulta esencial en el estudio de éste.

### ***Conceptuación: ¿Qué es Bienestar Subjetivo?***

El bienestar subjetivo incluye una amplia gama de fenómenos, entre los que se encuentran las respuestas emocionales, diferentes ámbitos de satisfacción con la vida, medidas de felicidad, medidas de afecto y juicios globales o específicos acerca de ellos. De acuerdo a Kozma y Stones (1983), cada uno de estos constructos específicos podría ser entendido por separado, aunque como componentes del bienestar subjetivo correlacionan entre sí de manera sustancial.

El bienestar subjetivo posee conceptualizaciones comunes que varían en función de tres dimensiones: afectiva, temporal y cognoscitiva (Okun, Stock & Covey, 1982). Originalmente, siguiendo la tendencia original de “felicidad”, se establecía que la felicidad consistía en la preponderancia del afecto positivo sobre el negativo, centrándose en la evaluación afectiva de la situación (Diener, 1984). Por otro lado, de acuerdo a Kozma y Stones (1980), la felicidad ocurre evaluando emociones positivas o negativas *específicas*. Tanto la felicidad como el afecto positivo y negativo no implican juicios cognoscitivos. Para cubrir este “hueco cognoscitivo”, años después Diener, Emmons, Larson y Griffin (1985) incorporaron el concepto “satisfacción con la vida”, que ya es conceptualizado como una evaluación cognoscitiva de la calidad de las experiencias propias.

Dentro del estudio de este constructo, los estados de ánimo y las emociones conjuntamente son llamadas “afecto” y representan las evaluaciones actuales que las personas hacen de los eventos que ocurren en sus vidas. Para Bradburn y Caplovitz (1965), afecto positivo y negativo deben ser factores independientes y deben ser medidos por separado. Diener, Smith y Fujita (1995) mencionan que los constructos correlacionan inversamente de manera moderada y son claramente distintos. A pesar de que la evaluación subjetiva de afecto suele ser momentáneo, las investigaciones suelen tener interés en estados de ánimo no-momentáneos, por lo que se sugiere (Diener et al., 1995) que las investigaciones incluyan mediciones de afecto positivo y negativo.

Además del estudio de las reacciones afectivas, dentro del estudio del bienestar subjetivo ha sido tomada en consideración la satisfacción con la vida. Andrews y Withey (1976) hallaron que la satisfacción con la vida forma un factor aparte de los dos principales tipos de afecto, hallazgo que fue corroborado por Lucas, Diener y Duh en 1996 por medio de análisis multirrasgo-multimétodo.

Actualmente, la estructura del bienestar subjetivo se considera está constituida por tres componentes relacionados entre sí: afecto positivo, afecto negativo y satisfacción de la vida como un todo (Argyle, Martin & Crossland, 1989; Diener, 1984, 2009). Veenhoven (1994) afirma que con este modelo el bienestar subjetivo NO es considerado entonces un estado emocional transitorio, de duración breve y completamente determinado por los eventos ambientales.

En términos amplios y generales, el bienestar subjetivo se refiere a un estado a largo plazo que incluye componentes afectivos y cognoscitivos. “Satisfacción con la vida” se refiere a los juicios cognoscitivos que las personas hacen acerca de qué tan bien les ha ido en la vida; mientras que las emociones positivas y negativas se refieren a la experiencia afectiva. Los elementos afectivos y cognoscitivos tienden a correlacionar entre sí de manera tal que Veenhoven (1994) menciona que la parte cognoscitiva (satisfacción con la vida) depende en parte del afecto a partir de las evaluaciones que las personas hacen de qué tan frecuentemente han experimentado sentimientos positivos y/o negativos cuando determinan sus niveles globales de satisfacción con la vida. De manera complementaria, de acuerdo a varios teóricos (Lazarus, 1984, 1991; Ortony, Clore & Collins, 1988), las emociones se originan en parte debido a las cogniciones.

### **Dimensiones del Bienestar Subjetivo**

La confusión entre conceptos asociados al bienestar subjetivo ha restringido el desarrollo de una conceptualización adecuada del constructo, pues parece haber una tendencia hacia la aceptación de esta intercambiabilidad de términos (felicidad, bienestar subjetivo, satisfacción con la vida, balance afectivo, balance hedónico, etc.).

Investigaciones en las últimas décadas han identificado dos amplios aspectos del bienestar: el afectivo y el cognoscitivo, que como ya se mencionó, quedan divididos en afecto negativo y positivo, y satisfacción con la vida, respectivamente. De acuerdo a una revisión realizada por Chamberlain (1988), una gran cantidad de instrumentos incluyen ambos componentes. A pesar de esto, muchas investigaciones terminan haciendo énfasis en la parte afectiva del BS, dejando al componente cognoscitivo con menor atención. Diener et al. (1985), así como Pavot y Diener (1993) mencionan que tal atención hacia la parte afectiva se debe en parte a que “satisfacción con la vida” forma un factor separado y correlaciona de manera individual con otras variables particulares, por lo que vale la pena hacer un análisis por separado de este componente.

Para Diener, Sandvik y Pavot (1991), hablando específicamente de la parte afectiva, ésta puede ser dividida en frecuencia del afecto e intensidad de éste; y es precisamente la frecuencia afectiva la que recibe a su vez mayor atención que su parte complementaria. La razón es que a diferencia de la intensidad, la frecuencia puede ser medida de manera más fácil y precisa. La medición exacta, prerrequisito para la investigación científica, es más viable cuando se trata de frecuencia y no intensidad del afecto, pues la información referente a la frecuencia puede ser codificada y recordada de manera más puntual, por lo que puede ser reportada de manera tal que facilite comparaciones entre sujetos. La evidencia empírica ha demostrado que las personas recuerdan mejor la frecuencia de sus emociones y que dicho recuerdo es menos ambiguo –sesgado– que el de la intensidad de sus experiencias emocionales.

Brandstätter (1987) argumenta que las personas pueden expresar de manera puntual si están o no felices en un momento particular. En sus propias palabras, existe un “punto natural de indiferencia” en la emoción que marca pauta arriba de la cual las personas se sienten positivamente y debajo del cual se sienten negativamente. Diener e Iran-Nejad (1986) complementan lo dicho mencionando que el juicio de felicidad contrapuesto al de infelicidad se ve facilitado por el hecho de que cuando un tipo de afecto predomina, el otro sigue existiendo aunque en menor cantidad. Entonces, dado que los sujetos son capaces de indicar su experiencia afectiva negativa o positiva, y que a su

vez pueden indicar cual predomina sobre la otra, existe la posibilidad de almacenar la información sobre la frecuencia del afecto en la memoria.

En cuanto a la intensidad del afecto, Diener et al. (1991) mencionan que no existe un sistema “natural” a través del cual codificar o definir (etiquetar) la intensidad emocional. Es tan subjetiva la medida en que una persona experimenta gozo que es difícil calibrar la medición de dicha emoción. La ventaja de la frecuencia radica en su facilidad de codificación.

Diener et al. (1991) reportan evidencia que demuestra la exactitud de las personas al recordar información acerca de la intensidad y que sus estimaciones sobre la intensidad se ven sesgadas por la frecuencia actual de sus emociones. Estos mismos autores incluyen otra variable que debe ser considerada: deseabilidad social. La tendencia de algunos individuos a dar respuestas deseables varía y es moldeada según cada cultura. En este eje, los autores han encontrado que la correlación entre deseabilidad social y la frecuencia de la felicidad (y por ende, según los autores, del BS) refleja una diferencia individual significativa: los individuos que tienden a contestar de maneras socialmente aceptables son verídicamente más felices (incluso cuando la medición se realiza con técnicas diferentes a los auto-reportes). Para los autores, diferencias individuales en la deseabilidad social no dañan los artefactos de respuesta en el caso de la frecuencia de las emociones en los reportes del bienestar.

Diener et al. (1991) también sostienen que el afecto positivo frecuente y el infrecuente afecto negativo correlacionan de manera más fuerte con las medidas de felicidad que la intensidad del afecto positivo. Incluso, estos investigadores demostraron que el afecto positivo relativamente frecuente es suficiente para producir altos puntajes en diversas evaluaciones y mediciones de la felicidad y bienestar. Por otro lado, sujetos que reportaron emociones positivas de alta intensidad parecen ser felices en intervalos y no siempre. Entonces, para Diener y compañía, la felicidad y el bienestar debe ser definida como *afecto positivo relativamente frecuente sumado a un infrecuente afecto negativo*. Todos los instrumentos de medición del bienestar subjetivo reflejan un fenómeno subyacente (frecuencia/infrecuencia de afecto positivo/negativo) y que este fenómeno está separado de la intensidad del afecto. El punto en que convergen la mayoría de los instrumentos del bienestar subjetivo es la presencia del afecto positivo, que sirve como indicador esencial de la felicidad.

Diener et al. (1991) mencionan otras razones psicológicas más significativas relacionadas con las dinámicas afectivas: las emociones positivas intensas se encuentran débilmente relacionadas con estados de felicidad a largo plazo. Además, la felicidad y el bienestar como experiencias extremadamente

positivas son escasas, lo que disminuye su probabilidad de ser consideradas relevantes para una evaluación global del bienestar. Además, existen razones empíricas y teóricas para creer que las experiencias positivas intensas acarrearán costos emocionales en términos de que son acompañadas por un incremento en la evaluación del afecto negativo y disminución en la del afecto positivo respecto a otras experiencias positivas; por lo tanto, dichas experiencias positivas intensas más que contribuir al bienestar aumentándolo, tienden a contra-balancear las situaciones negativas, por lo que no se ven reflejadas en las mediciones de felicidad y bienestar. Para estos autores, el elemento afectivo y su mera presencia es necesaria y suficiente para experimentar bienestar subjetivo.

Los mismos autores proponen las siguientes hipótesis que debieran ser sometidas a investigación:

1. El afecto positivo intenso no es necesario ni suficiente para el Bienestar Subjetivo.
2. La frecuencia de las emociones positivas, en comparación con las negativas, debe ser medida a través de las personas con exactitud a un alto nivel de medición. Esto no es verdad para la intensidad de los sentimientos.
3. Las experiencias positivas intensas frecuentemente van seguidas de un período de privación o sufrimiento. También, las experiencias positivas intensas pueden causar que eventos y situaciones posteriores sean evaluadas de manera menos positiva.

La literatura indica que el tercer componente del bienestar subjetivo es el componente cognoscitivo, y existe evidencia de que la satisfacción con la vida es este tercer factor separado de los índices afectivos del BS. Sin embargo, Diener et al. (1993) se preguntan: ¿Por qué, si el bienestar subjetivo se define a partir de valoraciones que hacen las personas, las mediciones afectivas y cognoscitivas forman factores separados? Ellos proponen lo siguiente:

- a) Las personas pudieran ignorar o negar las reacciones emocionales negativas, pero al mismo tiempo seguir reconociendo aquellos factores indeseables dentro de sus vidas.
- b) Las reacciones afectivas con frecuencia son respuestas a factores inmediatos y de *corta duración*; mientras que las calificaciones en la satisfacción con la vida pueden reflejar una perspectiva a *largo plazo*.
- c) Las evaluaciones conscientes sobre las condiciones de vida pueden reflejar valores y metas conscientes. En contraste, las reacciones afectivas pudieran estar reflejando motivos inconscientes y la influencia de estados corporales en mayor grado que las evaluaciones cognoscitivas.

Precisamente respecto a la temporalidad del bienestar, vale la pena considerar una de las posturas más aceptadas hoy en día. A través de estudios en diferentes países, incluyendo México, Veenhoven (2005) ha notado que las personas hacen uso de la palabra “felicidad” para describir tanto estados de ánimo pasajeros y a veces satisfacciones más estables. A partir de las dimensiones de duración (pasajero/duradero) y especificidad (vida como un todo/aspectos específicos), Veenhoven plantea las siguientes combinaciones:

Tabla 1

*Los cuatro tipos de felicidad planteados por Veenhoven*

	<i>Pasajero</i>	<i>Duradero</i>
<i>Aspectos de la vida</i>	Satisfacción instantánea	Satisfacción de dominio
<i>Vida como un todo</i>	Experiencia máxima	Satisfacción con la vida (Felicidad)

La satisfacción instantánea se refiere a los goces momentáneos de la vida, como tomar un café, disfrutar una obra de arte o llevar a cabo satisfactoriamente una tarea. Las satisfacciones de dominio refiere aspectos más duraderos de la vida, como la satisfacción con el trabajo (actividad laboral) o el matrimonio. Para Veenhoven, las satisfacciones de dominio dependen de un continuo flujo de satisfacciones instantáneas, por lo que la continuidad favorece cierta “permanencia” de la felicidad. La combinación que implica la experiencia máxima consiste en sentimientos afectivos de corta duración pero sumamente intensos y una percepción de totalidad. Por último, la satisfacción con la vida se refiere a la “suma” de goces (sentirse bien) y dolores (sentirse mal), que con el tiempo se equilibran y tienden a permanecer así, por lo que se considera duradero.

# **CAPÍTULO 2**

## **BIENESTAR SUBJETIVO**

### **Aproximaciones teóricas y modelos**

### **Medición**

---

## Aproximaciones teóricas

---

### ***Aproximaciones teóricas al estudio del Bienestar Subjetivo***

De acuerdo a Diener (2009), las teorías que describen y explican el bienestar y la felicidad pueden caer dentro de cuatro posibles dimensiones. La primera dimensión es si la teoría centra la fuente de felicidad en condiciones externas (estatus sociodemográfico, ingreso), tal como lo hacen muchas teorías de corte sociológico, o la fuente son condiciones internas (actitudes y temperamento del individuo), tal como lo hacen muchas teorías psicológicas. Diener añade que algunas personas son capaces de adaptarse y/o modificarse con el paso del tiempo, por lo que las cuestiones individuales son las que importan como factor productor de felicidad, mientras que otros creen que son las dimensiones externas las que son dominantes en la producción de bienestar.

La segunda dimensión es la cuestión sobre si los factores que afectan el bienestar subjetivo son relativos o absolutos (Diener, 2009). En otras palabras, la cuestión es si existen estándares utilizados por personas en todo momento y en todo lugar, o si bien son estándares dependientes de lo que uno posee, de las propias expectativas, y de los estilos y niveles de adaptación. La gente es influenciada por factores universales (soledad y amistad, por ejemplo), pero aún los factores universales están sujetos a variabilidad dependiendo de la historia de vida de la persona.

Una tercera dimensión es el grado al cual las influencias sobre el bienestar se deben a situaciones innatas y universales o si se deben al aprendizaje basado en metas y valores de la cultura en que un individuo está inmerso. El enfoque de esta dimensión no es de estándares de comparación sino si la variación de metas y estándares de la persona resulta en una variedad de causas de felicidad. Un punto de debate es si las metas específicas de la persona varían o si poseen elementos abstractos comunes que subyacen estas diferentes metas. En resumen, la cuestión si las causas de la felicidad son universales o específicos y si dependen en parte de su nivel de abstracción.

La cuarta dimensión es cómo se define el bienestar subjetivo, tomando en cuenta que puede conceptuarse como un juicio global de la vida o un sentimiento momentáneo de placer y bienestar. Por un lado, se consideran las “evaluaciones globales” de vida hechas por el individuo y por otro se considera una amplia gama de sentimientos positivos y negativos que son

vividos en momentos específicos y que reflejan una evaluación de qué tan bien o mal están las cosas. Kahnemann (1999) menciona que evaluaciones constantes a lo largo del tiempo van haciendo un “bienestar objetivo”, mientras que Summer (1995) propone que las evaluaciones esporádicas de la vida son la piedra angular del bienestar subjetivo.

Una última dimensión, poco estudiada según Diener (2009), es la practicidad de un estado de bienestar (o un estado de felicidad), entendiendo que un estado así pudiera ser funcional o disfuncional. Algunos investigadores argumentan que las emociones (placenteras y dis-placenteras) cumplen la función evolutiva de adaptación, y que por lo tanto son deseables en cualquier situación; mientras que otros asumen que sólo las emociones positivas son deseables. Cualquiera que sea el caso, ésta dimensión de funcionalidad de la felicidad ha sido poco estudiada.

A continuación se presentan algunos de los enfoques, modelos y teorías existentes que han intentado definir las propiedades generales del BS y que proporcionan la base para poder establecer diferencias entre formulaciones, teorías y modelos.

### ***Modelos de temperamento***

Quienes proponen el modelo de temperamento (Eysenck, 1967; Gray, 1981; Headey & Wearing, 1989) postulan un determinante biológico del bienestar subjetivo. Headey y Wearing, por ejemplo, sugieren que el nivel base de felicidad de una persona está determinado por su temperamento. De acuerdo al modelo de equilibrio dinámico, la extroversión y el neuroticismo determinan la línea base de felicidad a través de la fuerza del sistema de recompensa y castigo. Aunque algunos eventos pueden mover a una persona lejos de la línea base temporalmente, su sistema de castigo-recompensas eventualmente la regresará a la línea base. Dado que los “puntos fijos” de reactividad a los estímulos están determinados biológicamente, el sistema de castigo-recompensa de un individuo se adapta al estímulo positivo o negativo, y el individuo entonces regresa a la línea base de BS.

Headey y Wearing (1989) encontraron apoyo a esta teoría en un estudio de panel en Australia. Después de la ocurrencia de eventos buenos o malos, la gente regresó a sus niveles basales de afecto positivo o negativo. Suh, Diener y Fujita (1996) replicaron este hallazgo, demostrando que la gente se adapta a los eventos en un periodo sorprendentemente corto de tiempo. Aún después de la ocurrencia de eventos severos y que cambian la vida, la gente es capaz de adaptarse (Silver, 1980). Mehnert et al. (1990) encontraron evidencia que soporta este modelo al demostrar que personas que adquirían inhabilidades en etapas posteriores de la vida eran menos satisfechos con la

vida que aquellos que las adquirían desde temprana edad. Desafortunadamente, estudios como estos no pueden determinar si los mecanismos postulados por Headey y Wearing son en realidad responsables por los efectos de adaptación. Algunos estudios sólo examinan de manera superficial el grado hasta el cual la gente puede adaptarse.

Una segunda explicación de la relación personalidad-bienestar a partir del temperamento viene de la teoría de Gray (1981) de sensibilidad diferencial a lo largo de los sistemas SAC y SIC descritos anteriormente. De acuerdo a este modelo, los extrovertidos son felices porque tienen mayor sensibilidad a los estímulos reforzantes. Por el otro lado, los neuróticos son más sensibles al castigo y por ello es más probable que experimenten mayor afecto negativo cuando se les expone a estímulos negativos. Este modelo difiere del de Headey y Wearing (1989) en que la consistencia es el resultado no de puntos fijos sino de respuestas características a los estímulos. En un modelo de puntos fijos, un individuo podría intensas reacciones a los estímulos, pero con el paso del tiempo regresaría al punto basal. En el modelo de reactividad, las reacciones en sí mismas son gobernadas por la personalidad, y un extrovertido puede ser más feliz que un introvertido porque el extrovertido reacciona más fuertemente a los estímulos positivos.

Para poner a prueba el modelo de Gray, Larsen y Ketelaar (1991) utilizaron manipulaciones de humor positivo y negativo para probar la sensibilidad a estímulos positivos y negativos. De acuerdo a sus predicciones, los extrovertidos son más susceptibles a la manipulación de humor positivo, pero no hubo diferencia entre extrovertidos e introvertidos cuando la manipulación era con humor negativo. Los neuróticos fueron más susceptibles que las personas estables a la inducción de humor negativo. Aunque la evidencia apoya el modelo de Gray, ni el modelo de Gray ni los resultados de Larsen y Ketelaar puede decir qué forma toma la sensibilidad. No se sabe aún si la sensibilidad de los extrovertidos refleja en mayor magnitud la respuesta a estímulos que en los introvertidos, o si los extrovertidos simplemente atienden más las señales de recompensa que los introvertidos.

Además de los vínculos directos entre personalidad y bienestar, varios teóricos han propuesto un mecanismo indirectos que llevan a experimentar mayor bienestar en personas con cierto tipo de personalidad. Headey y Wearing (1989), por ejemplo, encontraron que efectos temperamentales directos de extroversión y neuroticismo no podían explicar toda la relación entre personalidad y bienestar. Examinando el rol de la personalidad versus eventos de la vida, Headey y Wearing encontraron que los extrovertidos en realidad experimentaban más eventos positivos que los introvertidos, y que los neuróticos experimentaban mayor cantidad de eventos negativos.

### ***Modelos de congruencia***

Los modelos de congruencia aseveran que la gente experimenta altos niveles de BS sólo cuando su personalidad encaja con el medio-ambiente. Este modelo explicaría mayores niveles de BS entre los extrovertidos, por ejemplo, afirmando que un extrovertido es más feliz en situaciones sociales y que el involucramiento en situaciones sociales es modelada por las demandas de la sociedad occidental.

Kette (1991) encontró que prisioneros extrovertidos eran menos felices que prisioneros introvertidos, y Diener et al. (1992) encontraron que los extrovertidos viven solos con menor frecuencia y es más común encontrarlos en ocupaciones sociales que los introvertidos. En otra comprobación del modelo de congruencia, Moskowitz y Cote (1995) encontraron que las personas experimentan afecto positivo cuando se involucran en conductas que son congruentes con sus rasgos; por ejemplo: personas asertivas experimentarán placer negativo cuando se involucren en conductas por consenso y sentirán afecto positivo cuando tengan algún desacuerdo.

Diener, Larsen y Emmons (1984) encontraron que los extrovertidos eran más felices que los introvertidos si vivían solos o con otros, o si trabajaban en ocupaciones sociales o no-sociales. Pavot, Diener y Fujita (1990) encontraron que los extrovertidos eran más felices independientemente de si la situación era social o no, y que tanto los introvertidos como los extrovertidos eran más felices en situaciones sociales. A pesar de que la evidencia parece apoyar de manera inconsistente el modelo de congruencia, se puede pensar que algunas veces las personas responden de manera positiva cuando en un entorno que es compatible con la personalidad los efectos de personalidad sobre el BS se extienden más allá de lo que puede ser explicado por el modelo de congruencia.

### ***Modelos cognoscitivos o asociacionistas***

Además de las teorías de temperamento que confieren sensibilidad diferencial a las recompensas y castigos, los investigadores han desarrollado otros modelos que atribuyen efectos de personalidad al bienestar en niveles más altos de procesamiento. Estos teóricos postulan que la manera en que procesamos información acerca de recompensas y castigos, más que la sensibilidad biológica a estos estímulos, determina nuestro bienestar.

Muchas de las teorías de este rubro están basadas en procesos de memoria, condicionamiento o principios cognoscitivos. Las aproximaciones cognoscitivas recaen en las atribuciones que las personas hacen acerca de los eventos que les suceden (Schwarz & Clore, 1983 en Diener, 2009). Se

asume que los buenos eventos implican mayores niveles de felicidad cuando son atribuidos a factores estables e internos.

Una de las primeras teorías que surgió en esta corriente cognoscitiva fue el Principio de *Pollyanna* (Matlin & Gawron, 1979). El principio de *Pollyanna* afirma que la gente procesa información placentera de manera más precisa y eficiente que la información no placentera, reconoce más rápido los estímulos agradables, juzga como “más frecuente” a la información placentera, utiliza palabras “placenteras” más comúnmente, proporciona mayor número de asociaciones libres con estímulos placenteros, recuerda objetos placenteros de manera más precisa, y procesa información placentera más rápido (Matlin & Gawron, 1979); se trata, pues, de una visión “eternamente optimista de la vida”.

Es importante señalar que existen diferencias individuales en este principio de *Pollyanna*. Gente que es más capaz de recordar estímulos placenteros es más probable que está feliz. Es posible que diferencias en la precisión y eficiencia del procesamiento de información agradable en contraste con la no agradable pueda llevar a niveles distintos de bienestar. Moretti et al. (1996), por ejemplo, encontraron que constructos positivos y negativos son diferencialmente accesibles para participantes deprimidos o no-deprimidos. Más específicamente, encontraron que cuando la información era dirigida hacia el yo, sujetos no deprimidos encontraban más útil la información positiva que la negativa. La habilidad de enfocarse en información positiva puede proveer una estrategia cognoscitiva que incrementa el BS, y diferencias individuales en esta habilidad pueden influenciar el bienestar también.

La teoría de optimismo disposicional de Scheier y Carver (1985) afirma que los procesos cognoscitivos afectan el bienestar. En su modelo, las cogniciones afectan conductas, que a su vez afectan circunstancias externas y por ende al BS. De acuerdo a los autores, el optimismo representa una tendencia generalizada a esperar consecuencias favorables de la vida. Se cree que la gente que cree que sus acciones llevarán a consecuencias favorables persistirán en dichas acciones, mientras que los que creen que el fracaso es inevitable desistirán en sus esfuerzos y se apartarán de las metas que se habían propuesto. Scheier y Carver (1985) refuerzan esta propuesta con evidencia que muestra que los optimistas mantienen altos niveles de BS cuando se les enfrenta con diferentes agentes estresantes.

Otra aproximación a la felicidad tiene que ver con las redes asociativas de la memoria. Bower (1981 en Diener, 2009) ha demostrado que la gente recuerda memorias que son afectivamente congruentes con sus estados emocionales actuales. La investigación sugiere que las personas desarrollan

mayor cantidad de asociaciones positivas y menor cantidad cuando las asociaciones son negativas. Por lo tanto, las personas con ideas y eventos más positivamente asociados presentan mayor cantidad de felicidad y afecto, lo que implicaría a su vez una predisposición a reaccionar a futuros eventos de manera más positiva.

Una aproximación relacionada es el condicionamiento clásico de facilitación de afecto. Algunas investigaciones han demostrado que el condicionamiento afectivo puede ser extremadamente resistente a la extinción. Esto implica que las personas felices puedan ser aquellas que han tenido numerosas experiencias positivas asociadas con una gran cantidad de estímulos de la vida diaria.

Fordyce (1977 en Diener, 2009) ha ofrecido evidencia de que un intento consciente de reducir pensamientos negativos puede aumentar la felicidad. Kammann (1982 en Diener, 2009) encontró que el recitar afirmaciones positivas durante la mañana trae como consecuencia un día más feliz. Por ende, los intentos conscientes explícitos de evitar pensamientos negativos y tener pensamientos positivos aumenta, hasta cierto punto, el nivel de felicidad sentido por la persona.

En suma a los efectos de pensamientos positivos acerca del futuro, diversas investigaciones han iniciado la exploración de efectos de pensamientos negativos sobre el futuro, el yo y el mundo. Abramson y sus colegas (Abramson, Metalsky, & Alloy, 1989; Abramson, Seligman, & Teasdale, 1987) sugieren que cuando las personas experimentan un evento negativo, aquellos que atribuyen las causas a factores estables, globales e internos es más probable que se depriman que individuos que no presentan tal estilo explicativo (negativo). Alloy, Lipman y Abramson (1992) encontraron que individuos que presentaban estas disposiciones negativas era más propensas a tener episodios depresivos mayores en comparación con individuos que no presentaban tales estilos cognoscitivos.

Una aproximación interaccionista podría ser desarrollada con el fin de integrar la influencia de eventos externos y la influencia de la personalidad. Una persona podría presentar redes asociativas que causen una predisposición a reacciones felices; sin embargo, aunque la respuesta a eventos futuros esté predispuesta por dichas asociaciones, los eventos actuales podrían tener alteraciones conforme pasa el tiempo. En otras palabras, las redes asociativas de las personas pueden ser en mayor o menor medida susceptibles de modificación dada la influencia de nuevas asociaciones (Diener, 2009).

### **Modelos orientados a metas (Enfoques tólicos)**

También llamadas teorías de “punto final” dado que su enfoque principalmente se centra en el bienestar como fin último de un proceso. Las teorías tólicas sostienen que la felicidad es alcanzada cuando algún estado, sea meta o necesidad, es logrado. Los primeros postulados sobre bienestar surgieron a partir de la idea implícita de la existencia de metas y necesidades. Por ejemplo, Wilson (1960 en Diener, 2009) menciona que la satisfacción de necesidades causa bienestar y la persistencia de necesidades causa infelicidad.

La noción de metas y necesidades como precursores del bienestar trae consigo varias cuestiones. Por ejemplo, los filósofos han recomendado que sea la *satisfacción* de las necesidades lo que implique bienestar, mientras que los ascetas optan por la *supresión* de éstas. Otras cuestiones incluyen qué deseos o metas son más importantes, y qué balance debe existir entre los distintos tipos de deseos/metras.

Otras alternativas de las teorías tólicas derivan de los diferentes orígenes de los esfuerzos. En las teorías de necesidad, existen ciertas necesidades que vienen de nacimiento y otras que son aprendidas y la persona busca satisfacerlas. Es importante notar que la persona puede o no estar consciente de las necesidades, pero igual buscará satisfacerlas. Por su parte, las teorías de metas están basadas en deseos específicos de los cuales la persona sí está consciente. Según Michalos (1985) la persona busca conscientemente ciertas metas, y la felicidad será alcanzada cuando éstas sean alcanzadas.

Maslow propuso una jerarquía universal de necesidades que emergen en el mismo orden en todas las personas. Según la lógica, las personas deberían experimentar bienestar subjetivo si están satisfaciendo las necesidades de niveles particulares, aunque resulta posible que los niveles de felicidad sean mayores conforme se satisfacen necesidades de mayor jerarquía. Según Diener (2009) existe poca evidencia que demuestre la aplicación específica de la teoría de Maslow al estudio del bienestar; sin embargo, Diener et al. (en prensa) han encontrado algunos resultados que muestran la manera en que las personas experimentan felicidad cuando algunas necesidades particulares son satisfechas. La mayoría de las personas han experimentado una sensación de felicidad cuando alcanzan una meta importante. Sin embargo, una cuestión fundamental es si el logro de una meta implica diferencias en el bienestar de las personas a largo plazo o si sólo se trata de elevaciones momentáneas del afecto positivo.

Algunos teóricos (p.e. Chekola, 1975 en Diener, 2009) argumentan que la felicidad depende de la continua satisfacción del plan de vida de cada

persona, es decir, depende del conjunto total integrado de metas personales. Cabe destacar que algunas metas pueden estar en conflicto con otras, por lo que la felicidad puede estar determinada por dos factores mutuamente relacionados: la armoniosa integración de metas y el cumplimiento de éstas.

Palys y Little (1983 en Diener, 2009) formularon hipótesis respecto a que las personas pueden tener proyectos personales o preocupaciones y que éstos pueden ser integrados dentro de un sistema global. Ellos midieron estos proyectos y encontraron que la gente poco satisfecha era gente comprometida con metas cuyas recompensas eran a largo plazo, por lo que el refuerzo, recompensas y felicidad a corto plazo no eran frecuentes. Encontraron que individuos más satisfechos tenían proyectos que eran más disfrutables, menos complicados y más importantes en ese momento.

Mientras que el entendimiento del bienestar es facilitado por el conocimiento de las relaciones entre rasgos y felicidad, algunos investigadores discuten que los rasgos proveen una imagen incompleta de la personalidad; algunos creen que la personalidad comprende no sólo rasgos sino metas por las cuales las personas comúnmente se esfuerzan. De acuerdo a los teóricos, podemos entender la personalidad de un individuo sólo si entendemos las cosas de su vida que motivan su conducta, tomando en cuenta que las metas pueden ser examinadas desde diferentes enfoques (valores, tareas en la vida, preocupaciones actuales). En cada nivel de entendimiento, el contenido de las metas, la manera en que son encaradas y el éxito o fracaso en ésta puede tener un efecto importante sobre el BS del individuo.

Emmons (1986) estudia los esfuerzos personales, a los que define como “los tipos característicos de metas que los individuos intentan lograr mediante su conducta diaria”. Emmons encontró que las características de los esfuerzos individuales predicen los diferentes componentes del bienestar (afecto positivo, afecto negativo y satisfacción con la vida) de diferentes maneras. Por ejemplo, afecto positivo fue asociado con el valor del esfuerzo, con el logro de esfuerzos pasados y el grado de energía que requería el esfuerzo, mientras que el afecto negativo fue asociado con menor probabilidad percibida de éxito, alto conflicto entre esfuerzos y ambivalencia hacia los esfuerzos. La satisfacción con la vida fue relacionada con importancia del esfuerzo, expectativa de éxito del esfuerzo y carencia de conflictos entre diferentes esfuerzos.

Mientras que Emmons estudia las características de las metas, Cantor (1994) cree que la personalidad y diferencias individuales pueden ser entendidas enfocándose en las estrategias de resolución de conflictos que la gente utiliza para alcanzar sus metas. De acuerdo a Cantor, las metas de un individuo son determinadas por sus circunstancias de vida y las expectativas de la cultura,

así como por las necesidades idiosincráticas del individuo. La gente puede cumplir sus metas de diferentes maneras, pero aquellos que puntúan algo en bienestar son aquellos que han desarrollado estrategias efectivas para alcanzar sus metas dentro de los límites de las expectativas culturales y sus circunstancias de vida.

Diener y Fujita (1995) utilizaron una teoría orientada a metas para explicar el hallazgo contra-intuitivo que afirma que recursos tales como salud, riqueza y atractivo vagamente correlacionan con el bienestar. Ellos afirman que los recursos deberían afectar el BS sólo cuando tienen un impacto importante en la habilidad individual de lograr metas significativas de acuerdo a sus predicciones, Diener y Fujita encontraron que los recursos correlacionaban más fuerte con el bienestar cuando son relevantes para las necesidades del individuo; por ejemplo, el poseer mucho dinero influencia fuertemente el bienestar en aquellos individuos cuyas necesidades personales incluyen la adquisición de riquezas. En resumen, los recursos afectan el bienestar de las personas sólo en interacción con la idiosincrasia de las metas individuales.

A pesar de todo lo ya mencionado, la prioridad causal de las metas en la relación metas-bienestar es aún cuestionable. Por ejemplo, es posible que tanto las metas de un individuo y las estrategias que utiliza sean determinadas por rasgos más amplios de personalidad. La meta de conocer nuevas personas puede simplemente ser una expresión del rasgo de extroversión. De manera similar, recursos tales como la asertividad o la sociabilidad pueden ser expresiones de rasgos de personalidad. Mientras que Diener y Fujita (1995) encontraron que los recursos y los esfuerzos afectan el bienestar aún después de controlar los rasgos de personalidad, este vínculo hipotético aún permanece sin ser comprobado. Aún las características de metas que Emmons examina pueden ser sujeto de influencias personales. Emmons encontró que el conflicto entre diferentes metas lleva a un menor nivel de bienestar, pero como Lyubomirsky y Ross (en prensa) ilustraron, las personas felices muchas veces ven sus opciones como una elección entre dos elecciones igualmente placenteras, mientras que las personas infelices ven sus alternativas de manera mucho más negativa. Tal vez el conflicto entre metas es resultado de un pobre bienestar, no la causa. La relación compleja entre rasgos de personalidad, metas y recursos debe ser examinada más a fondo con diseños longitudinales y causales antes de que se establezcan conclusiones causales.

### ***Teoría homeostática del Bienestar Subjetivo***

El bienestar subjetivo es la “percepción de un estado interno de homeostasis, acompañado de un tono afectivo agradable, resultado de un proceso más complejo de evaluación continua y combinada de la vida a través de las experiencias vividas, donde se percibe y se forman predisposiciones, preferencias y metas en la búsqueda de la satisfacción de necesidades deficitarias y de desarrollo; es la evaluación cognitivo-afectiva de la vida cuyos indicadores son la satisfacción por la vida y la felicidad sentida” (Anguas, 2000; Arita, 2005a, 2005c).

Cummins (2002), Cummins, Eckersley, Pallant, Van Vugt et al. (2001) y Cummins, Eckersley, Pallant y Davern (2002) explican el proceso de adaptación o ajuste a la vida a través de su teoría homeostática del bienestar subjetivo. Esta teoría tiene como indicador principal a la “satisfacción por la vida” y señala que el bienestar opera en un nivel abstracto que puede ser medido mediante la pregunta “¿Qué tan satisfecho está usted con su vida como un todo?”. De acuerdo a los autores, para las personas con un funcionamiento normal del sistema homeostático, los niveles de bienestar mostrarán una pequeña relación con las variaciones en diferentes circunstancias crónicas de vida. En general, el sistema homeostático tiene el rol de crear un sentido positivo de bienestar general altamente personalizado y que concierne sólo al bienestar percibido del individuo que está haciendo la valoración.

El punto angular de este enfoque radica en que sentirse bien se logra mediante la estabilización de fuerzas adaptativas, afecto positivo y un sistema de filtros cognitivos. Lo anterior puede incluir procesos de autoestima (Cummins & Nistico, 2002), control percibido (Thompson et al., 1998), y optimismo (Peterson, 2000). Estos esfuerzos homeostáticos interactúan con la experiencia que brinda el medio ambiente, y, bajo condiciones normales, no amenazantes, el bienestar se consigue alcanzando un nivel fijo de homeostasis dentro de un rango normal. El bienestar se mantendrá siempre y cuando las influencias negativas no sobrepasen la capacidad del sistema homeostático de contrarrestar dichas influencias (Cummins, 2010; Tomy & Cummins, 2010).

Dado su nivel de abstracción, la estimación global de la vida como indicador del bienestar no puede brindar información acerca de los *componentes* de la vida que también influyen a este sentido de bienestar. Por ende, es necesario evaluar la satisfacción por diversos dominios de la vida.

Cummins et al. (2001) poseen una escala que evalúa la satisfacción que percibe una persona en diferentes dominios tanto a nivel personal (proximal)

o local (distal). La primera evaluación (proximal) considera siete aspectos de la vida personal: salud, relaciones personales, seguridad, nivel de vida, logros, relaciones con la comunidad y seguridad futura. La segunda evaluación (distal) evalúa seis aspectos: economía, medio ambiente, condiciones sociales, gobierno, negocios y seguridad. De acuerdo a Cummins et al. (2001), si el propósito de la homeostasis es mantener un sentido de bienestar personal, la influencia de los mecanismos psicológicos positivos disminuye al avanzar de lo proximal a lo distal. Por esto, si las evaluaciones van de lo personal a lo social, el nivel general de manejo homeostático de la satisfacción disminuye y el proceso de evaluación se ve influido por factores como la necesidad de proteger al yo de apreciaciones negativas (Arita, 2005b, 2005c). Es en este punto que el control homeostático se enfrenta a la sensibilidad: baja sensibilidad para las evaluaciones personales y alta sensibilidad para la evaluación de la satisfacción con las dimensiones de la sociedad.

### ***Teorías de placer y dolor***

La idea de que el bienestar pueda tener origen en placer o dolor implica una suposición muy básica: un individuo sólo tiene metas o necesidades a partir del hecho de que dicho individuo carezca de algo. Por ende, la mayoría de las aproximaciones teóricas asumen que una carencia o privación de algo son precursores necesarios de la felicidad y bienestar. De esto último deriva un supuesto básico en las teorías del placer y dolor: mientras mayor sea la privación de un elemento (y que por ende haya menos felicidad), mayor será la felicidad y satisfacción cuando se alcance una meta. Esta idea de satisfacción de necesidades como precursora de la felicidad es opuesta a la idea de que al tener las necesidades continuamente cubiertas se alcanzará la felicidad máxima.

Otra razón por la cual placer y dolor están conectados al bienestar tiene que ver con el grado de involucramiento psicológico o involucramiento con la meta. Si una persona tiene una meta importante y ha trabajado arduamente para conseguirla, el fracaso producirá sustancialmente estados de infelicidad, mientras que el éxito conllevará a la felicidad. Si una persona presenta poco interés en alcanzar una meta, el fracaso no creará gran cantidad de infelicidad. En resumen, el compromiso, nivel de involucramiento y esfuerzo de la persona parecen estar ligados a la intensidad del afecto que una persona presentará (Diener, 2009).

Otra aproximación que sugiere cómo placer y dolor están conectados es la teoría de procesos opuestos de Solomon (1980). De acuerdo a Solomon, la pérdida de algo bueno implica infelicidad y la pérdida de algo malo implica felicidad. Cabe mencionar que esta teoría considera que una persona puede

habituarse a un objeto bueno o malo, y dicho proceso de habituación implicará mayor o menor felicidad/infelicidad después de exposiciones repetidas al objeto. Un componente crucial de esta teoría es que el afecto opuesto cuando el objeto se pierde será mayor después de la habituación. Algunos consideran esta teoría un modelo de adicción en el que exposiciones repetidas del objeto conllevan que un buen objeto pierda su poder de producir felicidad, pero después de varias exposiciones su pérdida implica mayor infelicidad.

### **Teorías de actividad**

Mantienen que la felicidad es un producto de la actividad humana. Aristóteles es considerado uno de los primeros teóricos de este enfoque pues afirmó que la felicidad se logra a través de actos *virtuosos*, esto es, bien realizados. De acuerdo a Aristóteles, existen ciertas habilidades humanas básicas y la felicidad se logra cuando éstas son llevadas a cabo excelentemente.

Csikszentmihalyi (1975/2000) desarrolló una teoría denominada de “flujo” y menciona que las actividades son vistas como placenteras cuando el reto es equiparable al nivel de habilidad de la persona. Si una actividad es demasiado fácil, el individuo se aburrirá; mientras que si es muy complicada será ansiedad el resultado. Cuando una persona se involucra en una actividad que demanda una intensa concentración y en la cual las habilidades de la persona y el reto son equiparables, entonces la persona experimentará una sensación agradable. Las personas tendrán vidas felices al grado en que estén involucradas e interesadas con sus actividades.

Al contrario de las teorías de metas, las teorías de actividades proponen que la felicidad se alcanza a partir de la conducta (esto es, la actividad) y no del hecho de alcanzar una meta. Sin embargo, ambas teorías no son necesariamente incompatibles y por lo tanto podrían ser integradas.

### **Teorías de “abajo-arriba” y “arriba-abajo”**

Las teorías de abajo-arriba (*bottom-up*, en inglés) sostienen que la felicidad es la suma de pequeños placeres. De acuerdo a esta perspectiva, cuando una persona juzga si su vida es o no feliz, se llega a dicha conclusión haciendo un cálculo de la sumatoria momentánea de placeres y displaceres. Una vida placentera es la acumulación de momentos felices o buenos (Kozma & Stones, 1980).

Por su parte, las teorías de arriba-abajo (*top down*, en inglés) afirman que existe una predisposición global a experimentar las cosas de manera positiva; y que esta propensión influye las interacciones momentáneas que tiene un individuo con el mundo. En otras palabras, una persona disfruta los

placeres porque es *feliz*. La felicidad se alcanza desde niveles más abstractos a niveles más elementales.

En las aproximaciones de arriba-abajo, se cree que rasgos globales de personalidad influenciarán la manera en que una persona reacciona a los eventos. Desde esta perspectiva, los filósofos han puesto el locus de la felicidad en las actitudes, por lo cual algunos (Tatarkiewicz, 1976) mencionan que una vida feliz no depende de la buena o mala suerte, de condiciones externas o de lo que una persona tiene, sino de cómo reacciona la persona ante lo que tiene y es.

Diener (1984) hizo una revisión sobre el proceso de desarrollo del bienestar subjetivo y realizó una distinción entre Procesos Sumativos Ponderados y Procesos Multiplicativos, así como la influencia de cada uno sobre el bienestar subjetivo. Estas aproximaciones sumativa y multiplicativa corresponden a las teorías abajo-arriba y arriba-abajo, respectivamente. El principal punto de interés de las primeras formulaciones teóricas era el de identificar los factores sumativos ponderados que influían sobre el bienestar: eventos externos, situaciones, características demográficas, etc. Este primer enfoque se construye sobre la idea de la existencia de necesidades básicas y universales, y que si las situaciones propias del individuo le permiten satisfacerlas, entonces habrá o no felicidad.

La premisa del enfoque sumativo ponderado es sencilla: se basa en la existencia de diferentes categorías o dimensiones que funcionan como precursores del bienestar subjetivo (dimensiones como condiciones de vida, estilos de conducta, personalidad) y que *combinadas* producen bienestar (Bradburn, 1969; Neugarten, Havinghurst & Tobin, 1961). Siguiendo esta línea, se han descrito diversos modelos estructurales prototípicos que consideran al BS como *la suma de las puntuaciones obtenidas en la medición de sus componentes* (afecto positivo/afecto negativo); algunos modelos (de corte más determinístico) reducen el bienestar subjetivo a la *proporción de necesidades satisfechas de un individuo* (Wilson, 1967) o un *agregado de satisfacción en diversos aspectos de la vida* (Michalos, 1985). La característica común de todas estas formulaciones es la creencia de que el bienestar puede ser entendido desde bases fundamentales, pues se hace referencia a unidades estructurales de orden inferior. Las teorías sumativas sostienen que las personas desarrollan un sentido total de bienestar al sumar sus percepciones en ámbitos específicos, tales como trabajo y familia. Dado lo anterior, el bienestar resulta de experimentar muchos momentos de satisfacción durante la vida (Diener et al., 1991).

El modelo multiplicativo fue propuesto por Kozma y Stones (1980, 1983) y asume que *existe una predisposición a reaccionar de manera feliz*. De esta

manera, los niveles de satisfacción en diferentes dimensiones (salud, ingreso, vivienda, etc.) están mediados por dicha predisposición, la cual es medida a través de índices globales.

A pesar de que ambas formulaciones (arriba-abajo y abajo-arriba) son aplicables al estudio del bienestar, Diener (2009) menciona que el reto es descubrir cómo factores internos (arriba-abajo) y eventos moleculares (abajo-arriba) interactúan. Dado que las personas reaccionan a eventos a partir de su percepción subjetiva, se cree que algunos procesos arriba-abajo deben estar involucrados; sin embargo, también es válido asumir que algunos eventos son placenteros para la mayoría de las personas, lo que sugiere que los principios de abajo-arriba también son aplicables. La dicotomía abajo y arriba entonces debe servir como medio generador de alternativas teóricas.

### ***Teoría de múltiple discrepancia***

Michalos (1985) propuso una teoría que denominó Teoría de Múltiple Discrepancia. Esta teoría, relacionada a la satisfacción, menciona que los individuos se comparan contra múltiples estándares, otras personas, situaciones del pasado, aspiraciones, niveles “ideales” de satisfacción, necesidades o metas. Los juicios sobre la satisfacción se basan en las diferencias entre las condiciones actuales y los estándares utilizados. Las diferencias que conlleven comparaciones negativas (esto es, que el estándar sea mejor) producirán una disminución en la satisfacción, mientras que una comparación positiva ocasionará un aumento en la satisfacción.

Los modelos de comparación social enfatizan los efectos de contraste al explicar cómo influyen dichas comparaciones sobre el bienestar subjetivo (Diener & Fujita, 1997). La tesis central de este modelo es que los individuos deben sentirse felices si las personas que los rodean se sienten *peor* que ellos e infelices si los demás se sienten mejor. En una investigación que desarrolla Wood (1966), se establece que la comparación social es un proceso de pensamiento sobre información acerca de uno mismo y de otros, pero siempre *en relación a uno*. Menciona que existen tres procesos involucrados en las comparaciones sociales y son: 1) la adquisición de información social, 2) procesos de pensamiento sobre la información adquirida, y 3) la reacción ante las comparaciones sociales. La información social que los individuos obtienen puede venir de personas cercanas, de relatos leídos e incluso de personas imaginadas (Wood, Taylor & Lichtman, 1985); el proceso de pensamiento acerca de la información social incluye la observación de similitudes, diferencias, o ambas, entre el otro y el yo; y finalmente, las reacciones ante las comparaciones sociales involucran una gran variedad de respuestas cognoscitivas, afectivas y conductuales y no necesariamente involucran la percepción de un contraste entre el yo y otros.

De acuerdo a lo dicho por Wood, seleccionar el estándar en una comparación es un proceso flexible y no solamente se determina por la proximidad con otras personas que se consideran relevantes. Buunk, Collins, Taylor, Van Yperen y Dakof (1990) afirman que a pesar que los individuos utilizan el mismo estándar de comparación, podrían no utilizar dicha información de la misma manera. Estos autores hallaron que la direccionalidad de la comparación no afecta al bienestar subjetivo de manera consistente. La inconsistencia en los efectos de las comparaciones sobre el bienestar pudiera deberse a que la mayoría de los rasgos pueden ser ambiguos y pueden ser redefinidos de otra manera (Dunning, Meyerowitz & Holzberg, 1989). El cuestionamiento, como ya se mencionó antes, es cómo y por qué se da el bienestar subjetivo. En cuanto a las comparaciones sociales, lo interesante sería saber cuándo y dónde dichas comparaciones producen qué efectos.

### ***Modelos de Socialización de Emociones***

Diferencias en la socialización de emociones pueden explicar diferencias a largo plazo en las emociones de los individuos así como las emociones culturales. Dado que la socialización de emociones puede ser influenciada por normas culturales así como por diferencias individuales, diferencias en la cantidad de afecto que la gente expresa puede ser explicada a través de procesos de socialización de emociones (Malatesta et al., 1986).

### ***Psicología Positiva y el modelo PERMA***

La Psicología Positiva surge a partir de que Martin Seligman comienza a estudiar los aspectos positivos del ser humano, teniendo como uno de los objetivos el estudio de las bases psicológicas del bienestar y felicidad, los rasgos que permiten superar con éxito situaciones difíciles, la aplicación de estrategias efectivas para potenciar cualidades positivas como el optimismo, la satisfacción, el altruismo o las emociones positivas en la vida de los seres humanos. En resumen, la Psicología Positiva es un término genérico para las teorías e investigaciones sobre lo que hace la vida más digna de ser vivida (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Desarrollado por Seligman (2011), el modelo PERMA representa cinco elementos esenciales que deben estar presentes para que las personas puedan experimentar el bienestar duradero. Los cinco componentes se describen a continuación:

- P: Corresponde a *Positive Emotion* por su nombre en inglés y se traduce como Emoción positiva. De acuerdo a Seligman, para que una persona pueda experimentar bienestar, se necesitan emociones en la vida diaria. Emociones como paz, gratitud, satisfacción, placer,

inspiración, esperanza, curiosidad o amor se incluyen en esta categoría.

- E: Del inglés *Engagement*, se traduce como Compromiso. Según Csikszentmihalyi (1975/2000), y según Seligman (2011), una persona verdaderamente comprometida con una situación, una tarea o proyecto, experimenta un estado de flujo (a lo que en inglés llamaron *flow*). El estado de flujo es una especie de “trance” en el que el tiempo parece detenerse y la persona se concentra intensamente en el presente. La premisa es que conforme haya mayor compromiso con una tarea, mayor será la probabilidad de experimentar bienestar.
- R: corresponde a *Relationships*, que en español significa Relaciones (Seligman propone el nombre completo de Relaciones Positivas). A partir del supuesto de que somos seres sociales, las buenas relaciones son fundamentales para el bienestar. Personas con relaciones significativas y positivas con otros son más felices que quienes no lo hacen.
- M: *Meaning*, o en español, Significado. La lógica subyacente al significado es que nos sentimos bien cuando dedicamos lo que hacemos a algo que es más grande que nosotros, de manera que trascienda.
- A: *Accomplishment*, que se traduce como Realización o Logro, se alcanza cuando una persona no sólo se esfuerza por llevar a cabo alguna actividad o alcanzar un meta, sino que el esfuerzo se realiza con dos propósitos: hacerlo, y hacerlo bien. En otras palabras: demostrar maestría y alcanzar las metas.

### ***La Teoría Histórico-Bio-Psico-Socio-Cultural de Díaz Guerrero***

Hasta ahora, las aproximaciones teóricas revisadas sobre el bienestar subjetivo no han sido utilizadas como base fundamental para un modelo hecho en México, por lo que su pertinencia empírica queda aún por evaluar. Sin embargo, en México, Díaz-Guerrero (1972) propuso un modelo explicativo de la *conducta humana*. Siendo uno de los pocos modelos integrales de la conducta humana que han sido utilizados en México, conviene revisar su estructura y principales postulados, los cuales se detallan a continuación.

- El marco fundamental del comportamiento humano es la cultura
- Los Procedimientos que causan ciertos resultados varían en función de los campos bio-psico-socioculturales contemporáneos.
- Características culturales universales, que ejercen influencia sobre todos los seres humanos, podrán diferenciarse en sus consecuencias sobre el comportamiento a través de diferencias cuantitativas o cualitativas.
- Ante la existencia de diferentes maneras cualitativas y cuantitativas de confrontación a los problemas, se estipula la existencia de dos estilos importantes: una forma activa y otra pasiva.
- La contestación a preguntas de “por qué” será siempre una contestación histórica: qué precedió a qué
- Los procedimientos que causan ciertos resultados varían en función de los campos bio-psico-socio-culturales contemporáneos
- El cambio, evolución o desarrollo histórico, sociocultural e individual se observa en la estipulación de premisas y la reacción ante las mismas

Respecto al primer punto, Díaz Guerrero propone que los comportamientos más consistentes, a los que podríamos referirnos como los más frecuentes en distintas situaciones, son los considerados “normales”. Así, lo que más se lleva a cabo, lo que se va perpetuando poco a poco mediante socialización, se trata de lo tradicional (“normal”). De acuerdo al propio autor, personas orientadas hacia lo tradicional mostrarán seguridad en sí mismos, mostrarán conductas fluidas, sin contratiempos y sin frustraciones, lo que se verá reflejado en un buen equilibrio psicosocial que implica conductas individuales y sociales constructivas.

Para el mexicano, sobrellevar el estrés pasivamente es la mejor forma y la más virtuosa. Se parte del supuesto que todos los seres humanos de todas las culturas deben manejar una gama infinita y variación del estrés que la vida implica, por lo que los hombres de todas las culturas han intentado manejarlo y han llegado a maneras que se consideran factibles para su manejo. Para los mexicanos, la abnegación de la madre, la obediencia de los

niños, el autosacrificio, la sumisión, la dependencia, la cortesía, y el mantenerse frente al abuso son virtudes socioculturales realistas, mexicanas, de enfrentar el estrés cotidiano.

La predicción de conductas sociales futuras puede establecerse tomando como indicadores a las premisas más reforzantes en el pasado. A medida que se incremente el conocimiento acerca de los fenómenos del cambio, se irá ganando claridad acerca de los factores que intervienen en la sucesión de eventos que explican un fenómeno.

Para Díaz-Guerrero (1972), el punto de partida de su modelo es la sociocultura. Esta “sociocultura” se refiere al sistema de premisas socioculturales que norman o gobiernan sentimientos, ideas, jerarquización de relaciones interpersonales, tipos de papeles sociales que deben cumplirse, reglas de interacción de los individuos en esos papeles, los “dónde, cuándo” y “con quién” y “cómo” desempeñarlos. Lo anterior es válido para la interacción dentro de la familia, los grupos, la sociedad, estructuras institucionales (educación, religión, gobierno), así como para temas principales de la vida: la manera de encararla, percepción de la humanidad, problemas de sexualidad, etc.

Díaz-Guerrero (1972) propone, dentro de su teoría Histórico-bio-psico-socio-cultural del comportamiento humano que el marco y motor fundamental de la conducta humana es la cultura, pues de ella deriva el “por qué” del comportamiento humano; y será a través de las llamadas Premisas Histórico Socio Culturales que el tipo de comportamiento más frecuente sea programado. La teoría de Díaz Guerrero plantea como punto de partida el aspecto histórico, que hace referencia a la evolución y desarrollo de distintos conceptos a través de las culturas; el aspecto biológico trata de las necesidades básicas del ser humano; los factores psicosociales aluden a normas, papeles y estatus intrínsecos a las relaciones del ser humano, que incluyen aspectos como la formación de impresiones, aspectos atributivos, y procesos de influencia social presentes en la vida diaria de las personas que moldean las expectativas, actitudes, perspectivas y valores de cada individuo; por último, los factores culturales corresponden a esas representaciones de cómo debe ser el comportamiento en un contexto cultural específico, dictando lo que se debe pensar, hacer y sentir. A continuación se detallan los diferentes componentes centrales de la teoría.

#### El componente biológico

El factor biológico representa las necesidades humanas más básicas, necesidades como seguridad, compañía, afecto, amor y poder, y el potencial de desarrollar la cultura y transmitirla a través del lenguaje (Díaz Guerrero, 1972; Díaz Loving, 2010). Este factor es determinante para el desarrollo de

un macroecosistema socio-cultural, que regirá los parámetros conductuales aceptables. El componente socio-cultural es derivado de la herencia genética bajo esta teoría.

#### El componente socio-cultural

Cualquier constructo psicológico interactúa constantemente con el macro-sistema sociocultural en el establecimiento de figuras sociales y aprendidas. Esto es, las características biológicas no se dan en la “nada”, en un vacío, sino que se desarrollan, evolucionan y modifican en interrelación constante con pautas socioculturales. De esta forma, la socio-cultura es central en la creación de expectativas, normas, interpretaciones y conductas prototípicas que rigen el comportamiento humano. Las normas de interacción humana son entonces transmitidas e inculcadas a través de los procesos de socialización (reforzamiento y castigo de conductas esperadas), endoculturación (presencia de modelos que realizan las conductas “adecuadas”), o aculturación (presiones de culturas opcionales hacia nuevas conductas esperadas) (Díaz Guerrero, 1972; Díaz Loving, 2010).

#### Componente individual

A través de los procesos de socialización, endoculturación y aculturación ya mencionados, la sociedad, la cultura, los grupos y las familias enseñan a las nuevas generaciones cuáles son las premisas y expectativas de cómo es que se llevan a cabo las relaciones humanas en general. La interacción dinámica y constante a través de la vida de las características biológicas básicas de todos los seres humanos (representado en el individuo por sus necesidades bio-psíquicas), y las pautas marcadas por el marco ecosistémico socio-cultural (representado por las premisas histórico socio culturales de la familia, la escuela, medios de difusión y amigos), desemboca en el desarrollo de rasgos, valores, creencias, actitudes y capacidades que los individuos utilizan en sus relaciones interpersonales (Díaz Guerrero, 1972; Díaz Loving, 2010).

#### Componente evaluativo

Los seres humanos de manera consistente evaluamos los estímulos que representan otras personas o eventos de vida. Nuestros sistemas de evaluación están influenciados notablemente por nuestras características antecedentes (personales y socioculturales); de esta forma, en cualquier proceso podemos esperar perspectivas cognoscitivas y afectivas diferentes, dependiendo de los elementos antecedentes particulares a cada persona.

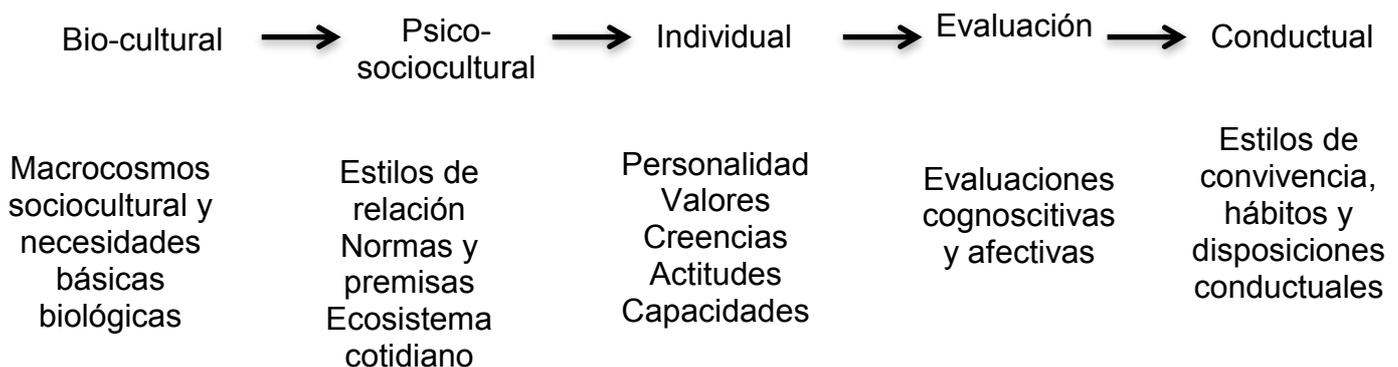
El sistema de evaluación cognoscitiva es el mecanismo utilizado para analizar características observables y antecedentes en referencia a un sistema de significados denotativos del sujeto. Esta evaluación requiere de percibir, codificar, interpretar e integrar información relevante, convirtiendo el estímulo externo en información personal. La información es entonces

utilizada para ayudar al sujeto a decidir qué estilos de convivencia, hábitos y disposiciones conductuales son más adecuadas para un estímulo dado. Por su parte, el componente de evaluación afectiva es el criterio principal para describir fenómenos con base en las emociones (Díaz Loving, 2010).

Componente conductual

Una vez establecidos los componentes que el sujeto extrajo de su biología, de su contexto sociocultural, de su persona, y de su entendimiento, construcción, atribución y evaluación cognoscitiva y afectiva, la persona debe encontrar la mejor manera de responder a un estímulo.

La siguiente figura resume y explica de manera gráfica los principales componentes de la Teoría Histórico-Bio-Psico-Socio-Cultural.



*Figura 1.* Representación de la teoría Histórico-Bio-Psico-Sociocultural (adaptado de Díaz Loving, 2010)

---

## Medición

---

### ***Medición del bienestar subjetivo***

Es importante señalar que el BS como área de estudio posee tres características importantes (Diener, 1984):

1. Es *subjetivo*. De acuerdo con Campbell (1976), reside dentro de la experiencia del individuo. Es notable que dentro de las definiciones de BS están ausentes condiciones objetivas tales como salud, confort, virtud o riqueza (Kammann, 1983); sin embargo, tales condiciones objetivas son vistas como influencias potenciales del BS, aunque no llegan a ser consideradas partes inherentes y necesarias de éste.
2. Incluye mediciones positivas.
3. Las medidas de BS incluyen típicamente una evaluación global de todos los aspectos de la vida de una persona. Aunque a veces el enfoque se encuentre sobre determinadas áreas, el énfasis debe estar en un juicio global integral que el individuo hace sobre su vida en general.

El método principal para medir el BS es a través de procedimientos de auto-reporte. Estos procedimientos podrían agruparse en dos clases de escalas de acuerdo al número de reactivos que incluyen: a) de reactivo único, b) múltiples reactivos. Ambos tipos son susceptibles de errores tales como el engaño, deseabilidad social, tendencia a responder ante la forma y no al contenido de un reactivo, entre otras (Anguas, 1997).

### **Instrumentos de reactivos únicos**

Debido a que el BS ha sido central en su importancia para los interesados en la medición de la calidad de vida, no es sorprendente que muchos de los instrumentos usados con mayor frecuencia sean instrumentos de reactivos únicos (Diener, 1984). Las medidas de un solo reactivo han sido utilizadas para obtener estimaciones del BS global y su forma varía desde escalas con tres puntos hasta 11 posibles puntos que se pueden presentar en formatos lineales o de escalera.

El contenido de estas medidas utiliza con mayor frecuencia los componentes “felicidad” o “satisfacción”. Las escalas de felicidad suelen estar subdivididas en tres categorías: felicidad en este momento, felicidad en el mes pasado y felicidad en general. Por su parte, sólo una medida de satisfacción (satisfacción con la vida en general) es empleada para medir el BS global.

Las diferencias entre medidas de felicidad y satisfacción reflejan una suposición subyacente acerca de la naturaleza de los constructos, siendo que la felicidad es asumida como un estado a corto plazo mientras que la satisfacción es utilizada para denotar un periodo prolongado de tiempo (Anguas, 1997).

La mayor ventaja de este tipo de instrumentos es su brevedad. Desafortunadamente sus dos grandes deficiencias son su poca confiabilidad y su limitada capacidad para dar información acerca de la naturaleza del constructo (McKennell, 1974). El problema de la confiabilidad es particularmente mayor cuando se asume que el constructo subyacente tiene una breve duración (Bradburn, 1969). Este problema puede ser resuelto con medidas de múltiples reactivos.

### **Instrumentos de reactivos múltiples**

Estos tipos de medidas han sido diseñadas para medir el BS desde diferentes perspectivas reflejando ciertas preconcepciones acerca de su naturaleza. Quizás lo más importante de estas escalas es que pueden ser evaluadas en términos de consistencia interna y validez de constructo, mientras que las escalas de un solo no pueden ser evaluadas de esta manera. Ejemplos de estas escalas son la "Life Satisfaction Indices (LSI, Neugarten, Havinghurst & Tobin, 1961), la "Affect Balance Scale" (ABS, Bradburn & Caplovitz, 1965) y la "Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH, Kozma & Stones, 1980).

Dado que gran parte de los reactivos utilizados en estas escalas se refieren específicamente a la edad y a un periodo determinado de la vida, algunas veces no resultan adecuados para poblaciones distintas a las que fueron utilizadas originalmente. Así pues, se ha visto un incremento en la investigación sobre el BS, lo que se ve reflejado en un marcado interés por medirlo utilizando nuevos instrumentos de medición.

A continuación se muestra una tabla en la que se sintetizan algunos de los estudios comúnmente utilizados para la evaluación del Bienestar Subjetivo a nivel mundial y en México; la tabla incluye tanto instrumentos de reactivos únicos como instrumentos de reactivos múltiples.

Tabla 2  
Instrumentos que evalúan bienestar subjetivo

AUTOR	AÑO	ESCALA	CANTIDAD DE REACTIVOS	DESCRIPCIÓN
ANDREWS & WITHEY	1976	Escala E-T (Encantado-Terrible) (Delighted-Terrible Scale)	1 reactivos	Se pregunta "Qué tan feliz está usted sobre lo feliz que es en este momento", la persona contesta de entre 7 rangos de respuesta cuyos polos son "encantado" y "terrible"
ANGUAS PLATA	1997, 2000	EMMSAR: Escala Multidimensional para la Medición del Bienestar Subjetivo de Anguas y Reyes-Lagunes	80 reactivos	<b>Realizado en México.</b> Evaluaciones multisituacionales del componente afectivo y cognoscitivo del bienestar subjetivo.
BRADBURN	1969	Affect Balance Scale	10 reactivos	Evaluación de afecto positivo y negativo
CAMPBELL ET AL.	1976	Index of General Affect	8 reactivos	Utiliza diferencial semántico, evalúa afecto general y bienestar
CANTRILL	1965	Self-Anchoring Ladder	1 reactivo único	Descripción de la "mejor vida que uno pueda tener" versus "peor vida para usted"
DIENER ET AL.	1985	Escala de Satisfacción con la Vida/SWLS (Satisfaction With Life Scale)	5 reactivos	Evaluación de Satisfacción con la vida
FORDYCE	1978	Inventario de Auto-descripción		Subescalas que evalúan felicidad personal alcanzada, felicidad por la personalidad, valores de felicidad, felicidad ante actitudes y felicidad ante el estilo de vida

(sigue)

Tabla2. Instrumentos que evalúan bienestar subjetivo (continuación)

AUTOR	AÑO	ESCALA	CANTIDAD DE REACTIVOS	DESCRIPCIÓN
GURIN, VEROFF & FELD	1960	Escala Gurin	1 reactivo	Una sola pregunta de "cómo andan las cosas en los últimos días", se responde "muy feliz", "algo feliz", "no tan feliz"
KAMMANN & FLETT	1983	Afectómetro (Affectometer)		Medición de la frecuencia de afecto positivo y negativo
KOZMA & STONES	1980	MUNSH-Happiness Scale	24 reactivos	Evaluación de experiencias afectivas positivas y negativas
LARSEN	1983	Medidas de Intensidad del Afecto (Affect Intensity Measure)		Evaluación de la fuerza (intensidad) típica de las respuestas afectivas
LAWTON	1975	PGCMS	17 reactivos	Escala Geriátrica. Mide actitudes hacia el envejecimiento, soledad y agitación
NEUGARTEN, HAVINGHURST & TOBIN	1961	LSI (Life Satisfaction Items)		Evaluación de apatía, resolución de problemas, congruencia entre metas deseadas y alcanzadas
PALOMAR LEVER	2000, 2005	Escala de Calidad de Vida	68 reactivos	<b>Realizado en México.</b> Evaluación de dimensiones tales como trabajo, hijos, economía, familia, pareja, desarrollo personal, sociabilidad, recreación, medio ambiente, entre otros
TELLEGEN	1979	DPQ Differential Personality Questionnaire	21 reactivos	Evaluación de afecto positivo, optimismo, actitudes ante la vida
UNDERWOOD & FRAMING	1980	Encuesta de Estado de Ánimo (Mood Survey)	16 reactivos	Dos subescalas que miden nivel hedónico y su variabilidad

## Niveles de Bienestar y Felicidad en México

### ***Bienestar y felicidad en México: Un panorama reciente***

Para el 2012, el INEGI llevó a cabo un esfuerzo importante por evaluar los niveles de bienestar, satisfacción y felicidad en población mexicana. Lo denominó BIARE (Bienestar Auto Reportado) y tuvo como propósito complementar la información que se tiene sobre bienestar objetivo, que se concentra en el acceso a bienes y servicios que para el propio INEGI son susceptibles de expresarse en magnitudes monetarias. Así, ahondar en la parte subjetiva del bienestar considera que se trata de un fenómeno vivencial y experimentado de manera única por cada individuo. Un objetivo adicional del BIARE fue generar de manera estadística sólidos indicadores comparables con los de otras naciones integrantes de la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico), organización de la cual México es parte.

A través de lo que originalmente se denominó un estudio piloto, el INEGI aplicó a más de 10 mil hombres y mujeres preguntas relacionadas a las tres variables ya mencionadas. Tal como se mencionó anteriormente, psicométricamente algunas variables pueden ser evaluadas de manera general o de manera específica, tanto con reactivos “únicos” que evalúan de manera global, como con un conjunto de reactivos más concretos que evalúan dimensiones concretas.

Así, uno de los reactivos que fueron utilizados en este primer estudio del INEGI fueron los siguientes: “En una escala de 0 a 10, ¿en general qué tan satisfecho(a) se encuentra usted con su vida?”; “¿Qué tan feliz se sintió el día de ayer?”; “¿Qué tan tranquilo se sintió el día de ayer?”; “¿Qué tan enojado se sintió el día de ayer?”; “¿Qué tan triste se sintió el día de ayer?”. También, se incluyeron algunos reactivos sociodemográficos, los cuales evaluaron aspectos como lenguas que se hablan (español, inglés, francés, náhuatl, entre otras), si presenta alguna discapacidad (usar muletas, silla de ruedas, por ejemplo), el contar con algunos servicios como computadora personal o tarjeta de crédito, afiliación a algún partido político o grupo religioso, relaciones interpersonales (familia, amigos, vecinos), algunos hábitos domésticos o académicos (leer un libro, leer el periódico, tocar algún instrumento, ver la televisión, por ejemplo). Algunas secciones abordan también temas sobre satisfacción con algunos dominios como el tiempo libre, los logros en la vida, la seguridad personal, la situación del país, los reconocimientos hacia el trabajo que se realiza, la situación económica, la vida familiar, la salud, entre otros. Por último, así como

se incluye un reactivo que pregunta de manera global qué tan satisfecho se encuentra una persona, también se incluye uno que evalúa los niveles globales de felicidad (“En una escala de 0 al 10, ¿qué tan feliz diría que es usted?”). Al respecto de este primer estudio piloto del INEGI, los principales resultados se mencionan a continuación.

De acuerdo a los datos reportados, respecto a los niveles de satisfacción y de felicidad, considerando que se pregunta del 0 al 10, el INEGI considera los siguientes rangos de respuesta asociados a las siguientes etiquetas: 0-4 Nada satisfecho, 5-6 Poco satisfecho, 7-8 Moderadamente satisfecho, 9-10 Satisfecho; para el caso de felicidad: 0-4 Nada feliz, 5-6 Poco feliz, 7-8 Moderadamente feliz, 9-10 Feliz. Considerando la muestra total de los encuestados en 2012, el 4.3% de los mexicanos está Insatisfecho, 12.1% Poco satisfecho, 36.5% Moderadamente satisfecho y 47.1% está Satisfecho. En cuanto a la felicidad, 3.4% se considera NO feliz, 7.6% Poco feliz, 33.4% Moderadamente feliz y 55.7% se considera Feliz.

Numéricamente, del 0 al 10, los mexicanos se consideran moderadamente Satisfechos (M.=8.04, D.E.=1.9) y moderadamente Felices (M.=8.37, D.E.=1.79); también se sienten moderadamente tranquilos (M.=7.59, D.E.=2.4), poco enojados (M.=2.8, D.E.=3.1) y poco tristes (M.=2.7, D.E.=3.2). Respecto a algunos aspectos de la vida diaria, la gente reporta estar poco o moderadamente satisfecha en los siguientes ámbitos: tiempo que tiene para hacer lo que le gusta (M.=6.8, D.E.=2.6), sus logros en la vida (M.=7.5, D.E.=2.1), su seguridad personal (M.=7.5, D.E.=2.2), las perspectivas que tiene con respecto a su futuro (M.=7.7, D.E.=2), su trabajo actual (M.=7.7, D.E.=2.3), su situación económica (M.=6.5, D.E.=2.3), su vivienda (M.=7.1, D.E.=2.5), su educación (M.=6.9, D.E.=2.5), su vida familiar (M.=8.5, D.E.=1.7), su salud (M.=8.2, D.E.=1.9), su apariencia (M.=8.1, D.E.=1.8) y su vida social (M.=7.7, D.E.=2.2).

De manera paralela, también en el año 2012, la Asociación Civil “Imagina México” llevó a cabo un “Ranking de Felicidad en México”, en el cual se buscaba medir niveles de felicidad a nivel municipal en México. Dicho estudio incorporó 62 reactivos que evaluaron satisfacción de vida, satisfacción con dominios de vida, estados afectivos, evaluación de vida, calidez de relaciones humanas y algunos factores socioeconómicos.

El Ranking de Felicidad en México tuvo el acierto de incluir entre los reactivos la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener et al. (1985), descrita en apartados anteriores de este trabajo. Habiendo aplicado esta escala en México, los datos arrojan que los municipios más felices tienen un promedio de 5.1, mientras que los municipios menos felices tienen un promedio de 4.8 en la escala de satisfacción.

Con una escala del 1 (extremadamente insatisfecho) al 7 (extremadamente satisfecho), el Ranking de Felicidad en México (Gómez, 2012) encontró, mediante la comparación de grupos extremos, que los 11 municipios más felices de México reportan un promedio de 5.59 (no se reporta la desviación estándar) mientras que los 11 municipios menos felices reportan un promedio de 4.92 (sin D.E.). En cuanto a la satisfacción por dominios de vida, a continuación se mencionan los datos más relevantes. Se hace la aclaración de que los datos de Gómez (2012) no reportan las desviaciones estándar, por lo que para facilitar la lectura de cada dominio de vida, los promedios de los municipios más felices se presentan de manera natural y para el mismo dominio los promedios de los municipios menos felices se presentan entre paréntesis. Así, los promedios son los siguientes: satisfacción económica 5.11 (4.72), satisfacción familiar 5.9 (5.48), satisfacción con amistades 5.3 (5.0), satisfacción con el tiempo libre 5.01, (4.72), satisfacción con la salud 5.52 (5.01), satisfacción con las ocupaciones 5.53 (4.96), satisfacción con la espiritualidad 5.65 (5.23) y satisfacción con el entorno 5.39 (4.96). Vale también la pena mencionar que en los datos reportados por Gómez (2012), se evaluó también con qué palabras definen los mexicanos la felicidad. Los resultados indican que las palabras más utilizadas son: Familia, amor, alegría, salud, tranquilidad, bienestar, satisfacción, vida, dinero y contento.

Después del esfuerzo que implicó el BIARE piloto, mediante el programa denominado BIARE básico el INEGI (2015) decidió llevar a cabo un levantamiento de datos en torno al bienestar de los mexicanos cada tres meses, comenzando con el primer trimestre del 2013 y continuando hasta la fecha. Con una versión nueva del instrumento, el enfoque de éste se centró en la evaluación de satisfacción global y específica y la evaluación de estados emocionales afectivos (cinco positivos y cinco negativos). Los resultados más significativos se mencionan a continuación.

En cuanto a la satisfacción con la vida (de manera general), desde el año 2013 el promedio de satisfacción de los mexicanos fue de 7.9<sup>1</sup> y para el balance afectivo general (resta aritmética del promedio de afecto positivo menos el promedio de afecto negativo<sup>2</sup>) el valor es de 4.9 (M. Afecto positivo= 6.84, M. Afecto negativo= 2.19). Los porcentajes indican que en general, más del 80% de los mexicanos reporta estar moderadamente satisfecho (7-8<sup>3</sup>) o satisfecho (9-10),

<sup>1</sup> Desde julio de 2013 y hasta enero de 2015, el valor mínimo fue 7.7 y el máximo de 8.2 para satisfacción general. Para balance afectivo general, el valor mínimo fue de 4.7 y el máximo de 6. El propio INEGI reporta un margen de error del 5% en los porcentajes reportados.

<sup>2</sup> Para cada afecto (positivo y negativo) el rango de respuesta era de 0 a 10, por lo que la resta aritmética puede oscilar entre -10 y 10.

<sup>3</sup> Cabe recordar que se mide con un continuo del 0 al 10

y más del 70% de los mexicanos están satisfechos con la cantidad de tiempo libre que tienen, su nivel de vida, su vecindario, su estado de salud, sus perspectivas a futuro, sus actividades/ocupaciones, su vivienda, sus logros en la vida y sus relaciones personales. Cerca del 70% de los mexicanos reporta sentirse Poco satisfecho (5-6) o Moderadamente satisfechos (7-8) respecto a la situación de país; y cerca del 60% de la muestra reporta sentirse Insatisfecha (0-4) o Poco satisfecha (5-6) respecto a la seguridad ciudadana (INEGI, 2015). A partir de los resultados, puede observarse que los niveles de satisfacción de los mexicanos y los niveles de balance afectivo son relativamente estables a través del tiempo.

## **CAPITULO 3**

# **VARIABLES ASOCIADAS AL BIENESTAR SUBJETIVO**

## Bienestar Subjetivo: Asociación con otras variables

---

### ***Correlatos del Bienestar Subjetivo***

Son numerosos los trabajos que han pretendido encontrar la relación que guarda el bienestar con otras variables. La enumeración de todos los factores que se han considerado es prácticamente innumerable. Algunos estudios han incluido variables como edad, sexo, estado civil (Glenn, 1975; Glenn & Weaver, 1981; Shmotkin, 1990), atractivo físico, orden de nacimiento (Allred & Poduska, 1988; Diener, Wolsic & Fujita, 1995), hasta variables más vinculadas con personalidad y otras variables sociodemográficas (Diener et al., 1999; Wilson, 1967).

La investigación en torno al bienestar hoy en día no solamente trata de describir variables que correlacionan con el bienestar sino que trata de entender los procesos subyacentes al bienestar. De esta manera, el rol que juegan las variables asociadas a la felicidad y bienestar de la persona tienen mayor reconocimiento. A continuación se presente una breve revisión de algunas variables vinculadas al bienestar subjetivo.

Investigaciones basadas en la perspectiva de interacción, han revelado que algunos factores sociodemográficos, así como diversos aspectos de la personalidad son importantes correlatos del bienestar subjetivo (Lu, 1999). Kozma, Stones y McNeil (1991) destacaron que el bienestar subjetivo ha sido correlacionado con diferentes indicadores dado que la mayoría de las investigaciones y teorías del BS son sumatorias ponderadas, en las cuales se asume que la única manera de ocasionar un cambio en el BS es modificando sus características predictoras.

En 1967, Wilson mencionó la existencia de un solo estudio referente a las diferencias por sexo en cuanto al bienestar, y éste fue realizado por Gurin, Veroff y Feld (1960 en Anguas, 2000), en el cual no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres. Haring, Okun y Stock (1984) llevaron a cabo un meta-análisis cuyos resultados mostraron que los hombres son ligeramente más felices que las mujeres, aunque la magnitud de la diferencia es muy pequeña.

Kozma et al. (1991) proponen que la principal razón de la existencia del gran número de estudios sobre los correlatos del bienestar radica en el hecho de que la mayoría de las teorías del bienestar subjetivo son teorías sumativas ponderadas, en las cuales se asume que la única manera de ocasionar un cambio en el bienestar de las personas es modificando sus características predictoras. Estos autores proponen la siguiente agrupación de características asociadas al bienestar:

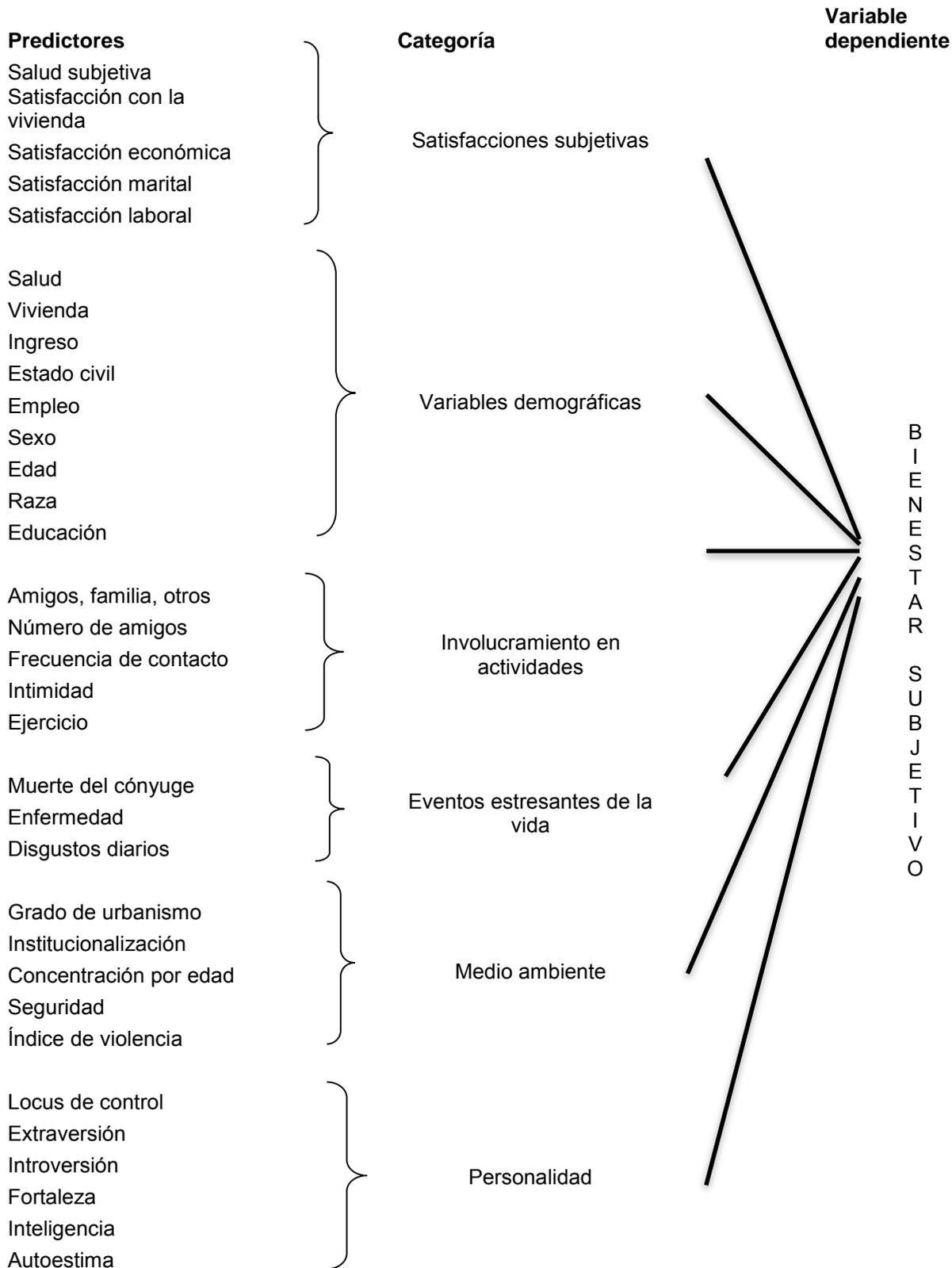


Figura 2. Categorización de los correlatos del Bienestar Subjetivo (Kozma et al., 1991; tomado de Anguas, 1997)

### *Satisfacciones subjetivas*

Las puntuaciones obtenidas de las satisfacciones subjetivas son utilizadas como predictores del bienestar con mayor frecuencia que los correspondientes criterios objetivos. Por ejemplo, gran cantidad de estudios incluyen “satisfacción con la vida” en vez de “lugar de tipo de construcción”, “satisfacción económica” en lugar de ingreso y “satisfacción con la salud” en lugar de un diagnóstico médico. Dos razones que justifican esto son: las satisfacciones subjetivas son más fáciles de obtener y son usualmente predictores más fuertes que sus contrapartes objetivas (Kozma et al., 1991).

### Salud subjetiva y Bienestar Subjetivo

Las mediciones de salud subjetiva están frecuentemente basadas en cuestionarios de un solo reactivo, por ejemplo: “En general, ¿cómo se siente acerca de su salud?”. Por otro lado, la evaluación objetiva de la salud normalmente consiste en tests de múltiples reactivos que incluyen preguntas específicas acerca del número de síntomas y enfermedades de una persona o las limitaciones funcionales experimentadas. El rango de las correlaciones entre salud subjetiva y Bienestar Subjetivo estimadas de 1984 artículos fueron de 0.3 a 0.45. Dichas correlaciones son positivas, significativas y aplican tanto a relaciones bivariadas tales como correlaciones producto-momento de Pearson y relaciones que involucran covariaciones en procedimientos de regresión múltiple (Chatters, 1988 en Anguas, 1997).

### Salud objetiva

Las medidas objetivas de salud (funcionalidad o discapacidad, índices de síntomas o enfermedades) generalmente presentan correlaciones más bajas (-0.06 a 0.26) que las medidas subjetivas de salud (Gibson, 1986) existe mucha variabilidad en la fuerza de las relaciones, siendo la salud (calificada por otros) el predictor de BS más pobre. Esto indica que las contribuciones independientes de la salud objetiva a la explicación del BS son menores que las aportadas por la salud subjetiva (Usui & Keil, 1987).

Lohr, Essex y Klein (1988) no encontraron asociaciones significativas de primer orden entre el bienestar subjetivo y alguna condición física o limitación funcional cuando la salud subjetiva fue incluida en una ecuación de regresión, por lo que la relación entre las puntuaciones subjetivas de la salud, mediciones objetivas de la salud y el bienestar pudiera ser más compleja. Ellos mencionan que la influencia de la salud objetiva sobre el bienestar es indirecta y que opera a través de la evaluación subjetiva de la salud. Esto se ve apoyado por el hecho de que bajas puntuaciones en medidas objetivas de salud están asociadas con bajas puntuaciones en la evaluación subjetiva de la salud. Los autores concluyeron que la salud objetiva influye indirectamente la satisfacción con la vida, al disminuir las evaluaciones subjetivas de la

salud. Sin embargo, desde que las puntuaciones de la salud subjetiva son mejores predictores del bienestar que las mediciones objetivas, pareciera ser que no es solamente qué tan enfermo esté el sujeto (por ejemplo), sino qué tan enfermo se percibe a sí mismo, lo que influye sobre los sentimientos del bienestar.

Los estudios de salud como predictor del bienestar subjetivo demuestran que los coeficientes de correlación entre el bienestar y la percepción subjetiva de la salud son dos veces más grandes que aquellos entre el bienestar y medidas objetivas. En términos de varianza explicada, existe una superioridad de casi tres veces de las medidas subjetivas sobre las objetivas. En casi todos los estudios, las mediciones subjetivas de la salud ejercen una influencia significativa, directa y positiva sobre el BS, mientras que la influencia de las medidas objetivas de la salud es indirecta, no significativa y negativa (Anguas, 1997).

Stoller (1984) menciona que una posible explicación a la superioridad predictiva de la salud subjetiva es que las medidas elaboradas poseen componentes adicionales, como comparaciones cognoscitivas entre uno mismo y los coetáneos, mientras que las medidas de salud puramente objetivas no involucran tales comparaciones. George y Bearon (1980) sugieren que la salud subjetiva pudiera ser una medida de la salud mental como de salud física; consecuentemente, el estar satisfecho con el propio estado de salud también refleja la satisfacción con la vida en general, es decir, un estado de bienestar.

#### Vivienda y satisfacción con la vivienda

La satisfacción con la vivienda explica substancialmente más de la varianza del bienestar que las características propias de la vivienda (Michalos, 1986). Los estudios realizados dentro de esta área han sido agrupados en cuatro categorías según su ubicación: a) instituciones, b) rural, c) urbana, y d) mixta. Los resultados indican que la relación entre el bienestar y satisfacción con la vivienda en individuos institucionalizados es la más fuerte. Los coeficientes de correlación varían desde 0.35 al 0.61. En términos de varianza explicada, las contribuciones de la satisfacción con la vivienda varían desde un 3% hasta un 39% dependiendo del tipo de población (Kozma et al., 1991).

La relación entre las mediciones objetivas de la vivienda y el bienestar son mucho más pequeñas que las obtenidas a través de la satisfacción con la vivienda. Larson (1978) concluye que las medidas objetivas de la vivienda sólo explican del 1 al 4 % de varianza del bienestar. Otros investigadores han obtenido resultados similares, especialmente cuando los efectos de otras variables tales como salud, estado civil e ingreso son controlados (Lawton, Nahemow & Teaff, 1975; Liang & Warfel, 1983).

### Ingreso y satisfacción económica

Los coeficientes de asociación ( $r$  y  $B$ ) entre la satisfacción económica y el bienestar subjetivo varían desde un 0.10 a 0.65 con la mayoría de los valores ubicados entre 0.2 y 0.3. Estos valores indican una modesta relación positiva entre la satisfacción económica (con el ingreso) y el bienestar (Kozma & Stones, 1983). Parece existir muy poca diferencia por sexo entre la satisfacción con el ingreso y el bienestar (Liang, 1982).

En cuanto a la relación entre el ingreso y el bienestar subjetivo, ésta es pequeña pero estadísticamente significativa, en promedio el ingreso explica aproximadamente el 4% de la varianza en las puntuaciones del bienestar (Larson, 1978). Keith (1985) encontró que el nivel de ingreso explicaba el 2% de la varianza entre las puntuaciones de bienestar en los hombres, mientras que en las mujeres era de aproximadamente el 1%.

Según lo anterior, la satisfacción económica es mejor predictor del bienestar que el ingreso por sí mismo. Esta interpretación implica que la satisfacción con el ingreso esta determinada por influencias cognoscitivas tales como la comparación con otros (Diener, 1984). Liang, Kahana y Doherty (1980) identificaron un segundo mediador cognoscitivo en la relación ingreso/satisfacción económica, la cual denominaron "justicia distributiva" y la consideraron como la razón percibida entre beneficios (ingreso) y costos (la propia habilidad). El único coeficiente de regresión en la relación de justicia distributiva y satisfacción económica fue de 0.3, explicando una porción importante de la varianza en la satisfacción económica.

### Estado civil y satisfacción marital

Para algunos individuos el matrimonio ofrece mayores beneficios que el permanecer soltero ya que ofrece la compañía de alguien en quien se puede confiar, que además contribuirá probablemente al sostenimiento del hogar y que compartirá parte de su tiempo para realizar actividades sociales y físicas. La satisfacción marital se encuentra relacionada positivamente con el bienestar. Campbell, Converse y Rodgers (1976) encontraron que la satisfacción marital era el segundo predictor en importancia de la satisfacción con la vida. Guilford (1984) reportó que las correlaciones significativas entre bienestar y satisfacción marital explica aproximadamente del 1 al 13 % de la varianza en puntuaciones del bienestar.

### Estado civil y Bienestar Subjetivo

La contraparte objetiva de la satisfacción marital es el estado civil. El hecho de estar casado ha demostrado consistentemente una relación positiva con las medidas de bienestar en adultos (Diener, 1984; Larson, 1978). Sin embargo, los datos obtenidos indican que la relación entre estado civil y BS es pequeña y que en general carece de significancia estadística (Toseland & Rasch, 1980). Atchley (1975) y Morgan (1976) encontraron que cuando factores tales como ingreso, movilidad y frecuencia de interacción social estuvieron controlados, no hubo diferencia significativa en cuanto al bienestar subjetivo entre casados y solteros. Los resultados de diversos estudios demuestran que los niveles de bienestar son menores en personas viudas (Arens, 1982). Arens (1982) encontró que el menor de Bs en personas viudas era un reflejo de la edad avanzada, del deterioro de la salud y de una reducción de las interacciones sociales. Estos resultados sugieren que el efecto del estado civil sobre el BS es indirecto.

Cuando se compara la efectividad del estado civil y de la satisfacción marital al predecir el bienestar subjetivo, se reproduce el mismo patrón que para las otras satisfacciones. En una revisión de la literatura referente a la relación entre estado civil y bienestar, Larson (1978) estimó que el estado civil explicaba alrededor de un 3% de la varianza en el bienestar mientras que la satisfacción marital explicaba aproximadamente tres veces más de la varianza.

### Satisfacción laboral y estatus laboral

La satisfacción laboral ha sido estudiada de manera extensa en los adultos jóvenes (Rice, McFarlin, Hunt & Near, 1985; Steiner & Truxillo, 1987). Estos estudios han encontrado que tan solo el efecto de la satisfacción laboral explica más del 25% de la varianza en la satisfacción con la vida. Resultados similares han sido hallados en muestras de ancianos y en muestras que incluyeron tanto a jóvenes, adultos y ancianos (Andrews & Withey, 1974).

### Estatus de empleo y Bienestar Subjetivo

Comparada con la satisfacción laboral, la influencia el estatus de empleo sobre el bienestar es muy pequeña (0 a 1 %), por lo menos en ancianos (Larson, 1978). Un amplio número de investigaciones han encontrado que la satisfacción laboral está altamente relacionada con variables cognoscitivas, tales como aspiraciones, comparaciones con los empleos de otros, sentimientos de control sobre el empleo (Guttek, Allen, Tyler, Lau & Majchrzak, 1983), así como congruencia en el empleo (White & Spector, 1987). Ni las medidas objetivas como empleado/desempleado, ni características demográficas como sexo fueron predictores significativos de la satisfacción laboral.

### *Variables demográficas*

Generalmente se han encontrado relaciones débiles entre el bienestar y la edad, el sexo, raza, educación e ingreso. Aún tomadas en conjunto tales variables demográficas rara vez explican más del 10% de la varianza (Veenhoven, 1994). Davis (1984) encontró un mayor BS entre gente que experimentaba aumentos en sus ingresos, que estaba casada, que recibía apoyo social y que tenía mejor salud y/o educación. Los países más ricos tienden a mostrar más alto BS, aunque la relación es moderada y existen notables excepciones (Cantrill, 1967; Gallup, 1976). Los hombres se diferencian muy poco de las mujeres y la relación a través de grupos de edad es débil y depende de la escala en particular que se esté utilizando para medir el bienestar subjetivo (Herzog & Rodgers, 1981, 1986).

### Sexo y Bienestar Subjetivo

Existe muy poca evidencia que apoye que las diferencias en bienestar pudieran ser causadas por diferencias de sexo (Campbell et al., 1976) y cuando se han encontrado diferencias (Shichman & Cooper, 1984), éstas tienden a ser pequeñas (Diener, 1984). Más bien se ha encontrado que el sexo interactúa con variables tales como salud e ingreso en su relación con el bienestar subjetivo (Markides & Martin, 1979). Riddick (1985) encontró que los hombres tenían una correlación más alta entre salud, ingreso, empleo y satisfacción con la vida que las mujeres; sin embargo, las diferencias fueron muy pequeñas. Algunos estudios (Colette, 1984; Liang, 1982) no encontraron diferencias por sexo. Todo indica que el sexo es un predictor débil del bienestar subjetivo.

### Edad y Bienestar Subjetivo

Larson (1978) encontró una relación pequeña pero positiva (0 a 0.1) entre la edad y el bienestar subjetivo. Otras revisiones han encontrado también correlaciones orden cero y de primer orden cercanas al cero (Herzog & Rodgers, 1981). George, Okun y Landerman (1985) reportaron efectos interactivos de la edad, ellos encontraron que la edad moderna la relación de la satisfacción con la vida con un conjunto de variables predictoras tales como la salud, el apoyo social, estado civil e ingreso. Sus hallazgos específicos son los siguientes: las correlaciones entre la salud (medida a través de autorreportes) y la satisfacción con la vida fueron tres veces más grandes entre los jóvenes y los ancianos, con valores intermedios para los adultos. La variable apoyo social (tamaño de la red social) fue un predictor significativo de la satisfacción con la vida de los jóvenes solamente. Para el grupo de ancianos el ingreso fue el más importante, mientras que lo menos importante fue el estado civil.

Los efectos interactivos de la edad son muy importantes, dado que tienen implicaciones para el diseño de estrategias de intervención, las cuales diferirán por edades. Es decir, estrategias enfocadas a mejorar el bienestar entre los ancianos serían probablemente más exitosas si los esfuerzos se enfocaran a mejorar la salud en lugar de incrementar el tamaño de la red social, como sería en el caso de los jóvenes (Kozma et al., 1991).

### Educación y Bienestar Subjetivo

La investigación hecha acerca de la influencia de la educación sobre el bienestar subjetivo revela un importante efecto de orden cero ( $r = 0.24$ ) (Edwards & Klemmack, 1973); sin embargo, este efecto no es estadísticamente significativo al ser eliminadas algunas variables (Chatters, 1988; Palmore, 1979). La revisión hecha por Larson (1978) sugiere que el único efecto de la educación sobre el bienestar explica del 1 al 2 % de su varianza.

Los efectos de interacción han sido también reportados entre la educación y el sexo. Markides y Martin (1979) encontraron que la educación era un mejor predictor de la satisfacción con la vida para los hombres que para las mujeres (un efecto de primer orden de 0.375 vs 0.06 para hombres y mujeres, respectivamente). La razón para esta alta e inusual relación entre educación y BS para los hombres es poco clara (Kozma & Stones, 1991). Markides y Martin (1979) han atribuido este resultado a que en el caso de los hombres se le atribuye mayor importancia a la educación y a las oportunidades ocupacionales, o a que los resultados se deben al azar y que por lo tanto no pudieran ser replicados.

### *Involucramiento de actividades*

Junto con la salud, la actividad social ha recibido mucha más atención que cualquier otra variable en la predicción del bienestar subjetivo. Existen dos razones para explicar esto (Kozma et al., 1991): 1) Intuitivamente la actividad social es importante para los individuos, 2) La actividad social es un predictor complejo y multidimensional que puede ser analizado desde diferentes perspectivas.

Algunas de las dimensiones de la actividad social que han sido estudiadas son:

- 1) Diferencias en los contactos sociales entre la familia, los amigos y las organizaciones.
- 2) Aspectos cuantitativos de la actividad social, tales como el número de personas que conforman la red social y la frecuencia con la cual ocurre la actividad social.
- 3) Aspectos cualitativos de la actividad social, tales como intimidad y compañía.

En general, la investigación revela una relación débil entre la actividad social y el bienestar subjetivo. Okun, Stock, Haring y Witter (1984), a través de un meta-análisis de un total de 556 fuentes en las que se relacionaban la actividad social y el bienestar encontraron que la actividad social predecía entre un 1 y 8 % de la varianza del bienestar subjetivo. Esto es tan solo la mitad de la varianza explicada por la salud subjetiva. Relaciones de primer orden fueron más altas que las relaciones de orden cero, siendo que ambos valores iban de 0.12 a 0.28 y de 0.12 a 0.18, respectivamente. Este tipo de hallazgo es inusual y sugiere que mucho del efecto único de la actividad social sobre el bienestar subjetivo es suprimido por la correlación existente entre la actividad social y otras variables, tales como el estatus socio-económico. Al eliminar la influencia de estas variables supresoras, se incrementa la varianza compartida entre la actividad social y el bienestar subjetivo.

#### Contactos sociales con la familia, amigos y organizaciones

La mayor parte de las investigaciones que involucran los contactos sociales y el bienestar subjetivo puede ser dividida en dos clases: aquellos que estudian las actividades sociales formales tales como las interacciones con personas dentro de organizaciones de voluntariado o en el trabajo y las que se refieren a las actividades sociales informales, tales como las interacciones con la familia y los amigos. A pesar de algunas inconsistencias, los datos sugieren que tanto las actividades formales como las informales poseen una relación moderada pero estadísticamente significativa con el bienestar. Pareciera existir poca diferencia en cuanto al impacto de las actividades formales e informales sobre el bienestar subjetivo. Por ejemplo, Okun et al. (1984) calcularon que las relaciones de primer orden entre las actividades formales y el BS era de 0.25 mientras que para las actividades informales fue de 0.21.

Investigaciones más recientes se han centrado en las diferencias en el tipo de actividades sociales informales implicadas en la interacción social. Lee e Ishii-Kuntz (1988) compararon la actividad informal con la familia y el mismo tipo de actividad social con los amigos era más importante en cuanto a la reducción de la soledad y la mejora del bienestar subjetivo de los adultos que las interacciones con los vecinos.

Estudios cuantitativos de la actividad social han evaluado dos componentes de las interacciones sociales: su frecuencia (número de interacciones) y su amplitud (número de personas que pertenecen a la red social). Okun et al., (1984) encontraron que la amplitud de la interacción social era mejor predictor del BS que la frecuencia.

*Eventos estresantes de la vida*

Aunque la investigación sobre bienestar subjetivo y la de eventos críticos durante la vida representa dos campos de estudio independientes, cada uno de estos constructos desempeña un papel importante en cuanto al otro. Por un lado, las investigaciones sobre bienestar han usado frecuentemente eventos de la vida para manipular los niveles de bienestar, por ejemplo, al hacer que los sujetos se centren selectivamente en aquellos eventos positivos o negativos de sus vidas (Schwarz & Strack, 1991). Además, se ha demostrado repetidamente que el recuerdo de eventos positivos vs negativos depende de los niveles actuales de bienestar (Blaney, 1986; Bower, 1981).

En los estudios sobre eventos vitales es bastante común el interés acerca del bienestar, lo cual no es sorprendente desde que el deterioro del bienestar es frecuentemente asociado a aquellos elementos cruciales inherentes a los eventos críticos ocurridos durante la vida (Filipp & Klauer, 1991). Consecuentemente el re-establecimiento del bienestar en aquellas víctimas de sucesos críticos ha sido considerado como equivalente a un “enfrentamiento exitoso” en la mayoría de los estudios. Se ha dicho que los seres humanos poseen la habilidad única de mantener o recuperar altos niveles de bienestar aún ante los cambios más aversivos, como por ejemplo, la aparición de un cáncer o la muerte repentina de un hijo (Bulman & Wortman, 1977; Wortman & Silver, 1989). Una excelente ilustración de esta habilidad se encuentra en el estudio de Brickman, Coates y Janoff-Bulman (1978), quienes compararon los niveles de BS de una muestra de ganadores de lotería con una muestra de individuos con parálisis por accidente. A un año de haber sufrido el accidente, encontraron que los niveles de BS de las víctimas no eran tan diferentes de los de los ganadores de la lotería ni del grupo control.

Sin embargo, se sabe que las diferencias individuales en cuanto a los procesos de adaptación a los eventos críticos de la vida no pueden ser negados (Wirtz & Harrell, 1987). Es por eso que las diferencias en los niveles de BS debieran ser explicados tomando en cuenta los diferentes tipos de enfrentamiento así como las condiciones idóneas para un enfrentamiento exitoso (Filipp & Klauer, 1991).

La pregunta de cómo un evento dado puede ser enfrentado exitosamente y bajo que condiciones ha sido estudiado desde diferentes perspectivas (Kessler, Price & Wortman, 1985). Las características de un evento desencadenador han sido frecuentemente tomadas en consideración y se ha demostrado que el enfrentamiento y la adaptación a eventos adversos resultan influenciados por las características del propio evento (Reese & Smyer, 1983). En unión a lo anterior, variables de tipo personal y contextual

han sido investigadas en relación a su contribución al enfrentamiento exitoso y llegado el momento fueron subdivididas de acuerdo a su estabilidad.

Cuando se toma en consideración el contexto social, al parecer se adopta una perspectiva estática que se centra primordialmente en la integración social o en la densidad de la red social, mientras que la perspectiva dinámica dentro de las redes sociales se utiliza cuando se estudia el constructo de apoyo social. Este constructo ha sido investigado extensivamente a través de los estudios sobre procesos adaptativos.

El modelo estático del que se habla en el párrafo anterior se utiliza en el estudio del enfrentamiento exitoso cuando se le relaciona a factores personales. Mientras que las medidas tradicionales de personalidad no son consideradas importantes en la descripción del enfrentamiento exitoso (Taylor & Brown, 1988), existen otros constructos que presumiblemente reflejan disposiciones personales estables, por ejemplo la fortaleza (*hardiness*) (Kobasa, 1979), el aprendizaje de recursos (*learned resourcefulness*) (Rosebaum, 1983), el optimismo disposicional (Scheier & Carver, 1985) o la vulnerabilidad (Rabkin, 1982). En consecuencia, las diferencias individuales en estas disposiciones han estado relacionadas a las variaciones en los resultados adaptativos en diferentes estudios, aunque sin prestársele mucha importancia a la conducta de enfrentamiento o al proceso per se (Filipp & Klauer, 1991).

#### *Estudios de temperamento*

Es poco claro si las muestras de felicidad que la gente exhibe resultan de experiencias positivas a lo largo de la vida o de una tendencia innata a ver el mundo "color de rosa". La evidencia de estudios de temperamento ilustra que estilos emocionales característicos emergen de manera temprana y es probable que tengan una base biológica. Goldsmith y Campos (1986), por ejemplo, creen que algunas de las diferencias individuales más tempranas expresadas por los infantes son de naturaleza emocional. De acuerdo a los autores, las reacciones emocionales con base biológica emergen de manera temprana, son estables a través del tiempo y proveen bases sólidas para la construcción de dimensiones de personalidad adulta.

Kagan y sus colaboradores identificaron una manifestación específica del temperamento en niños inhibidos y desinhibidos. Kagan (1994) describe dos grupos de infantes que tenían estilos evitantes hacia eventos no familiares (niños inhibidos) o un estilo de aproximación (niños desinhibidos). Estos estilos emocionales eran supuestamente biológicos, resultado de diferentes excitaciones de la amígdala y sus proyecciones hacia el sistema motor, el cíngulo y la corteza frontal, el hipotálamo y el sistema nervioso simpático (Kagan, Snidman & Arcus, 1992). La Gasse, Gruber y Lipsitt (1989) fueron

capaces de predecir conductas inhibidas examinando niños recién nacidos de dos días con conductas de succión, sugiriendo que estas diferencias son biológicas y no resultan del medio ambiente. Los efectos de este estilo inhibido se observan en la edad temprana y persisten hasta cierto punto hasta el octavo año de edad. Kagan y Moss (1962) reportaron que la pena (una característica de niños inhibidos) exhibida en los primeros tres años de vida persiste hasta la edad adulta. Kagan hace énfasis que algunos niños inhibidos no permanecen inhibidos durante su infancia. Por lo tanto, eventos externos y estímulos medio-ambientales influyen en el desarrollo emocional más allá de los efectos del temperamento temprano.

Es poco claro hasta este punto qué determina el grado al cual los estilos emocionales biológicos son expresados y mantenidos a lo largo de la infancia. Aún más, no es claro si estos estilos emocionales corresponden a rasgos de personalidad en adultos. Rothbart y Ahadi (1994) notaron que muchas de las dimensiones temperamentales son similares a los rasgos adultos de personalidad, y luego Digman y Shmelyov (1996) demostraron similitudes entre temperamento infantil y dimensiones de personalidad adultas.

La existencia de estilos emocionales sugieren una tendencia innata a experimentar cantidades distintas de afecto agradable y desagradable. Evidencia adicional para la base biológica del bienestar viene de Davidson y Fox (1982) quienes investigaron con la asimetría de la corteza cerebral. Ellos mostraron que conductas temerosas exhibidas por infantes en una situación de laboratorio está ligada a las cantidades relativas de actividad cortical frontal izquierda versus la del lado derecho que los infantes mostraron antes de que comenzaran las pruebas. La asimetría frontal cerebral parece reflejar tanto estados emocionales actuales como una predisposición a experimentar ciertas emociones. La implicación de esta investigación es que los factores genéticos pueden llevar a diferencias en la reactividad de centros emocionales del cerebro; estas diferencias predisponen a la gente a experimentar mayores o menores niveles de emociones placenteras o desagradables. Estas diferencias posiblemente representan la predisposición fisiológica básica que permite experimentar mayores o menores niveles de bienestar subjetivo.

#### *Estudios de herencia*

Mucha más evidencia para la base biológica del bienestar subjetivo proviene de investigaciones sobre heredabilidad de rasgos de personalidad y bienestar. En un diseño bastante sofisticado, Tellegen et al. (1988) examinaron gemelos monocigóticos y heterocigotos que fueron criados juntos y otros que fueron criados por separado. Ya que los gemelos monocigóticos comparten la totalidad de la estructura genética, los efectos de los genes

sobre la personalidad pueden ser medidas a través de comparaciones de diferentes grupos de gemelos. Aún más, comparaciones entre gemelos criados juntos versus aquellos criados aparte permiten a los investigadores evaluar la importancia del medio ambiente familiar temprano, así como delinear directrices e hipótesis alternativas acerca de estudios con gemelos monocigotos o heterocigotos. Tellegen y sus colaboradores encontraron que aún cuando gemelos monocigotos crezcan en hogares separados, muestran niveles similares de bienestar (medido a través del MPQ –Multidimensional Personality Questionnaire), mientras que gemelos heterocigotos que fueron criados en el mismo hogar fueron en general menos parecidos. Gemelos que fueron criados juntos no fueron notablemente más parecidos que aquellos que crecieron separados. Tellegen y compañía estimaron que la genética aporta cerca del 40 % de la varianza en emocionalidad placentera, 55 % de la varianza en emocionalidad desagradable, y 48 % de la varianza del bienestar.

Estudios de gemelos como el ya descrito también ilustran un punto importante acerca de la separabilidad de emociones placenteras y no-placenteras: estudios de herencia sugieren que estas tendencias emocionales surgen de diferentes genes con patrones diferentes de herencia. Tellegen et al. (1988) reportan que los efectos genéticos de afecto negativo son, en su mayoría, aditivos. Esto implica que a mayor cantidad de genes compartidos entre la gente, mayor probabilidad de que presenten niveles similares de afecto negativo. El afecto positivo, por otro lado, parece tener un componente no-aditivo. Esto último se refiere a las secuencias comunes de genes necesarios para que un fenotipo similar ocurra. La interacción entre estos genes parece resultar en afecto positivo. Por ende, gemelos idénticos pueden experimentar cantidades similares de afecto positivo ya que tienen exactamente la misma secuencia de genes, mientras que gemelos que tienen muchos de los mismos genes (aunque no exactamente las mismas secuencias) pueden no ser similares en el afecto que experimentan.

La importancia de los estudios de herencia para el bienestar subjetivo es doble. Primero, tal como otros estudios que utilizan auto-reportes, es difícil explicar los resultados a través de explicaciones alternativas que involucren artefactos de escala de respuesta. Es altamente improbable que gemelos monocigotos criados aparte tengan puntajes similares de bienestar tan sólo porque existen tendencias en la manera en que contestan un cuestionario. Segundo, los estudios de herencia señalan los efectos biológicos sustanciales sobre el bienestar. Aunque el grado en el cual los genes tienen influencia sobre el bienestar varía debido a la metodología, los efectos son encontrados de manera consistente. Además, estudios de heredabilidad sugieren que los afectos positivo y negativo se generan de diferentes genes, tal como ponen en evidencia los diferentes patrones de herencia. El afecto

positivo es también más probable que sea influenciado por el ambiente familiar compartido (Baker et al., 1992), tal vez debido al componente de sociabilidad de afecto positivo y su inherente interacción con el medio ambiente. Lykken y Tellegen (1996) estiman que cuando medidas repetidas de bienestar son utilizadas, los genes dan cuenta de 80 % de la varianza estable en reportes a largo plazo de bienestar subjetivo.

Los estudios de herencia sugieren que existen diferencias en el bienestar subjetivo consistentes y estables que son, hasta cierto punto, heredados. Estudios de adopción y estudios de gemelos muestran que el bienestar de adultos es en parte heredado. Infantes y adultos muestran típicas reacciones emocionales que persisten a través del tiempo y en diferentes situaciones. Sin embargo, a pesar de la evidencia ya aportada, queda una pregunta por resolver: ¿Qué características de personalidad están relacionadas al bienestar subjetivo y por qué?

#### *Atributos cardinales de personalidad (Los Tres Grandes y los Cinco Grandes) y Bienestar Subjetivo*

Uno de los objetivos principales de la psicología de la personalidad ha sido el identificar grandes dimensiones de personalidad que puedan ser utilizadas para describir y predecir respuestas características de las personas y sus conductas. Esta tarea ha sido explorada desde una variedad de perspectivas teóricas, por lo que existe una amplia gama de puntos de vista que abordan la estructura básica de personalidad.

Eysenck (1967, 1981) cree que la personalidad adulta resulta de la variación a lo largo de tres dimensiones biológicas básicas: extroversión, neuroticismo y psicoticismo. Los individuos con altos puntajes en extroversión son característicamente sociables, asertivos, vivaces y andan en búsqueda de sensaciones; individuos altos en neuroticismo se caracterizan por ser ansiosos, deprimidos, emocionales y con poca autoestima; finalmente, individuos altos en psicoticismo son agresivos, antisociales, egocéntricos y creativos (Eysenck, 1986). De acuerdo a este modelo de “los tres grandes” de Eysenck, todas las variaciones en la personalidad adulta pueden ser expresadas por distintas ubicaciones dentro de estas tres dimensiones.

Mientras que Eysenck originalmente derivó su modelo a partir de análisis factoriales de respuestas a ítems de diferentes cuestionarios y a partir de esto postuló el proceso psico-fisiológico responsable de sus tres grandes dimensiones, Gray (1981) desarrolló un modelo de personalidad en el cual los procesos psic-fisiológicos son centrales. De acuerdo a Gray, las dimensiones de Eysenck de extroversión y neuroticismo son variantes rotativas de dimensiones subyacentes de impulsividad y ansiedad. Gray cree que estas dos dimensiones representan las dimensiones fundamentales de

personalidad porque corresponden a dos sistemas neurológicos independientes. Gray postula que el Sistema de Activación Conductual (*Behavioral Activation System* -BAS, por sus siglas en inglés) es sensible a señales de recompensa y no-castigo y corresponde a la dimensión de impulsividad, mientras que el Sistema de Inhibición Conductual (*Behavioral Inhibition System* –BIS, por sus siglas en inglés) es sensible a señales de castigo y no-recompensa y corresponde a la dimensión de ansiedad. La dimensión de extroversión de Eysenck, de acuerdo a Gray, es resultado de la relativa fuerza de los SAC y SIC –individuos que son sensibles a las señales de recompensa (alto SAC) son extrovertidos, mientras que aquellos que son sensibles a señales de castigo (alto SIC) son introvertidos. Se cree que el neuroticismo es un indicador de la emocionalidad global del individuo causada por la fuerza sumada del SAC y del SIC.

Aunque los modelos de Eysenck y Gray difieren, las dimensiones primarias que cada uno propone están teóricamente relacionadas a dimensiones emocionales de afecto positivo o negativo. Tal como ya se mencionó, la descripción de Eysenck del individuo extrovertido incluye adjetivos emocionales tales como “activo”, “asertivo” y “vivaz”, y su descripción del individuo neurótico incluye adjetivos como “ansioso” y “deprimido”. Las dimensiones de Eysenck son teóricamente independientes, y uno puede tener alto grado de ambos. Este individuo sería considerado altamente emocional, pues experimentaría afecto positivo o negativo en gran cantidad. La figura 3 muestra las diferentes combinaciones de extroversión y neuroticismo y los nombres griegos para los cuatro tipos de personalidad que resultan de la combinación de afecto agradable y desagradable. Gray propone que el SAC es responsable por la producción de afecto positivo, mientras que el SIC es responsable por el afecto negativo.

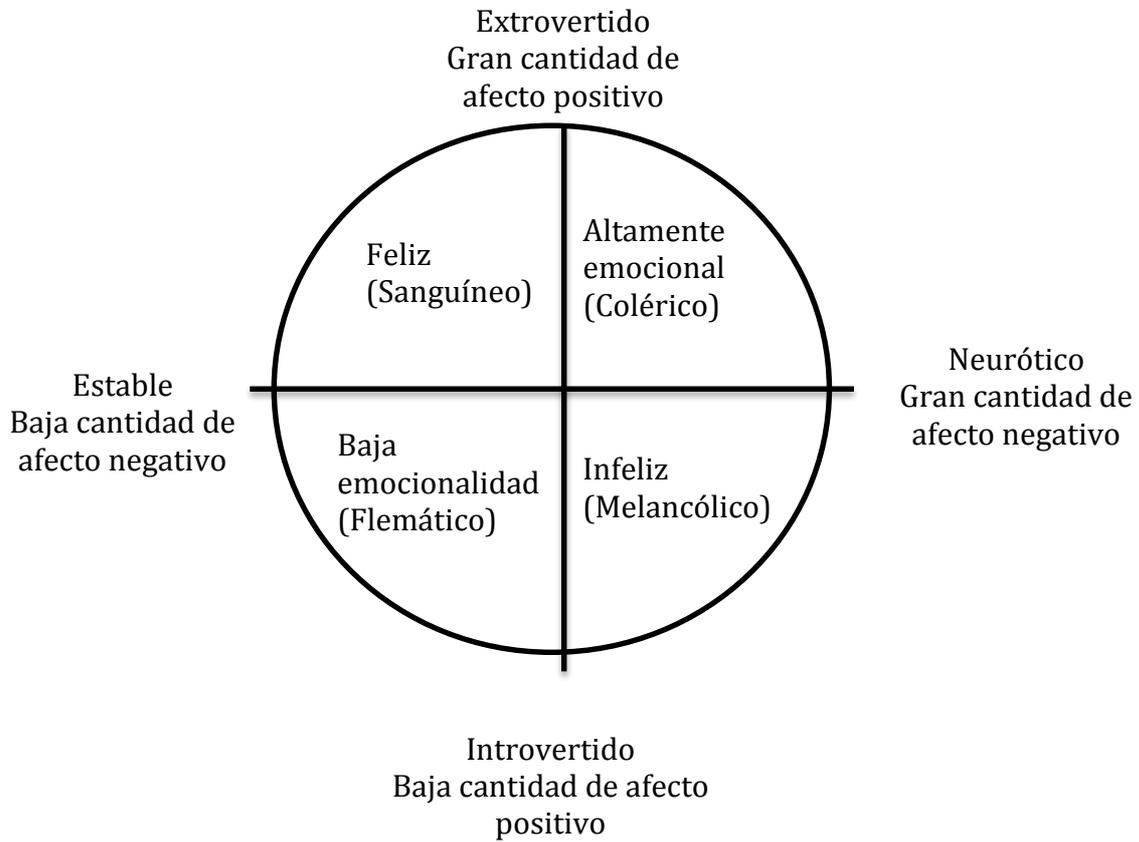


Figura 3. Las dimensiones de extroversión y neuroticismo del modelo de personalidad de Eysenck

Tellegen (1985) enfatizó el vínculo entre personalidad y afecto en su propio modelo de personalidad. Sus análisis factoriales sobre ítems del CMP (*Multidimensional Personality Questionnaire* –MPQ, por sus siglas en inglés) arrojaron tres factores de segundo orden, dos de los cuales están explícitamente ligados al afecto positivo y negativo. El primer factor, emoción positiva, está asociado con el bienestar subjetivo que mide el CMP, la potencia social y escalas de logro. El segundo factor, emoción negativa, está asociado a medidas del CMP de reacción al estrés, alienación y escalas de agresión. Aunque estas dimensiones están relacionadas a las dimensiones de Eysenck de extroversión y neuroticismo, respectivamente, Tellegen cree que están más íntimamente ligadas a la rotación descrita en el modelo SAC-SIC de Gray.

Además de los modelos ya descritos de Eysenck, Gray y Tellegen, gente interesada en personalidad ha enfocado su atención en el modelo de cinco factores de personalidad. Teóricos de “los cinco grandes” empezaron con un enfoque léxico en la identificación de la personalidad, hipotetizando que los rasgos que son útiles al describir la conducta humana están codificados en el lenguaje, y que mientras más importante sea un rasgo, mayor cantidad de palabras para describirlo habrá. Al identificar la estructura de los descriptores de la personalidad, los investigadores supuestamente pueden descubrir la estructura de la personalidad en sí misma. Los resultados de este esfuerzo han sido muy similares a través de diferentes culturas y a través de diferentes métodos de medición (los cinco factores generalmente explican la mayor parte de la varianza junto con descriptores de personalidad) (Digman, 1990).

Aunque los cinco factores reciben diferentes nombres en diferentes modelos, la estructura de cada uno permanece constante (John, 1990). Costa y McCrae (1992) los llamaron extroversión, agradabilidad, consciencia, neuroticismo y amplitud a la experiencia. Los factores 1 y 4 asemejan los constructos propuestos por Eysenck, Gray y Tellegen.

No es sorprendente que sean los factores de extroversión y neuroticismo los que han sido más fuertemente ligados a emoción y afecto. Bradburn (1969) encontró que la sociabilidad (componente de la extroversión) estaba relacionado al afecto positivo pero no al negativo. Costa y McCrae (1980) extendieron este hallazgo a las concepciones modernas de cinco factores de personalidad al mostrar que la extroversión se relaciona con afecto negativo, mientras que el neuroticismo se relaciona al afecto negativo. En base a estos resultados, Costa y McCrae postularon un modelo en el cual la extroversión y el neuroticismo influenciaban diferencialmente al afecto positivo y al negativo, lo que en conjunto conforma la felicidad.

Las relaciones entre personalidad y afecto han sido replicados con métodos aún más sofisticados. Diener et al. (1992), por ejemplo, encontraron que la

extroversión predecía BS en una muestra probabilística de norte-americanos. Fujita (1991) encontró que la correlación entre extroversión y afecto positivo era de 0.8 cuando metodología latente de rasgos era utilizada para controlar el error de medición, de manera que neuroticismo y afecto negativo no eran identificables. Tellegen (1985) encontró que este factor de orden superior de emocionalidad positiva correlacionaba con afecto positivo y que el orden superior de emoción negativa correlacionaba con afecto negativo dentro del rango de 0.4 a 0.5.

La hipótesis alternativa de que estos correlatos se deben a influencias de humor sobre los instrumentos de personalidad se puede descartar al utilizar estudios longitudinales de los efectos de personalidad sobre el humor. Costa y McCrae (1980) encontraron que la extroversión predice afecto positivo y que el neuroticismo predice afecto negativo en un periodo de 10 años. Resultados similares fueron hallados por Headey y Wearing (1992) en otro estudio longitudinal. Magnus y Diener (1991) encontraron que puntajes de extroversión y neuroticismo pueden predecir satisfacción con la vida en un periodo de 4 años.

Los rasgos de personalidad de los “Cinco Grandes” tales como extroversión y neuroticismo tienen un vínculo teórico con las emociones y afecto y de manera consistente correlacionan dentro de un patrón estable con afecto positivo, negativo y satisfacción con la vida. Aunque estas relaciones son consistentes y suficientemente fuertes, examinar la relación entre Bienestar Subjetivo y los Cinco Grandes solamente sería inadecuado. Algunos estudios (p.e. Block, 1995; Pervin, 1994) aún cuestionan la validez y utilidad de los Cinco Grandes, por lo que se han propuesto modelos alternativos de personalidad.

### *Personalidad*

Muchos investigadores han encontrado que el bienestar subjetivo (afecto positivo) tiende a relacionarse positivamente con medidas de extroversión, interés por otros, involucramiento social activo, optimismo y autoestima y que está menos relacionado con el neuroticismo. En contraste, el afecto negativo tiende a relacionarse con neuroticismo y con bajos niveles de competencia personal y no con extroversión (Costa & McCrae, 1980; Emmons & Diener, 1985). Costa y McCrae (1980) encontraron que los rasgos de personalidad extroversión y neuroticismo están significativamente relacionados con los niveles de felicidad reportados diez años después. Nadie pone en duda que el BS no es un rasgo de personalidad; sin embargo este hallazgo sugiere que ciertas variables rasgo son componentes del BS o están casualmente relacionadas con él.

El locus de control ha demostrado estar relacionado con el bienestar de acuerdo a los hallazgos de varios estudios (Baker, 1977; Brandt, 1980;

Fletcher, 1982). En éstos, se encontró que el locus de control interno está relacionado positivamente con el bienestar. Diener (1984) y Kozma y Stones (1978) han señalado que el locus de control externo también está relacionado positivamente con el bienestar subjetivo y concluyeron que las diferencias entre los resultados pudieran estar asociadas a otras diferencias en cuanto a las características de la población donde el control percibido pudiera estar relacionado positivamente con el bienestar en muestras normales de la comunidad, pero relacionado negativamente con muestras de personas institucionalizadas.

Como se ha visto, la mayoría de las teorías existentes sobre el bienestar son sumatorias ponderadas. Estas teorías se basan en el supuesto de que para ocasionar un cambio en la percepción del bienestar hay que identificar sus correlatos y actuar sobre ellos y modificarlos. De aquí la trascendencia de conocer cuáles son estos correlatos y determinar su importancia, siendo el porcentaje de varianza explicada uno de los índices más utilizados. Además, cuando se habla de la elaboración de instrumentos de medición, el conocimiento de estos correlatos, así como de sus características, es determinante en el éxito de la construcción de un instrumento que sea psicométricamente válido.

#### *Calidad de vida y Bienestar Subjetivo*

Fernández Ballesteros (1998 en Arita, Romano, García & del Refugio, 2005) plantea dos principales posturas en cuanto a la definición del concepto de calidad de vida: la primera sostiene que ésta se refiere a la percepción *subjetiva* del individuo sobre determinadas condiciones de su vida; la segunda, que el concepto debe incluir tanto condiciones subjetivas (evaluaciones del sujeto en diferentes condiciones de vida) como objetivas (condiciones independientes del sujeto).

Siguiendo esta última postura, Arita et al. (2005) mencionan que la distribución de riqueza como indicador del nivel de vida se centra en la distribución de la renta entre los principales factores de producción y asume diferentes formas: sueldos y salarios, rentas de propiedad, intereses y beneficios, etc. En México, fue a partir de finales de los años ochenta que el estudio de las condiciones sociales y su relación con el bienestar subjetivo fue realizado en gran medida a través del ingreso percibido, tomando la satisfacción y la felicidad como indicadores del bienestar subjetivo (Fuentes & Rojas, 2001 en Arita et al., 2005). Según Arita et al. (2005), el bienestar subjetivo incluye una amplitud de fenómenos que pueden categorizarse en respuestas emocionales, diferentes dimensiones de satisfacción con la vida y juicios globales acerca de ellos. También es posible referirlos a características sociodemográficas que se vinculan con el proceso de percepción de la vida del individuo.

En México, Arita et al. (2005) realizaron un estudio con el fin de describir niveles y relaciones entre las condiciones objetivas de la vida y el bienestar subjetivo, incluyendo variables sociodemográficas en el análisis. Utilizando un cuestionario sobre datos sociodemográficos (edad, sexo, nivel educativo, miembros trabajadores activos en la familia, ingreso, entre otros), la Escala de Vida como un Todo (*Life as a Whole Index*, Andrews & Withey, 1979), y el Índice Australiano de Bienestar (*Australian Unity Wellbeing Index*, Cummins et al., 2002) encontraron una tendencia de aumento en el nivel de satisfacción con la vida conforme crece el nivel educativo, así como una ligera tendencia de acrecimiento conforme aumenta la edad de las personas.

Esta misma investigación confirma que no existen, tal como lo indican otros investigadores (Leelakilthanit & Day, 1992 en Arita et al., 2005), diferencias sustanciales entre hombres y mujeres en diferentes áreas de la vida, aún cuando en México, Rojas (2003 en Arita et al., 2005) haya encontrado que en promedio las mujeres manifiestan un nivel de bienestar subjetivo ligeramente superior al de los hombres.

Rojas (2003 en Arita et al., 2005) reporta también que en México existe una tendencia descendente del bienestar subjetivo conforme aumenta la edad de las personas. Arita et al. (2005) confirma lo anterior y mencionan que puede deberse a que en países desarrollados el bienestar acrece con la edad “al contar su población con un nivel de vida sostenido que da seguridad a la mayoría de sus ciudadanos, lo que no sucede en México”.

Arita et al. (2005) encontraron resultados de correlaciones donde el ingreso, la evaluación de las condiciones de vida, los logros y la situación económica correlacionan significativamente con la vida y la cantidad de felicidad sentida. De acuerdo a las autoras, al haber trabajado con una población de estrato bajo (las condiciones materiales de vida no son las mejores), las cuestiones relacionadas con aspectos económico pesan mucho y se vuelven fundamentales en relación al bienestar subjetivo. De acuerdo a Cummins (2000 en Arita et al., 2005), los indicadores objetivos y subjetivos de la calidad de vida son independientes; sin embargo, sus grados de dependencia incrementan cuando las condiciones objetivas de la vida son pobres o muy pobres, situación que sucede en el caso de México.

#### *Capacidad, bienestar subjetivo y calidad de vida*

Según Arita (2005), la búsqueda del bienestar de la población sirve como guía para definir la política social de los países; de aquí que la política del bienestar social (conocido también como *welfare*) defina el estado del bienestar en relación a un sistema de asistencia social donde se postula la satisfacción de necesidades, bajo la consideración de las condiciones de vida, buscando

propiciar el desarrollo social y el cambio cualitativo en la valoración de la vida que la población realiza.

A raíz de esta perspectiva, algunos (Nussbaum & Sen, 1998 en Arita, 2005) definen el bienestar relacionado con la condición de la persona y se alejan de una concepción utilitarista del bienestar, haciendo uso del concepto de *capacidad* (Sen, 1998 en Arita, 2005) con relación al desarrollo humano y la calidad de vida. En resumen, este enfoque se centra en la mejoría de las condiciones de vida de las personas. Es importante considerar el plano subjetivo de este enfoque: las personas evalúan las capacidades que creen tener para afrontar la vida y la satisfacción y felicidad sentida.

Veenhoven (1998 en Arita, 2005) plantea la clasificación de la calidad de vida considerando la habitabilidad como calidad del entorno, la capacidad para la vida como calidad de acción y la plenitud como calidad del resultado. La “calidad del entorno” (parte objetiva de la calidad de vida) se relaciona con las condiciones externas *necesarias* para una buena vida; la “calidad del resultado” (parte subjetiva de la calidad de vida) se centra en y describe los productos de la vida como disfrute de ésta; y la “calidad de la acción” permite la integración de los dos significados anteriores a través del señalamiento que se hace de la capacidad que tiene la gente para enfrentarse a la vida.

El desarrollo personal es mediado por las propias necesidades del individuo, sus aspiraciones, expectativas y libertad que le permita su situación ante la vida. Este proceso de desarrollo va creando expectativas y necesidades que dirigen al individuo a un desarrollo de habilidades que lo capacitan física, intelectual y emocionalmente para funcionar en sociedad. Estas capacidades pueden ser objetivas o subjetivas. La parte objetiva se explica haciendo referencia a la capacidad material que el ingreso monetario proporciona para la satisfacción de necesidades (Boltvinik, 1992 en Arita, 2005) y a la capacidad física (salud) del individuo (Bowling, 1994 en Arita, 2005); mientras que la parte subjetiva se explica mediante las capacidades intelectuales que la socialización y la educación proporcionan (Suárez et al., 2001 en Arita, 2005), así como las capacidades emotivas de adaptación a los retos del medio en el que se vive.

Las capacidades de adaptación o afrontamiento a la vida son referidas por De la Herran y Arita (2003 en Arita, 2005) como “capacidades que el sujeto cree tener para enfrentar los retos de la vida” (salud, educación, estatus social, seguridad ante la vida, trabajo, participación política, cultura). Estas capacidades le permiten al individuo funcionar en la vida, y dirigen al individuo dándole seguridad para elaborar expectativas y metas para su existencia. De acuerdo a Sen (1998 en Arita, 2005), esto pone de manifiesto las capacidades (físicas, intelectuales y emocionales) del individuo.

### *Bienestar Subjetivo y creencias religiosas*

De acuerdo a Colón-Bacó (2010), algunos estudios sobre vida religiosa han encontrado un efecto positivo de ésta sobre el Bienestar Subjetivo; sin embargo, no existe acuerdo en cuanto a qué tanto y por qué la religión aumenta el bienestar de las personas.

De acuerdo al mismo autor (Colón-Bacó, 2010), las ideas religiosas son un componente clave de la vida religiosa. Sin las ideas (creencias) religiosas, la vida religiosa no es diferente a cualquier otro estilo de vida; sin embargo, es el sentido religioso lo que da significado, motivación y ayuda a los creyentes a sobrellevar eventos traumáticos (Pargament, 2002 en Colón-Bacó, 2010). Por esta razón, la religión no puede ser estudiada meramente como un facilitador de apoyo social, sino que debe tomarse en cuenta que posee aspectos que la distinguen de otros procesos sociales humanos.

La religión influye el BS a través de diferentes maneras (Ellison, 1991; Frey & Stutzer, 2002 en Colón-Bacó, 2010): otorga un sentido de pertenencia y provee de una fuente de apoyo social; da significado a la vida de las personas y otorga un propósito en la vida; y, la religión alienta a las personas a llevar estilos de vida más saludables. Es claro entonces que la vida religiosa es compleja y que influye de diferentes maneras el BS de las personas, razón por la cual diferentes estudios empíricos han medido los efectos de los aspectos sociales de la religión.

Un estudio de Colón-Bacó (2010) tomó en cuenta la frecuencia de oraciones religiosas como variable influyente del BS. De acuerdo a este autor, la frecuencia de oración revela qué vida religiosa es parte de la vida de una persona. Según la literatura pertinente, otras medidas que influyen en el BS son la “confianza en la existencia de Dios” y la frecuencia con la que los creyentes ponen en duda sus creencias religiosas.

La creencia en Dios ha sido positivamente relacionada con el BS de las personas en una gran cantidad de estudios sobre el tema. Una de las maneras más reconocidas de cómo la vida religiosa influye el BS es la asistencia a servicios religiosos: la asistencia a servicios religiosos provee a los individuos una fuente de apoyo social. La comunidad religiosa entonces provee a la persona un sentido de comunión con otros y un sentido de pertenecimiento que es útil cuando las personas atraviesan situaciones difíciles (Frey & Stutzer, 2002 en Colón-Bacó, 2010).

La religión también provee un conjunto de significados y valores para “el ordenamiento e interpretación de los eventos humanos” (Frey & Stutzer, 2002 en Colón-Bacó, 2010). En otras palabras, individuos con fuertes creencias religiosas poseen la habilidad de extraer significados relevantes de la rutina y

vida diaria. Es por esto que la religión dota a los individuos de una habilidad aumentada de sobrellevar situaciones estresantes. De acuerdo a Frey y Stutzer (2002 en Colón-Bacó, 2010), un evento traumático puede ser superado si es atribuido a la voluntad de Dios”.

Ferriss (2000 en Colón-Bacó, 2010) reporta investigaciones en las que se ha encontrado que miembros de comunidades religiosas tienden a mostrar un estado de salud por encima del promedio. Él explica que miembros de comunidades religiosas fuman y beben menos y son sexualmente menos promiscuos que personas no-religiosas, de lo cual se observa que la persona religiosa promedio podría vivir más tiempo y de manera más saludable que otra persona promedio. Este mismo autor menciona que si las organizaciones religiosas crecen lo suficiente, sus valores pueden permear a la sociedad, y siguiendo el principio ya explicado de “más larga y mejor vida”, podría suponerse que estas comunidades presenten mejores índices de calidad de vida entre sus miembros.

Tomando información de la Encuesta Social General (*General Social Survey-GSS*) de los años 1983, 1988, 1989, 1990, 1993 y 1994, Colón-Bacó (2010) realizó una investigación en la que demostró la influencia de la frecuencia de oración y la asistencia a servicios religiosos sobre el BS. Este autor encontró que la vida religiosa está ligada al BS de manera positiva y que gran parte de esta relación puede ser explicada por la fortaleza de las creencias. Este hallazgo complementa la ya establecida explicación de que la vida religiosa de una persona puede dar cuenta del bienestar de ésta. Colón-Bacó menciona que por sí solas, las variables de creencias religiosas, asistencia a servicios religiosos y la cantidad de interacción social derivada de esta vida religiosa no dan cuenta por sí solas de la influencia sobre el BS de las personas; pero es la combinación de variables (dejando de lado una perspectiva reduccionista) lo que da una explicación mas viable al cómo una persona puede ser más o menos feliz a partir de su vida religiosa.

Entender la manera en que la religión influye el Bienestar Subjetivo, ayuda a determinar las maneras en que aumentamos nuestro bienestar como individuos. Si la religión fuera sólo un facilitador social, los estudios se enfocarían en alcanzar relaciones sociales de otras maneras y no necesariamente mediante la religión o prácticas religiosas; sin embargo, dado que las creencias religiosas han demostrado ser un aspecto importante de la relación entre BS-religión, la religión debe ser reconocida como un factor único que influye el BS de las personas.

*Conflicto marital y bienestar subjetivo*

Los desacuerdos son parte natural de una relación marital. La investigación ha demostrado que a pesar de que los conflictos frecuentes no son necesariamente dañinos y perjudiciales siempre y cuando las parejas manejen el conflicto de manera positiva y sean capaces de resolverlo. Una solución saludable de los conflictos es crucial para la calidad marital (Bodenmann, 2001 en Siffert & Schwarz, 2011). La investigación relacionada al bienestar indica que las interacciones sociales son uno de los mejores determinantes de bienestar físico y psicológico (Diener, Scollon, & Lucas, 2003 en Siffert & Schwarz, 2011).

Caprara y Steca (2006 en Siffert & Schwarz, 2011) distinguen entre las dimensiones afectiva (afecto positivo y negativo, también conocido como “balance hedónico”) y cognoscitiva (pensamiento positivo sobre la satisfacción con la vida, autoestima y optimismo).

Dentro del estudio de las conductas conflictivas negativas, los estilos de demanda y retiro pueden ser fácilmente identificados. La demanda de pareja es típicamente conceptualizada como conductas caracterizadas por crítica, acoso, y exigencia de demandas hacia la pareja. En contraste, el retiro se identifica como la evitación de confrontación y un constante silencio (Eldridge, Sevier, Jones, Atkins, & Christensen, 2007 en Siffert & Schwarz, 2011). Estos estilos existen como diada, con cada una de las partes de una pareja asumiendo uno de los estilos. Algunos autores indican que la conducta de demanda/retiro está asociada con el conflicto marital (Eldridge et al., 2007; Kurdek, 1995 en Siffert & Schwarz, 2011). Otros estudios han demostrado que el conflicto marital está relacionado con menores niveles de satisfacción con la vida y bienestar subjetivo global (Diener et al., 1999; Uebelacker et al., 2003 en Siffert & Schwarz, 2011).

En un estudio con familias suecas, Siffert y Schwarz (2011) midieron conductas de demanda/retiro, satisfacción marital y bienestar subjetivo, considerando dentro de las medidas de bienestar subjetivo la autoestima. Utilizando ecuaciones estructurales para la evaluación de su modelo, encontraron que el modelo de conflicto individual ajusta mejor que cuando se utiliza el patrón de demanda/retiro. Los resultados de los autores indican que la demanda está directamente relacionada con el bienestar de los hombres. Los efectos principales de los hallazgos de los autores indican que la demanda de la mujer está asociada con el bienestar de los hombres. Estos resultados son congruentes con los de Marchand y Hock (2003 en Siffert & Schwarz, 2011), quienes indican que mientras más se involucren las mujeres en conflictos, el bienestar de los hombres será menor. Dichos resultados pueden explicarse a partir de la teoría de perspectivas diferentes individuales (Christensen &

Heavey, 1990 en Siffert & Schwarz, 2011), la cual argumenta que la mayoría de los hombres desean autonomía, a la par de tener que lidiar con las críticas por parte de la esposa y los reclamos que reciben por parte de ellas.

Siffert y Schwarz (2011) encontraron también una asociación negativa entre las demandas de los hombres y su propio bienestar. Mientras más demandantes o criticones se vuelven los hombres, su bienestar disminuye. Una posible explicación es que dicha conducta de demanda es atípica en los hombres dado su deseo de independencia. Por lo tanto, los hombres tratan de evitar discusiones y comúnmente asumen el rol de evitación. Como consecuencia, el asumir el rol demandante es más estresante para ellos.

A continuación, se presentan una serie de constructos psicológicos que servirán como base fundamental para los propósitos de este estudio, por lo que no sólo se revisará la literatura relativa a cada constructo sino su relación específica con el bienestar subjetivo.

### **Premisas Histórico Socio Culturales**

Como ya se vio, en la conducta humana influyen la cultura social y los estímulos de carácter psicológico, los cuales mueven al individuo y en su conjunto representan el marco para la comprensión de su conducta. Desde un punto de vista biológico, el ser humano es igual en todo el mundo, pero al entrar en contacto con componentes como la familia y la sociedad, se adquieren una serie de valores, costumbres e ideas que están presentes en el trayecto de vida de cada individuo (Rodríguez Serrano, 2005), que interactúan constantemente, dictan y modifican la conducta de un individuo dado.

La cultura se define como una parte del medio ambiente creada por el ser humano (Herskovits, 1955). Kroeber y Kluckhohn (1952) definen la cultura como patrones explícitos e implícitos de comportamiento adquirido y transmitido por símbolos como logro distintivo de los grupos humanos, que además consiste en ideas tradicionales y valores seleccionados históricamente. Para Triandis (1994), éstas son suposiciones implícitas, procedimientos normales de operación, de formas de hacer las cosas que han sido internalizadas al grado que nadie las pone en tela de juicio. La cultura es considerado el marco fundamental y motor del comportamiento humano (Díaz Guerrero, 1972), de manera que forma valores, normas, reglas, axiomas, creencias, ideas y sentimientos de un grupo en una sociedad (Reyes-Lagunes, 2008).

Los dichos, proverbios y afirmaciones arrancados de la sabiduría popular de México reciben el nombre de Premisas Históricas y Socioculturales (PHSC's) (Díaz Guerrero, 1967) y con ellas, y con el lenguaje natural de las personas, se forman escalas para medir el grado de alianza de los grupos de los individuos a tales premisas. Como ya se mencionó, la sociocultura y su sistema de PHSC's norman los "dónde, cuándo, cómo y con quién" de la conducta de un individuo. Entonces, una premisa sociocultural puede verse como una afirmación, simple o compleja, que parece proveer las bases para la lógica específica de los grupos entro de un marco cultural. Es decir, cuando los miembros de un grupo cualquiera piensan, su pensar parte de estas afirmaciones propiamente llamadas premisas; que cuando sienten, su forma de sentir podría ser predicha a partir de estas premisas; y que cuando actúan, instrumentarán con acciones estas premisas o sus conclusiones a menos que una fuerza más poderosa interna o externa interfiera (Díaz Guerrero, 1967).

Se cree que las PHSC's son aprendidas como tales; esto es, como afirmaciones de las figuras autorizadas y significativas del contexto sociocultural. Predominantemente estas figuras son los padres, pero las PHSC son reforzadas también por casi todos los adultos de un grupo sociocultural,

por los hermanos y las hermanas mayores, por instituciones sociales y educativas, religiosas o gubernamentales, etc. (Díaz Guerrero, 1967, 2003).

En cuanto a las funciones de las PHSC's, éstas equipan a los individuos para una más fácil comunicación interpersonal, de grupo, social y nacional. Son un requisito indispensable para la vida en sociedad, pues son las bases para la comunicación comprensible entre los humanos. Son las unidades esenciales de la realidad interpersonal, es decir, las unidades esenciales de una realidad humana comprensible al grupo, y generalmente comprensible en forma total sólo para el grupo dado. Forjan las bases más importantes para la creación de la realidad interpersonal y de grupo.

Originalmente, Díaz Guerrero mencionaba que las PHSC's guían los sentimientos, ideas, jerarquías, roles a seguir, reglas de interacción, etc., y consideraba que a mayor acuerdo con dichas premisas, habría mayores niveles de neurosis. Díaz (1987) complementa diciendo que el desencadenamiento de un problema psicopatológico dependerá del tipo específico de evento cotidiano de carácter afiliativo.

Veenhoven (2005) afirma que la felicidad y lo que se entiende por ésta (sentirse bien, estar satisfecho, ser feliz) cambia de cultura a cultura. Él mismo reporta (Veenhoven, 2012) a través de la Base Mundial de Felicidad (WDH por sus siglas en inglés) que la felicidad promedio cambia de país a país (WDH, 2008).

Tov y Diener (2009) mencionan que diferentes culturas varían en los correlatos que ésta tiene con el bienestar subjetivo. De acuerdo a los autores, las variaciones culturales marcan diferencia en los niveles de satisfacción y llegan a ser predictoras de niveles de bienestar. Según otros autores (Diener & Diener, 1995; Suh, Diener & Updegraff, 2008; Triandis, 1997), la distinción entre culturas colectivistas e individualistas determina la manera en que algunos fenómenos psicológicos correlacionan con diferentes niveles de bienestar subjetivo.

Para Pozos (2012), el continuo de cultura-contracultura afecta niveles de felicidad de las personas, particularmente de aquéllas en una relación de pareja. De acuerdo a este mismo autor, un posible choque entre el "querer ser" cultural y el "deber ser" puede estar afectando los niveles de felicidad de las personas. Asimismo, algunos estudios socioculturales mencionan que la cultura suele exigir a hombres y mujeres ciertos roles (Díaz Loving, Rocha & Rivera, 2007). Estos papeles, considerados tradicionales, determinan la expresión de ciertos factores de felicidad y bienestar de tal manera que si una persona va en contra de los mandatos culturales puede generarle infelicidad y desaprobación social.

### **Rasgos de género: Instrumentalidad y Expresividad (Masculinidad-Feminidad)**

Desde el nacimiento, el género de las personas tiene una relación estrecha con el desarrollo físico, social y emocional (Díaz Loving & Rocha Sánchez, 2008). Tanto niños como adultos agrupan de manera selectiva la información que es congruente con su identidad sexual. Prácticamente desde la infancia se desarrollan no sólo expectativas, sino también preferencias y conductas que responden a los patrones socioculturales normativos. De acuerdo a Erickson (1968), los roles de género se convierten en una tarea central del desarrollo de una persona.

De manera general, hacia los 3 años de edad los niños desarrollan una constancia de género (Campbell, 1993), esto es, hay cierta comprensión por parte de los niños de que el género es relativamente permanente, de manera que hombres y mujeres durante la infancia saben que el ser femenino (niñas) es diferente a ser masculino (niños) y que eso no puede variar, por lo que desarrollan una motivación interna por adquirir las características necesarias que les permitan ser competentes entre el sexo que les corresponde. Fernández (1996) menciona que esta tarea de *corresponder* continúa vigente a lo largo de toda la vida, atravesando diferentes etapas o estadios críticos. Entre los 7 y 11 años existe un proceso de flexibilidad-rigidez de género; en otras palabras, se le da mucha importancia a seguir los comportamientos estipulados por la sociedad en torno a lo masculino y lo femenino. Entre los 11 y 20 años existe un ajuste reflexivo por lo que la persona puede presentar una mayor diversificación de rasgos y comportamiento. Finalmente, entre los años 20 y 50 se espera que los jóvenes y adultos presenten una realización clara de los roles de género. Así, se espera que las personas se apeguen en mayor intensidad conforme crecen a una serie de cosmovisiones sobre lo masculino y lo femenino (Díaz Loving & Rocha Sánchez, 2008).

Los rasgos de género son una construcción conformada por todas aquellas expectativas y creencias populares sobre las actividades, los roles, las características y los atributos que distinguen a los hombres de las mujeres, producto de los estándares o estereotipos socialmente establecidos, adaptados y aceptados para cada entidad genérica (Rocha, 2004). Los rasgos de instrumentalidad y expresividad son dimensiones atributivas de la personalidad que son vistas como aspectos globales del autoconcepto de un hombre y una mujer y que se componen de características normativas para los géneros (Díaz Loving, Rivera & Rocha, 2004; Spence & Helmreich, 1978; Spence, 1993; Stoller, 1968).

La masculinidad y la feminidad son conceptos referentes a los atributos o rasgos de personalidad adscritos a hombres y mujeres. Dejando de lado la

parte biológica, se entiende a la masculinidad y feminidad como características que son consistentes en los individuos y que se vinculan al comportamiento similar en distintos escenarios. En un inicio, estos constructos fueron entendidos como puntos opuestos de un continuo, por lo que eran mutuamente contrapartes (Díaz Loving et al., 2007), así, la idea de que hombres y mujeres reforzó la concepción de masculinidad y feminidad como rasgos polares y unifactoriales (Bem, 1981; Spence, 1993). Esto implica que una persona podría poseer solamente una serie de atributos que estuvieran dentro de una dimensión, pero no en ambas (figura 4). Por consiguiente, el supuesto lógico era que los hombres eran firmes representantes de la “masculinidad” mientras que las mujeres eran representantes de la “feminidad”, y que eran completamente diferentes en conductas, características y actitudes.

Masculinidad ————— Feminidad

*Figura 4.* Masculinidad y feminidad como un continuo bipolar

Para 1991, la postura bipolar y unidimensional se modificó gracias a la idea de que atributos de personalidad masculinos y femeninos son independientes entre sí (Robinson, Shaver, & Wrightsman, 1991), lo que hace al fenómeno multidimensional y los principios de independencia permiten que ambas dimensiones coexistan en cierto grado en cada individuo independientemente de su sexo biológico. Sumado a esto, Hathaway y McKinley (1943) evidenciaron que las dimensiones de masculinidad y feminidad están asociadas a expectativas y condicionantes socioculturales, en donde la feminidad suele estar asociada con la sensibilidad y el idealismo mientras que la masculinidad se asocia a lo racional y lo realista.

Constantinople (1973), en una revisión a detalle de la masculinidad y feminidad, menciona que éstos son rasgos relativamente permanentes en las personas, que se dan en primera instancia por anatomía biológica y que después se van reforzando por diferentes experiencias. Lewin (1984) propone que la masculinidad y feminidad deben ser consideradas como aspectos relevantes del autoconcepto, lo que da la pauta de considerar la variabilidad individual vinculada al contenido específico de género en el autoconcepto de las personas. En otras palabras, que la masculinidad y la feminidad estarán vinculados a los significados culturalmente asociados a los géneros. En consecuencia, el campo de la masculinidad y la feminidad da la oportunidad de considerar al estudio de las diferencias culturales y sociales en la construcción de dichas percepciones.

Bem (1974) marcó una división importante al diseñar un instrumento que evaluaba las dimensiones de masculinidad-feminidad como independientes mediante su *Bem Sex Role Inventory-BSRI*. Con este trabajo apoyo la premisa de que las personas pueden ser masculinas en mayor o menor medida y pueden ser femeninas también en mayor o menor medida, mientras que otras personas pueden ser andróginas al poseer niveles balanceados de estas características. A partir de este trabajo, surgió una nueva visión de estas dimensiones, planteando la idea de que tanto hombres como mujeres, para ser “sanos” mentalmente, podrían presentar rasgos similares, a lo que se le otorgó el término de androginia.

De acuerdo a Díaz Loving et al. (2007), al considerar la masculinidad, la feminidad y la androginia, se dio la necesidad de considerar un grupo no contemplado previamente. A partir de la incorporación de la media teórica se formaron entonces cuatro grupos: masculinos, femeninos, andróginos e indiferenciados, 4 combinaciones que no sólo permiten identificar a aquellas personas con características masculinas y femeninas en altos niveles, sino también a aquellos con puntajes por debajo de la media teórica en ambas dimensiones, a quienes se les otorgó el nombre de indiferenciados.

		Masculino	
		+	-
Femenino	+	Andrógino	Femenino
	-	Masculino	Indiferenciado

Nota: (+) representa un puntaje por encima de la media teórica, (-) representa un puntaje por debajo de la media teórica

Figura 5. Modelo dualístico de la masculinidad y feminidad

La masculinidad y feminidad como parte de un proceso de identidad está indudablemente ligado al contexto sociocultural, y en cada grupo o sociedad se desarrolla un significado particular vinculado al hecho de ser hombre o ser mujer que matiza la identidad de las personas. En otras palabras: los rasgos de masculinidad y feminidad son eminentemente normativos. Por ende, las transformaciones sociales ligadas a los roles de hombres y mujeres en la sociedad favorecen el cuestionamiento de los roles tradicionales que recubren las percepciones individuales de pertenencia a uno u otro género.

En un principio, masculinidad y feminidad fueron entendidos como puntos opuestos de un continuo, por lo que se presentaban como contrapartes (Medina, 2007). Sin embargo, la postura bipolar y unidimensional cambió eventualmente a la idea de que son atributos de personalidad independientes (Díaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007), por lo que pueden co-existir en cada individuo independientemente de si se es hombre o mujer, es decir, independientemente del sexo de la persona. Las diferencias en las atribuciones y rasgos asignados a cada sexo se extrapolan a que cada uno pertenezca a mundos diferentes y complementarios, y es a partir de aquí que surgen los estereotipos de género (Jayme & Sau, 2004). Estos estereotipos son creencias exageradas asociadas a cada sexo, que indican cómo debe comportarse cada uno.

La masculinidad según el estereotipo dominante se asocia al logro, la competitividad, la autonomía, el dominio, la racionalidad, la eficiencia y la resistencia o aguante, mientras que la feminidad abarca aspectos como la sumisión, la dependencia, la afectividad y las características ligadas al rol reproductivo y de cuidado (Díaz Loving et al., 2007; Heilbrun, 1981). Las personas pueden ser femeninas, masculinas o bien indiferenciadas o andróginas (Bem, 1981), lo cual implica que las personas pueden presentar un alto grado de estereotipamiento y rigidez alrededor de su género comportándose de manera sumamente tradicional o bien pueden alejarse de dichos parámetros.

La cultura sufre transformaciones y por ende impacta y modifica la forma en la cual se integran y conforman los diferentes estereotipos incluyendo los que se vinculan con la instrumentalidad (conjunto de características ligadas a la masculinidad que refieren la competitividad, independencia y orientación al logro), así como las que se vinculan con la expresividad (características relacionadas con la feminidad y que involucran la expresión de afectos, el cuidado de otro y la dependencia afectiva). La transformación de la cultura implica la posibilidad de que las personas manifiesten una mayor diversidad en la combinación de estas características. Sumado a esto, cada etapa de la vida conlleva una serie de modificaciones sobre el significado social que tiene el individuo en función de su género (Fernández, 1996; Galambos, Almeida & Petersen, 1990; Ussher, 1991).

El rasgo de género se refiere al conjunto de expectativas y comportamientos asociados al hecho de pertenecer al grupo de hombres o de mujeres (Rocha, 2000). Este rasgo involucra una serie de actividades normativas a desempeñar en función de la posición que se ocupe. De acuerdo a Stoller (1968) la masculinidad y feminidad son vistas como aspectos globales del auto-concepto de un hombre y una mujer, o un *verdadero* hombre y una *verdadera* mujer. Esto es, un individuo con una identificación de género establecida incorpora en

su sentido de sí mismo una serie de creencias que involucran las conductas apropiadas para cada sexo, características de personalidad, habilidades cognitivas, físicas y apariencia física, forma de hablar, movimiento corporal, conducta sexual, etc., aspectos que en conjunto responden al mundo de lo instrumental vs. lo expresivo. En este mismo sentido, Spence (1993) refiere a la masculinidad y a la feminidad como ropaje de la identidad, pensando en que las personas que se definan como hombre o como mujer incorporarán una serie de características que obedecen a estas dimensiones y que ayudan a la confirmación de que se pertenece a uno u otro género.

#### Instrumentalidad, expresividad y salud mental

En lo que se refiere al tema de rasgos de género, conviene recordar lo que Rocha (2000) menciona, que según los estereotipos existentes la masculinidad está relacionada con la autonomía, el dominio, orientación al logro, resistencia y racionalidad mientras que la feminidad está relacionada con la sumisión, la expresividad, el socorro, el afecto y la adhesión. Estos estereotipos se manifiestan claramente en los roles que culturalmente los padres desempeñan dentro de la familia, siendo el padre el prototipo del rol instrumental y masculino, quien toma las decisiones en la familia, controla las actividades de los hijos, establece reglas, provee económicamente, entre otras, en tanto la madre ejerce el rol expresivo, es la encargada de atender a cada miembro de la familia, es quien debe satisfacer nutricionales y emocionales de la familia, es la encargada de las labores hogareñas y el cuidado personal de los demás miembros. Para Bendezú (1998) los estereotipos de género se refieren a las actitudes y comportamientos que “tradicionalmente” se esperan en mujeres y hombres, en la idea de que estos les corresponden de manera más o menos exclusiva por naturaleza.

La perspectiva de género en el abordaje de problemas de salud es un campo de investigación relativamente reciente y todavía poco explorado (Guibert, Prendes, Gonzalez, & Valdés, 1999). Sin embargo, conforme aparecen trabajos en el enfoque de género, se afianza la idea acerca del significado que la sociedad confiere al hecho de ser hombre y mujer, y cómo esto influye diferencialmente en la salud de las poblaciones al originar comportamientos y actitudes que determinan diferentes grados de riesgo.

La literatura científica ha señalado diferenciales empíricos entre hombres y mujeres en relación con necesidades especiales de atención, riesgos específicos e atención ligados a actividades difundidas como masculinas o femeninas, percepciones de enfermedad, conductas de búsqueda de atención, y grado de acceso y de control ejercidos por las personas sobre los recursos básicos para la protección de la salud.

Las investigaciones muestran que las diferencias socialmente construidas entre hombres y mujeres en cuanto a sus roles y responsabilidades, estatus y poder, interactúan con las diferencias biológicas y contribuyen a diferencias en la naturaleza de la salud mental ante los problemas de la vida cotidiana. De acuerdo a la OMS (2002), un amplio número de estudios proveen evidencia de que diferencias de género contribuyen significativamente en la prevalencia de depresión y desórdenes de ansiedad, falta de autoestima y otros trastornos sitúan a las mujeres como la población vulnerable.

Según Afifi (2007), rara vez el componente biológico (sexo) determina por sí solo las consecuencias a la salud. Determinantes sociales (que incluyen al género) interactúan para exacerbar puntos biológicos vulnerables. Astbury (2006 en Afifi, 2007) encontró que las diferencias por género en los desórdenes mentales van más allá de diferencias en los índices de frecuencia de ocurrencia de uno u otro trastorno. De acuerdo a algunos autores (Hawton, Rodham, Evans, & Weatherall, 2002; Parker & Roy, 2001), durante la adolescencia, las mujeres tienen una mayor prevalencia de depresión y desórdenes alimenticios, y también se involucran más en conductas suicidas en comparación a los varones. Durante la etapa adulta, las mujeres presentan mayor cantidad de trastornos afectivos, mientras que los hombres se involucran en mayor cantidad de abuso de sustancias (Linzer, Spitzer, Kroenke et al., 1996).

Dado que el sexo y el género interactúan con otros determinantes sociales, el esfuerzo de las mujeres debido a la cantidad de roles que llevan es consecuencia de la diferencia en la sensibilidad de cada uno de los géneros ante eventos estresantes en la vida. Las mujeres tienen mayor probabilidad de caer en estados depresivos o ansiosos dado que juegan papeles que implican niños, casa y reproducción, y que no involucran tanto actividades financieras, trabajo y otras actividades (Nazroo, 2001).

De acuerdo a Dalgard et al. (2006), las mujeres son en general más vulnerables a eventos negativos de vida que los hombres. Sin embargo, mujeres que carecen de apoyo social, que están expuestas a ciertos eventos estresantes de vida son más vulnerables que hombres que no tienen apoyo social. Dalgard et al. (2006) indican que los niveles de depresión de las mujeres no se explican por diferencias de género, cantidad de apoyo social o vulnerabilidad. Por otro lado, el rol de los factores de personalidad y las diferencias de género ha sido estudiado por Goodwin y Gotlib (2004), quienes encontraron que los niveles de neuroticismo, el cual es significativamente más alto en las mujeres, puede moderar la asociación entre el género femenino y un elevado riesgo de depresión en etapas adultas de la vida.

Simonds y Whiffen (2003) encontraron que las mujeres son más propensas a ser diagnosticadas con algún tipo de ansiedad que los hombres. Encontraron que la proporción de mujeres que experimentan ansiedad por sí sola o ansiedad en combinación con depresión tiende a ser mayor que en los hombres, lo que concuerda con lo dicho por Silverstein (2002).

En México, de acuerdo a Rocha (2008), cuando se pretende analizar y entender los patrones diferenciales de malestar o bienestar, se alude a múltiples factores involucrados entre los que se encuentran, entre muchos otros, al hecho de pertenecer a uno u otro sexo. Se ha sugerido que en la medida en la cual una persona realiza diferentes roles, ésta obtiene más beneficios, particularmente en torno a su bienestar emocional y psicológico (Barnett, 1998). En el caso de las mujeres, se ha aludido al hecho de que conforme enfrentan cambios, se involucran en más roles, lo que se asocia a una mayor salud emocional en comparación con mujeres que se mantienen en un solo rol (sobretudo si se trata del estereotipo femenino) (Moen, Robinson, & Dempster, 1995).

Rocha (2008) reporta hallazgos en los que por una parte la permanencia en rasgos, roles y actitudes tradicionales conlleva tanto a hombres como mujeres a la experiencia de cierto malestar que se ve reflejado en el tipo de estados anímicos reportados. Sin embargo, ante la adopción de roles y rasgos no convencionales ni estereotipados también se hace presente este malestar. Es posible que aunque hombres y mujeres experimenten mayor bienestar general cuando incorporan actividades y rasgos no tradicionales, algunos de éstos conllevan a un estado anímico de malestar.

El estudio de Rocha (2008) destaca que aparentemente sigue existiendo una presión social fuerte en torno a que hombres y mujeres realicen actividades altamente estereotipadas. Las actividades y rasgos asociados “tradicionalmente” a cada género conllevan un significado positivo o negativo que facilita el hecho de que ante ciertos roles o características ambos sexos experimenten malestar, tal como otros autores lo han señalado (Moen et al., 1995). En este sentido, aún si un rol es parte de un estereotipo, dados los cambios sociales e ideológicos actuales, es factible que ambos géneros contrasten los beneficios y costos de un rol de esta naturaleza, por lo que en este sentido las connotaciones afectivas de los estereotipos resultan relevantes como consideración ante la posibilidad de que las personas “híbridas” en cuestión de rol de género no experimenten malestar.

### **Locus de control**

Para La Rosa (1986), el problema del control no se encuentra sólo en la inmensa cantidad de literatura existente sino en las múltiples implicaciones a nivel personal que uno se enfrenta todos los días con dicho problema: ser capaz de obtener algo, ser capaz de alcanzar una meta, evitar una catástrofe, disminuir la incidencia de un evento, etcétera. Relacionada al problema del control está la noción del esfuerzo, es decir, la medida en que una persona asocia una recompensa al comportamiento o características personales o, al contrario, si percibe la recompensa como dependientes de fuerzas ajenas.

El locus de control (LC) es un constructo cognoscitivo de personalidad que se relaciona a muchos aspectos del funcionamiento interpersonal. Rotter (1966) lo define como el grado en el que los individuos creen que el resultado de los eventos en su vida es atribuible a sus propias acciones o a agentes externos a él. Así, individuos con orientación interna creen que los resultados de los eventos de su vida están en función de sus habilidades, creencias, destrezas y atributos; mientras que individuos con orientación externa ven el control fuera de su persona, en las manos del destino, suerte, otras personas e incluso instituciones sociales.

El locus de control originalmente surge de la teoría del aprendizaje social, dado que la probabilidad de ocurrencia de un comportamiento está en función directa de la expectativa de que el comportamiento será seguido por un determinado reforzamiento. Para Rotter (1975), la percepción de control está basada en la contingencia “perfecta” entre el comportamiento y el resultado, y en base a la diferencia de la percepción de la contingencia de reforzamiento, Rotter desarrolló los conceptos de control interno y externo que ya fueron descritos.

#### **Locus de control externo**

Consecuencias que escapan el control personal  
Determinadas por el “azar”  
No dependen del trabajo, esfuerzo personal u otras decisiones

#### **Locus de control Interno**

Consecuencias dentro del propio control  
Determinadas por el trabajo duro, atributos o decisiones personales

*Figura 6.* Locus de control interno versus locus de control externo

Rotter (1966) plantea el constructo de locus de control como unidimensional, en el que los polos del continuo representan por un lado la máxima internalidad y la máxima externalidad. A partir de sus supuestos, Rotter construyó una escala de 29 reactivos totales para medir el foco de control, y dicha escala fue después utilizada para correlacionar la internalidad-externalidad del locus de control con otras variables (e.g. autoestima; ver Morrison & Morrison, 1979).

Otras de las características de personas con un locus de control interno son, por ejemplo: se asume el control de las decisiones y las personas tratan de llevar dichas decisiones a cabo, por lo que suelen optar por la predicción de sucesos; esto es, entre más acertada sea la posibilidad de que los sucesos sean predecibles más será el control que una persona con locus de control interno demuestre sobre su conducta (Nehemia, Giora, & Yechiela, 1992). Al atribuir sus logros a su propio esfuerzo y habilidad para obtener el éxito, personas con un locus de control interno también atribuyen sus fracasos a ellos mismos, y experimentan culpa y vergüenza más intensamente que personas con un locus externo (Gómez & Valdés, 1994). Rotter (1966) menciona que personas con control interno obtienen información del medio útil para su desempeño diario, tratan de modificar al medio ambiente a su favor y se resisten a ser manipulados.

Lefcourt (1984) afirma que individuos con un locus de control externo consideran que la casualidad resolverá sus problemas, por lo que estas personas suelen ser menos productivas y receptivas, contrario a personas con locus de control interno, quienes suelen estar más atentas a toda la información que puedan obtener en miras a conductas futuras, por lo que están más preocupadas por posibles fracasos o errores. Personas con un locus de control externo son más fácilmente manipulables, su aprendizaje es menos intencional y tienen menor funcionamiento académico.

A pesar de los supuestos de unidimensionalidad, hallazgos de multidimensionalidad fueron también por Levenson (1973, 1974, 1981). Levenson, por su parte, a diferencia de Rotter, obtuvo tres dimensiones: la de control interno, la de azar (suerte) y la de otros poderosos. El control interno mide la creencia que uno tiene de que puede controlar su propia vida (por ejemplo, mediante sus acciones), otros poderosos asume que las personas tienen el poder y por ende el control (sentir que su vida está controlada por gente con poder, por ejemplo), mientras que el azar mide el grado en que el control está relacionado con la percepción azarosa (que las cosas dependan de la suerte que se tiene).

En México, La Rosa (1985) aplicó la escala de I-E de Rotter y los resultados no favorecieron la posición teórica de unidimensionalidad. La Rosa (1985) aplicó

entonces las escalas de Levenson y halló evidencia empírica para las tres dimensiones de Levenson con buenos índices de consistencia interna, a pesar de que los reactivos cargaron en dimensiones distintas a las originales y que surgió la existencia de un nuevo factor.

También en México, Díaz Loving y Andrade Palos (1984) construyeron una escala de locus de control para niños mexicanos. Los autores mencionan que se trata de una escala multidimensional para niños y niñas del Distrito Federal. Las dimensiones encontradas por los autores son: subescala fatalista (situaciones en las cuales el niño considera que no puede hacer nada para controlar su medio ambiente), subescala afectiva (situaciones en las que el niño modifica su medio ambiente a través de sus relaciones afectivas con quienes le rodean), y subescala instrumental (situaciones en las que el niño trata de hacer algo por corregir lo que quiere o modificar directamente el medio ambiente). La relevancia de esta escala está en haber sido construida en la cultura mexicana y para la cultura mexicana.

Una explicación de la multidimensionalidad del locus de control puede estar basada en diferencias culturales, donde la ideología juega un papel importante, ya que la percepción de las conductas que un individuo puede controlar estará determinada por las normas que rigen dicha sociedad; por lo tanto, se esperaría que las premisas socioculturales dictaminaran parámetros del locus de control (Andrade, 1984).

Otras escalas de locus de control han sido elaboradas para evaluar el foco de control respecto a otras variables. Wallston y Wallston (1981) evaluaron el foco de control con respecto a la salud, Reid y Ziegler (1981) midieron las creencias de personas mayores respecto a su habilidad para controlar refuerzos que consideran importantes, Lefcourt, Von Baeyer, Ware y Cox (1979) construyeron escalas de locus de control para los más diferentes objetivos, Paulhus y Christie (1981) trabajaron con eficacia personal, control interpersonal y control sociopolítico, Worrel y Tumilty (1981) trabajaron conductas de beber, por mencionar sólo algunos trabajos.

La importancia del locus de control radica en que una persona puede anticipar una situación dada de acuerdo a las expectativas generales que ha formado de acuerdo a experiencias previas de reforzamiento, lo que puede moldear toda su gama de conductas. Dichas expectativas generalizadas pueden provocar diferencias en las características de la conducta, y si se toman en cuenta la categorización cultural de conductas y las diferencias individuales, condiciones específicas podrían variar en términos de atribución de una persona a otra (Eisenberg, 1994). Para Palomar y Valdés (2004), la percepción personal de control puede no depender exclusivamente de la contingencia comportamiento-

resultado, sino que puede involucrar factores cognoscitivos, motivacionales y existenciales.

Según Andrade (1984), son varias las investigaciones que demuestran que la percepción de una situación como controlada por la suerte, el destino o el poder de otros influye en la predicción de diferencias conductuales, en comparación con situaciones en las que el individuo siente que el reforzamiento es controlado por su propia conducta (e.g. Rotter & Mulry, 1965; Phares, 1971). Estos estudios muestran diferencias entre individuos etiquetados como externos e internos en características como: el valor que otorgan a la misma recompensa, el tiempo que tardan en tomar una decisión, la atracción por el éxito y evitación del fracaso, la reducción del valor del reforzamiento y la reacción a una amenaza. Estas diferencias están relacionadas con la forma en que los individuos enfrentan su medio ambiente, por lo que se asume que individuos orientados internamente confiarán más en sus habilidades y sentirán que son capaces de modificar situaciones en el medio ambiente; mientras que individuos orientados externamente confiarán más en la suerte, el destino o poder de otros.

Varios estudios sugieren que existen diferencias por sexo en cuanto a puntuaciones obtenidas en locus de control interno vs externo (McGhee & Crandall, 1968). Los resultados muestran que generalmente las mujeres obtienen puntajes más altos en externalidad que los hombres, lo que parece explicarse por sesgos de rol sexual, quedando de manifiesto sobre todo en respuestas a preguntas que reflejan conductas estereotípicamente masculinas y femeninas. Sin embargo, comparaciones de las dos estructuras factoriales (hombres y mujeres) muestran que surgen factores similares para hombres y mujeres, siendo la diferencia principal el orden de los reactivos (Chandler & Dugovics, 1977), por lo que en esencia el contenido del locus de control es el mismo para hombres y para mujeres.

El vínculo entre LC y BS está ampliamente documentado. Algunas investigaciones vinculan locus de control externo con niveles mayores de estrés psicológico (Holder & Levi, 1988) y vulnerabilidad a la depresión (Ganellen & Blaney, 1984). Otros estudios corroboran lo anterior mostrando que en culturas que fomentan una alta percepción de control externo existen mayores índices de suicidio (Marks, 1998). Por el contrario, Carrim, Basson & Coetzee (2006), mencionan que un locus de control interno está asociado con mayores niveles de felicidad, menores tasas de ausentismo laboral y mayor involucramiento en actividades diarias. Otras investigaciones (Marks, 1988; Torun & April, 2006) proponen que el extremo del locus de control externo, se encuentra típicamente asociado a bajos niveles de bienestar global (evaluación conjunta de afecto y satisfacción) y se vincula a su vez con mayores índices de depresión e indefensión, incapacidad aprendida (Connolly, 1980) y pérdida de

esperanza (Minkoff, Bergman, Beck & Beck, 1973). Inclusive, April, Dharani y Peters (2012) reportan un estudio en el que los participantes expresaron verbalmente su sentir, declarando que su falta de satisfacción y sentimientos de inadecuación dependían de causas ajenas a ellos.

### **Autoestima**

Desde la perspectiva de la psicología social, el concepto de “autoestima” puede rastrearse hasta 1965, cuando Rosenberg plantea que la autoestima es esencial para el ser humano por las siguientes razones: implica el desarrollo de patrones, define el establecimiento de comparaciones entre los individuos y define la comprensión de quién es uno como persona (Mruk, 1998). En otras palabras, la autoestima es la evaluación que el individuo efectúa y mantiene en referencia a sí mismo (Rosenberg, 1965).

Años después, Coopersmith (1967) menciona que la autoestima es la evaluación que el individuo mantiene en referencia a sí mismo, y expresa una actitud de aprobación o desaprobación, lo cual refleja la medida en la que el individuo se  *Cree* capaz, significativo, con éxito y meritorio. Esta definición de Coopersmith aporta un componente importante: el merecimiento. Para Mruk (1998), este componente permite que la evaluación del propio mérito o del valor como ser humano sea medible y observable en sus manifestaciones.

En México, Fajardo (1999) identificó 6 factores constantes a lo largo de diferentes definiciones del constructo: el evaluativo, afectivo, cognoscitivo, conductual, social y contextual. El componente evaluativo indica los juicios valorativos que una persona hace respecto a sí misma; el afectivo hace referencia a sentimientos y emociones resultantes de dichas evaluaciones; el cognoscitivo remite a las operaciones y procesos psicológicos involucrados; el conductual se relaciona con las competencias y habilidades percibidas por las personas; el social refiere a la retroalimentación recibida por parte de personas significativas; y el contextual se refiere al conjunto de creencias, normas y valores que prevalecen en el entorno social del individuo.

En cuanto al componente afectivo, Pope, McHale y Craighead (1988) mencionan que la autoestima está basada en la combinación de la información objetiva sobre uno mismo y en la evaluación subjetiva de dicha información. Para los autores la autoestima sería entonces la diferencia entre la percepción de uno mismo y el ideal de uno mismo (aquello que a la persona le gustaría ser). Mayor diferencia entre uno y otro punto indicarían baja autoestima, y por el contrario, menor diferencia indicaría alta autoestima.

De acuerdo a Pope et al. (1988) una persona que satisface sus necesidades sociales se sentirá bien consigo misma. Van Tuiren y Ramanaiah (1979) afirman que la autoestima se relaciona con la manera en que una persona se

adapta en su interacción social con la gente en general. Oubrayne, Léonardis y Safont (1994) proponen que la autoestima es un proceso de juicios positivos y/o negativos de un individuo con respecto a su desempeño, capacidades y atributos, lo que proporciona identidad personal y fundamentos de su autoimagen. Para Oñate (1989) la autoestima es la satisfacción personal de un individuo consigo mismo a partir de la eficacia de su propio funcionamiento y una actitud de aprobación a partir de esto. Serafino y Amstrong (1988) dicen que cualquier evaluación del individuo se da en base a la conciencia de los valores que posee su sociedad.

La autoestima es el concepto que tenemos de nosotros, la forma en que nos evaluamos. Para Greenwald y Breckler (1985) la autoestima es la expectativa de éxito en actividades importantes para uno. Demo (1985) menciona que consiste en sentirse bien, agradable con uno mismo, ser simpático para la gente y recibir un buen trato, pensar que se tiene éxito y considerarse capaz de dirigir e influir en los demás sin que eso nos preocupe. Snyder y Fromkin (1980) afirman que la autoestima se relaciona con la singularidad o unicidad. Sostienen también que apreciamos ser distintos a los demás en algunos aspectos.

En México, Reyes (1998) sugiere que el autoconcepto es una estructura mental conformada por todas las características que el individuo se atribuye a sí mismo producto de la interacción e influencia que el sujeto tiene y recibe por parte de los grupos en los que se desenvuelve. Reyes, liga el constructo del autoconcepto con la autoestima y afirma que esta última consiste en qué tanto el individuo está a gusto con esa estructura mental que tiene sobre sí mismo. En otras palabras, es una autoevaluación que expresa una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta dónde una persona se siente capaz, significativo, exitoso y valioso (Montt & Ulloa, 1998). En resumen, la autoestima es el componente evaluativo de la personalidad, en términos de qué tanto le gusta a uno cómo se describe (Reyes & Hernández, 1998).

De acuerdo a González-Arratia (2011), la autoestima es una estructura cognoscitiva de experiencia evaluativa real e ideal que el individuo hace de sí mismo, condicionada socialmente en su formación y expresión, lo que implica una evaluación tanto interna como externa del yo; interna a partir del valor que le atribuimos a nuestro yo y externa en tanto al valor que creemos que otros nos dan.

Algunas investigaciones han vinculado la autoestima con la satisfacción con la vida y el ajuste escolar (Martínez, Buelga, & Cava, 2007), con el consumo de tabaco y alcohol (Armendáriz, Rodríguez & Guzmán, 2008), reputación social (Moreno, Estévez, Murgui & Musitu, 2009) y estrés (Ancer, Meza, Pompa, Torres & Landero, 2011). En relación a la depresión, algunos estudios han

revelado que la autoestima baja contribuye a elevar los niveles de depresión (Guido, Hade, & Berganza, 1996).

Jirojanakul et al. (2003) han mencionado que cuando se trata de investigación realizada con niños y adolescentes, poco se ha hecho al respecto, a diferencia de la enorme cantidad de investigación llevada a cabo en adultos. Sin embargo, existen numerosas justificaciones del por qué las investigaciones en grupos de edades tempranas son importantes: se piensa que la edad de la adolescencia representa el futuro de la sociedad, por lo que su bienestar podría ser relevante dado que puede fomentar conductas resilientes y otras conductas de cuidado (Burt, 2002).

Investigaciones realizadas en adolescentes han identificado un número significativo de factores asociados al bienestar global de la persona. Estos factores incluyen variables sociodemográficas, variables de personalidad, confianza, autoestima, eventos de vida y rendimiento académico, entre otros. Cabe destacar que los rasgos de personalidad han demostrado ser factores protectores de psicopatología adolescente (McDonald & O'Hara, 2003). McGee y Williams (2000) han demostrado que la autoestima, por ejemplo, predice en niveles bajos significativamente problemas alimenticios, ideación suicida, y abuso de sustancias.

En cuanto a la asociación entre el bienestar global de las personas y la autoestima, la teoría de emociones positivas de "Amplía-y-construye" (Fredrickson, 2001) ofrece una explicación al respecto. Fredrickson propone que emociones positivas amplían los repertorios momentáneos de pensamiento-acción. Dichos repertorios sirven para construir los recursos personales de supervivencia, los cuales van desde recursos intelectuales a físicos, hasta psicológico o sociales. Fredrickson teoriza que emociones positivas alimentan y construyen la resiliencia psicológica y mejoran el bienestar emocional por medio de pensamiento creativo y flexible que promueve la adaptación y capacidad de sobrellevar eventos de vida, ampliando a su vez los focos de atención y procesamiento cognoscitivo. En el caso de la autoestima, se ha sugerido que ésta puede influenciar el comportamiento humano en situaciones específicas, eventos de vida, relaciones sociales, búsqueda de metas y motivación (Robins, Tracy & Trzesniewski, 2001).

Bosson, Swann y Pennebaker (2000) evaluaron medidas implícitas de autoestima y encontraron poca correlación de dichas medidas con otras. Las relaciones fueron pobres, lo que pone en duda la utilidad de las medidas implícitas como medidas de autoestima. Bosson et al. (2000) examinaron también la utilidad y validez predictiva de medidas explícitas de autoestima y corroboraron lo que otros ya han encontrado: medidas explícitas de autoestima correlacionan con el bienestar subjetivo (alta satisfacción por la vida, altos

niveles de afecto positivo y bajos niveles de afecto negativo) (Diener & Diener, 1995). También, Bosson et al. (2000) predijeron que las medidas implícitas (preferencia por las iniciales, por ejemplo) serían predictores de afecto; encontraron que dichas medidas sólo predicen afecto positivo.

Schimmack y Diener (2003) condujeron un estudio utilizando medidas explícitas de autoestima (Escala de Autoestima de Rosenberg, 1965) y medidas implícitas (preferencia por las iniciales y preferencia por objetos neutros) así como medidas de bienestar subjetivo. Las correlaciones mostraron puntajes débiles aunque estadísticamente significativos. Los resultados son consistentes con los hallazgos de Bosson et al. (2000). El único hallazgo significativo competente al bienestar subjetivo es que las medidas explícitas de autoestima son predictores significativos de los tres componentes del bienestar (afecto positivo, afecto negativo y satisfacción con la vida).

Diener (1984) sugiere que el bienestar subjetivo es una de las tres formas más comunes de evaluar la calidad de vida de los individuos en sociedad, junto con los indicadores objetivos (económicos) y sociales. Cómo se siente la gente y qué piensa de su vida es esencial para entender el bienestar, por lo que cuando la persona se siente bien o feliz es porque está satisfecha y tiene una adecuada representación de sí misma. Comúnmente, las personas que tienen una alta autoestima sentirán la confianza de llevar a cabo sus proyectos actuales y serán capaces de tener un buen futuro (Montoya & Landero, 2008). Montoya y Landero demostraron (2008) que la familia y la manera en que ésta interactúa puede impactar en la situación emocional de un individuo y su nivel de autoestima, lo que refleja con el tiempo niveles de confianza básica en sus propias potencialidades, facilitando evaluaciones positivas en componentes esenciales de valía personal y sentimientos de capacidad personal. Personas en este tipo de situaciones reportan no sólo mayores niveles de satisfacción con la vida sino que poseen una mejor salud mental, menos estrés, y menores niveles de ansiedad y depresión (Atienza et al., 2000; Montoya & Landero, 2008). Niveles aceptables de bienestar y autoestima pueden reflejarse en otras áreas como un buen autoconcepto, un adecuado desarrollo de la imagen corporal, el desarrollo personal, buenas relaciones interpersonales, así como el aprecio a sí mismo y a los demás (Thomas, 1998).

### **Enfrentamiento**

El enfrentamiento consiste en los esfuerzos cognitivos y conductuales que permiten manejar el estrés psicológico. De acuerdo a Zavala, Rivas, Andrade y Reidl (2008), la importancia del enfrentamiento radica en su relación directa con el estrés, dado que es así que se conocen las situaciones que el individuo enfrenta y la manera en que lo hace. De acuerdo a Sarason (1983), el estrés se describía como un síndrome general de adaptación que consiste en una serie

de respuestas a los agentes nocivos medioambientales, poniendo en acción al organismo. Tal concepto se basa en la interacción del ambiente externo y los cambios fisiológicos que pueden inducir eventos nocivos en el cuerpo (Taylor, 1981 en Zavala et al., 2008).

Aldwin (1994) menciona que algunos investigadores emplean la palabra *stressor* (estresor) para referirse a eventos externos y utilizan el término *strain* (tensión) para referirse a estados internos estresantes. Sin embargo, el propio autor señala que la justificación para la distinción de términos es difícil de encontrar, dada la importancia de los procesos de evaluación cognoscitiva en la percepción del estrés.

Zavala et al. (2008) afirman que el concepto del estrés es un factor que suele estar estrechamente relacionado con la vida de las personas y su ambiente sociocultural, por lo que el término ha sido comúnmente encontrado en la literatura para explicar la conducta humana bajo conceptos fisiológicos por un lado y bajo conceptos de características de personalidad por otro lado. Para Gutiérrez, Ito y Contreras (2000), el estrés puede influir de manera importante en la salud a través de los sistemas fisiológicos y psicológicos. Por ejemplo, se ha visto que el estrés agudo provoca alteraciones cardiovasculares en pacientes con enfermedades arteriales (Salín, 2003). De aquí que muchas de las conclusiones sobre el estrés y los estilos de enfrentamiento reporten que el estrés y las tensiones cotidianas pueden ser nocivas para la salud.

Para López (1998), el enfrentamiento es un proceso en el que el individuo se esfuerza por hacer frente al estrés psicológico, siendo un estado dinámico que resalta aspectos importantes tales como los recursos necesarios para el enfrentamiento, su costo, sus beneficios, etc., además de que al ser el estrés un estado dinámico, se dirige la atención hacia la relación entre organismo y entorno, su interacción y la retroalimentación.

Gutiérrez y Ostermann (1994) han dividido al estrés en tres categorías: Estrés personal (componentes individuales y comportamientos que generan culpa, fracasos e ineffectividad), estrés social (situaciones y circunstancias que incluyen condiciones de vida caóticas, peligrosas o insalubres), y estrés laboral (factores de estrés en el lugar de trabajo debidos a la naturaleza de la ocupación). Otros investigadores mencionan que el estrés psicológico tiende a ser más relevante en las actividades y lugares en donde la gente suele pasar más el tiempo: trabajo y familia (Lazarus & Lazarus, 2000). Lazarus y Lazarus (2000) consideran que el estrés también puede deberse a aspectos de la vida cotidiana: el extravío de objetos, convivencia con los vecinos, obligaciones sociales, preocupaciones económicas, el aspecto físico, el cuidado de los hijos, entre otros.

De acuerdo a la teoría del enfrentamiento de Lazarus (1984; 1986; 2000), la idea central es el proceso de evaluación cognoscitiva que se refiere a la toma de decisiones con el fin de evaluar costos y beneficios presentes en las interacciones de las personas con su ambiente. Este sistema también destaca que se deben tomar en cuenta la cognición, la motivación y la adaptación. Ante situaciones estresantes, las personas pueden presentar conductas de acercamiento-evitación o procesos defensivos con lo que enfrentan las complejas demandas del medio, haciendo uso de un amplio rango de estrategias que ayudan a resolver problemas regulando funciones emocionales (Felton & Revenson, 1984).

Folkman (1984) señala que una persona y el ambiente están en una relación dinámica constantemente cambiante y que ambas partes afectan una a la otra de manera recíproca. Ante un estímulo estresante proveniente del medio, el organismo realiza una evaluación y provee estrategias de enfrentamiento a las que se suman expresiones emocionales, y el individuo actúa en consecuencia dando una serie de respuestas. La alteración de la relación de la persona con su medio es re-evaluada y produce un cambio en la intensidad de la emoción. De esta manera, el enfrentamiento es un *mediador* de la respuesta de la emoción; por lo tanto, el enfrentamiento surge durante el encuentro y transforma la evaluación cognoscitiva y la emoción resultante, por lo que para saber si un evento es evaluado como estresante es necesario conocer la interpretación que se hace de él (Lazarus, 1991).

En su teoría del enfrentamiento, Lazarus (1984) señala que existen dos tipos de abordaje al constructo: uno hace énfasis en lo que es el estilo, que se refiere a las características del enfrentamiento como rasgos de personalidad y el otro destaca los procesos, que son los esfuerzos por manejar el estrés dentro de un contexto adaptativo.

Las conceptualizaciones sobre el constructo abarcan una amplia gama de puntos de vista, por lo que puede entenderse como rasgo de personalidad o como un evento situacional (Góngora & Reyes, 1998), como proceso adaptativo (Lazarus & Folkman, 1988), como tipo de enfrentamiento afectivo/pasivo y adaptativo/desadaptativo (Livneh, 1999) o como reducción de la tensión y solución activa del problema (Omar, 1995). Algunos autores distinguen entre estrategias de enfrentamiento y otros hacen alusión a estilos; siendo que la diferencia reside en que las estrategias son menos estables y duraderas que los estilos, que son más permanentes en el individuo (Paris & Omar, 2008). El enfrentamiento por lo tanto es útil para manipular o alterar el problema con el entorno causante de perturbación y regular la respuesta emocional consecuente de ésta (Lazarus & Folkman, 1984).

Díaz Guerrero (2003) encontró que las creencias, valores y actitudes están cruzadas por características socioculturales que definen a un grupo específico, por lo que el comportamiento de las personas es importante según áreas específicas que dependen del entorno cultural en el que se desarrollan. En estudios comparativos de estadounidenses y mexicanos, Díaz Guerrero destaca que los mexicanos poseen como característica fundamental el aceptar y aguantar el estrés pasivamente. Actitudes como la abnegación o la sumisión son vistas como formas aceptables de enfrentamiento, por lo que la adaptación del mexicano ante la tragedia y la conformidad se vuelven rasgos dominantes de dicha cultura. Lo anterior corrobora lo descrito por Triandis (1977) quien propone que en las culturas colectivistas (el caso de México) se caracterizan por la evitación a la competencia, destacando la ayuda mutua y la importancia de la familia.

En México, para evaluar los estilos de enfrentamiento, Zavala et al. (2008) utilizaron una muestra de 240 adultos de la Ciudad de México con una media de 37 años con el fin de validar y confiabilizar el cuestionario de Lazarus y Folkman (1988) en una muestra de hombres y mujeres mexicanos. El instrumento de Lazarus y Folkman se compone de ocho estilos (enfrentamiento confrontativo, distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, responsabilidad, escape-avoidance, trazo de un plan orientado a un problema, y reevaluación positiva) y su consistencia interna es notable (Lazarus y Folkman, 1988). Mediante un análisis de discriminación de reactivos, se eliminaron 30 de los 66 reactivos originales, quedando solamente 36. De éstos, utilizando un análisis factorial con rotación varimax fueron 20 los reactivos que conformaron el instrumento final dado que 16 reactivos se eliminaron dada la carga factorial baja. La escala final quedó constituida de 20 reactivos distribuidos en cinco factores finales que presentaron un Alpha de Cronbach de 0.85. Los cinco factores finales fueron: enfrentamiento evasivo, enfrentamiento de distanciamiento, enfrentamiento reevaluación positiva, enfrentamiento análisis cognitivo-afectivo y enfrentamiento de negación. Los autores (Zavala et al., 2008) observaron que la tendencia general de respuesta al estrés fue la evasión, lo que hace referencia al sentido de hacer caso omiso a los problemas o estresores que aquejan a la persona, lo que coincide con la propuesta teórica de Díaz Guerrero (2003).

Existen estudios referidos al análisis de los posibles vínculos entre el uso de estrategias de enfrentamiento y su impacto en el bienestar de profesionales de la salud. Algunos (McGowan, Gardner & Fletcher, 2006 en París & Omar 2009) reportan que el empleo de estrategias focalizadas en el problema se vinculan con mayor resistencia al estrés y menor *burnout* (Carmona, Buunk, Peiró, Rodríguez & Bravo, 2006 en París & Omar 2009). También se han encontrado asociaciones entre el uso de estrategias enfocadas en la emoción y las

consecuencias negativas para el bienestar (McGowan et al., 2006 en París & Omar 2009).

En una muestra de 196 profesionales de instituciones de salud de Argentina, París y Omar (2009) llevaron a cabo la comprobación teórica del uso de estrategias de enfrentamiento y su asociación con variables sociodemográficas y bienestar subjetivo. Utilizaron escalas de enfrentamiento del estrés, bienestar subjetivo y un inventario de datos sociodemográficos para recoger los datos. Los autores encontraron que la resolución de problemas y el distanciamiento de la fuente de estrés son las dos categorías de enfrentamiento mayormente utilizadas por los profesionales de la salud. Cabe destacar que la categoría de “resolución de problemas” incluye aspectos como la búsqueda de apoyo social y esfuerzos directos para solucionar la situación estresante; la categoría de “estrategias de distanciamiento” incluye aspectos como la planificación del tiempo libre, actividades placenteras fuera del trabajo y distancia emocional.

Al hacer las correlaciones entre los constructos, los autores (París & Omar, 2009) encontraron que el bienestar subjetivo se asocia negativamente con estrategias desadaptativas y positivamente con estrategias de resolución de problemas y de distanciamiento. Los resultados indican que a mayor satisfacción con la capacidad de desarrollar habilidades y construir vínculos saludables, menor presencia de estrategias disfuncionales (evasión, descarga somática, entre otros ejemplos). Los resultados también indican que cuando el sujeto experimenta mayor bienestar subjetivo recurre con mayor frecuencia al enfrentamiento directo y al distanciamiento de las fuentes de estrés. Los hallazgos son congruentes con lo concentrado por otros autores (Archibald, 2006; Cox, Teasley, Zeller et al., 2006; Dijkstra, Van Dierendonck & Evers en París & Omar 2009). El trabajo de París y Omar (2009) constituye una contribución importante al conocimiento de la asociación enfrentamiento-bienestar subjetivo al destacar la eficacia de algunas estrategias de enfrentamiento en función de su impacto sobre el bienestar.

El enfrentamiento tiene dos funciones principales (Lazarus & Folkman, 1984): manipular o alterar el problema con el entorno causante de perturbación (enfrentamiento dirigido al problema, intentos por hacer algo de forma activa concerniente a las condiciones de tensión) y regular la respuesta emocional que aparece como consecuencia (enfrentamiento dirigido a la emoción). El estilo de enfrentamiento de un individuo es determinado por los recursos que tiene disponibles (salud, energía, por ejemplo), sus creencias existenciales, las creencias generales sobre el control, los compromisos que motivan y que pueden ayudar al enfrentamiento, los recursos y estrategias para la resolución de problemas, las habilidades sociales, el apoyo social y los recursos materiales.

López (1998) menciona que al estrés casi siempre se le ha definido más como un estímulo que como una respuesta. Bajo este enfoque, las definiciones se centran en los acontecimientos del entorno, e incluyen condiciones nocivas para el organismo, desastres naturales, enfermedades, etcétera. Para López, esto hace que ciertas situaciones se consideren estresantes de manera “universal”, dejando de lado diferencias individuales en la evaluación de tales situaciones.

Para Lazarus y Folkman (1984) el estrés psicológico es una relación entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y que ponen en peligro el bienestar. Dicha definición toma en cuenta las características del sujeto por un lado y la naturaleza del medio por otro; siendo necesario analizar dos procesos críticos en la relación individuo-entorno: la evaluación cognoscitiva (proceso evaluativo que determina por qué y hasta qué punto una relación determinada entre el individuo y el entorno es estresante) y el enfrentamiento (proceso a través del cual el individuo maneja las demandas de la relación).

La evaluación cognoscitiva se refiere a un proceso que determina por qué y hasta qué punto una relación individuo-entorno es estresante, y determina también las consecuencias que un evento particular provocará en el individuo. Esta evaluación cognoscitiva refleja la relación cambiante entre el individuo y algunas características (valores, compromisos, estilos de pensamiento y de percepción) y el entorno. De acuerdo a Lazarus y Folkman (1984), existen dos formas básicas de evaluación: la evaluación primaria (lo que está en juego para el individuo) y secundaria (el individuo está en peligro, bajo amenaza o desafío, por lo que es necesario actuar sobre la situación).

La evaluación primaria puede subdividirse en tres: a) Irrelevante: el encuentro con el entorno no conlleva implicaciones para el individuo, b) Benigno-positivas: las consecuencias del encuentro se valoran como positivas cuando preservan o logran el bienestar o parecen ayudar a conseguirlo; estas evaluaciones suelen generar emociones placenteras, y c) Estresante: esta evaluación sugiere amenaza, daño o pérdida, o desafío potencial. La evaluación secundaria implica una forma de evaluación dirigida a determinar qué puede hacerse. Esta evaluación secundaria es característica de cada enfrentamiento estresante, dado que los resultados dependen de lo que se haga, de que pueda hacerse algo, y de lo que está en juego. Esta evaluación no es sólo un ejercicio encaminado al reconocimiento de recursos que son aplicables a situaciones determinadas, sino que son procesos evaluativos complejos de opciones confrontativas a través de las cuales se obtiene la seguridad de que una opción determinada cumplirá con lo que se espera, además de dar la seguridad de que se puede aplicar una estrategia particular (o grupo de estrategias) de manera efectiva. Esta evaluación secundaria también incluye la valoración de

las consecuencias de utilizar una estrategia determinada respecto a otras demandas internas y/o externas que pudieran ocurrir de manera simultánea. Las evaluaciones secundarias de las estrategias de enfrentamiento y las primarias de lo que hay en juego interactúan entre sí y determinan el grado de estrés, intensidad y contenido de la respuesta emocional (Lazarus & Folkman, 1984; López, 1998).

El enfrentamiento es un proceso a través del cual el individuo maneja las demandas de la relación individuo-entorno que evalúa como estresantes y las emociones que dicha relación genera. Este proceso influye las subsecuentes evaluaciones de la persona y en consecuencia influye también en la clase o intensidad de la relación ante el estrés. El enfrentamiento debe considerarse como aquellos esfuerzos encaminados a manipular las demandas del entorno (López, 1998), independientemente de cual sea su resultado; por lo tanto, no debe considerarse ninguna estrategia mejor o peor que otra (las consideraciones sobre lo adecuado de una estrategia deben hacerse de acuerdo con el contexto en el que se da).

Dentro de la literatura, se puede encontrar una amplia gama de formas de enfrentamiento dirigidas tanto a la emoción como al problema. Dentro de las formas orientadas a la emoción se incluyen estrategias tales como la evitación, la minimización y el distanciamiento, dentro de las formas orientadas al problema se hallan estrategias como la solución de problemas, la confrontación, etc. (López, 1998).

Modelos tradicionales de enfrentamiento como el de Lazarus y Folkman tienden a insistir en los rasgos, estilos o estructuras desarrolladas por el propio sujeto, y que una vez creadas actúan como predisposiciones estables para enfrentar de una forma u otra los acontecimientos de la vida. Se ha visto que estilos de enfrentamiento dirigidos a la solución de un problema favorecen una adecuada adhesión al tratamiento en pacientes y favorece la adaptación positiva del paciente a su tratamiento (Khechane & Mwaba, 2004), mientras que estrategias de evitación predicen más síntomas de depresión, estados afectivos negativos, menor apoyo social percibido y no protege a los individuos del malestar psicológico y distrés emocional, además de asociarse con mayores niveles de ansiedad y depresión (Arraras, Wright, Jusue, Tejedor & Calvo, 2002; Carrobles, Remor & Rodríguez-Alzamora, 2003).

Estilos activos de enfrentamiento se encuentran relacionados con un mejor nivel de funcionamiento del sistema inmunológico, por lo que se asocian con un mayor bienestar y estados afectivos positivos (Carrobles et al., 2003), mientras que estilos pasivos se relacionan con un aumento en la severidad del dolor, depresión y elevado deterioro funcional. Estilos “optimistas” de enfrentamiento se encuentran relacionados con mejor salud mental y mejor calidad de vida

(Van der Zaag-Loonen, Grootenhuis, Last & Derkx, 2004). Estos datos son congruentes con lo hallado por Contreras, Esguerra, Espinosa y Gómez (2007), quienes afirman que la salud mental se relaciona de manera positiva con estilos de enfrentamiento centrados en el problema y que estilos evitativos se relacionan de manera directa con la percepción de bienestar físico.

## Salud mental: Ansiedad y Depresión

### Ansiedad

La ansiedad consiste en un estado de malestar psicofísico caracterizado por una perturbación, inquietud o zozobra así como por sensaciones de inseguridad o temor ante lo que se ve como una amenaza inminente (Cia, 2002). La ansiedad es comúnmente considerada como un sentimiento subjetivo que implica la presencia de sensaciones de aprensión, tensión, inquietud, temor indefinido, inseguridad o miedo, a modo de anticipación indefinida de un peligro ante una amenaza más o menos objetiva, que supone una forma de miedo ante algo real o irreal (De la Gándara, 1999). La ansiedad también puede ser considerada una reacción emocional, escasamente controlable por parte del individuo, que puede manifestarse en tres dimensiones: el pensamiento, la fisiología y la conducta; en otras palabras, puede ser una manifestación de incomodidad mental, reacciones corporales y cambios en el comportamiento (Varela, 2002).

Desde el punto de vista psicológico, la ansiedad se percibe como un estado anímico relacionado con un evento desencadenante. Puede ser una respuesta a algo, pero puede surgir también de nuestros pensamientos, de nosotros mismos, con o sin razón aparente. A esta ansiedad que nace desde el interior (pensamientos) se le denomina ansiedad endógena, mientras que la ansiedad exógena es causada por factores de la vida cotidiana (externos) (De la Gándara, 1999).

Cattell (1966) realizó una distinción entre la ansiedad como rasgo y la ansiedad como estado, trabajo que después fue continuado por Spielberger (1976). Spielberger (1983) describe la ansiedad *estado* como un estado emocional transitorio que varía en intensidad y que cambia a través del tiempo. Por otro lado, la ansiedad *rasgo* se refiere a una susceptibilidad relativamente estable o una propensión a experimentar la ansiedad-estado de manera frecuente. Spielberger describe esta disposición hacia la ansiedad como un rasgo de personalidad.

El modelo de Spielberger de ansiedad como rasgo y como estado describe el proceso de experimentación de la ansiedad como resultado de una secuencia temporal en donde interactúan factores y estímulos internos y externos,

factores cognoscitivos y mecanismos de defensa. Dentro del modelo (Spielberger, 1966, 1972), un estado ansioso (caracterizado por excitación fisiológica y pensamientos de inevitable fatalismo) es iniciado por estresor externo (una amenaza) o una señal interna (actividad muscular o visceral). Si los estímulos (internos o externos) son evaluados cognoscitivamente como amenazantes, un estado de ansiedad es provocado y se echan a andar procesos de defensa cognoscitivos y conductuales para hacer frente a tal ansiedad. La ansiedad como rasgo es descrita como reflejo de experiencias pasadas frecuentes de ansiedad-estado, lo que incrementa la posibilidad de un individuo a experimentar futuros episodios de ansiedad.

De acuerdo a Villaseñor-Ponce (2010), el bienestar es resultado de la interacción entre variables subjetivas y objetivas, entre las aspiraciones y las condiciones de vida, las metas y las aspiraciones que se tienen para lograrlas ubicadas en determinados contextos sociales. El bienestar surge del balance entre los distintos éxitos y fracasos que ha tenido la persona, que son parte del presente y que son proyecciones hacia el futuro. El bienestar suele ser la resultante de enfrentar adecuadamente las situaciones de estrés y ansiedad de la vida cotidiana. Una persona con altos niveles de bienestar estará mejor preparada ante los desafíos del medio ambiente, y es esta relación constante entre el bienestar y la ansiedad lo que pone a los individuos en una situación de resiliencia ante los eventos de la vida. Conocer entonces los niveles de ansiedad es importante porque permite diseñar estrategias que permiten a los individuos manejar la ansiedad en situaciones difíciles y fomentar su bienestar.

### **Depresión**

Para el DSM-IV, la depresión se concibe como un estado que atraviesa la persona cuando presenta al menos dos de los siguientes síntomas durante al menos dos semanas: disminución del interés por actividades, cambio en el peso corporal, cambio en el apetito, insomnio o exceso de horas de sueño, retardo psicomotor o agitación, fatiga o pérdida de energía, sentimientos de culpa, problemas de concentración y constantes pensamientos de muerte o suicidio. Beck (1976) menciona que la depresión es consecuencia de creencias negativas que conllevan a la adopción de visiones negativas de la propia persona, el mundo y su futuro.

La Organización Mundial de la Salud (2007) considera que la depresión es un desorden mental común que se presenta como un humor deprimido, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o baja autoestima, perturbaciones del sueño o apetito, baja de energía y poca concentración. Estos problemas pueden ser crónicos o recurrentes y llevar a una incapacidad sustancial del individuo a atender a sus responsabilidades diarias. Así mismo, la OMS considera que la depresión es la mayor causa de incapacidad hoy en día y que

es la segunda mayor contribuidora a la carga mundial de enfermedades en personas de 15 a 45 años en ambos sexos.

La OMS (2000 en Torres, 2002) también considera a la depresión como un mal endémico y potencialmente letal que causa discapacidades en el mundo impactando sobre el paciente, su familia y su entorno social. La OMS reconoce que la depresión se encuentra presente en 450 millones de personas a nivel mundial. En México, casi 12% de las mujeres y 7% de los hombres han presentado algún trastorno depresivo en algún momento de su vida (Torres, 2002). Son varios los factores que intervienen en los cuadros depresivos. Según Rivera (1998), se presentan como características predominantes en la depresión la agresión, los problemas familiares, problemas amorosos, entre otros.

De acuerdo a Zepeda (2003), la etiología de la depresión puede ser de cuatro tipos:

- Causas genéticas: se refieren a las causas en el sentido de problemas hormonales o de tipo físico congénito, que desencadenan un desbalance químico que puede propiciar a depresión. Se refiere también a la herencia con respecto a la vulnerabilidad de padecer el cuadro que puede o no activarse si no se presentan las condiciones adecuadas.
- Causas psicológicas: todos aquellos factores intrapsíquicos que intervienen al momento de procesar los problemas procedentes del ambiente. Estos pueden ser rasgos de personalidad o esquemas cognoscitivos, aprendidos a lo largo de la infancia temprana en el contexto de la interacción familiar.
- Causas sociales: eventos detonantes relacionados al ambiente social donde se desenvuelve el individuo. La mayor parte de estos factores están asociados con una pérdida de lazos de unión con personas significativas.
- Causas ecológicas: estresores ambientales como el tráfico, horarios de trabajo, contaminación y otros factores medio-ambientales.

Según varios autores (Alcalá, 1988; Calderón, 1987 en Zepeda, 2003) los trastornos que se presentan en la depresión pueden ser agrupados dentro de cuatro grupos:

- Trastornos afectivos: aquellos en los que la persona presenta un cambio en su estado de ánimo, por ejemplo, la indiferencia afectiva, desintereses vitales, tristeza, llanto, inseguridad, sentimientos de derrota, miedo, ansiedad e irritabilidad
- Trastornos intelectuales: síntomas que afectan el desempeño intelectual de la persona, por ejemplo, la disminución en la senso-percepción, trastornos de memoria, disminución de la atención, trastornos de

memoria, disminución de la comprensión, comunicación deficiente, ideas de culpa o fracaso, sentimientos de auto-devaluación, incapacidad de enfrentamiento y pensamiento obsesivo

- Trastornos conductuales: aquellos que se ven reflejados en un comportamiento alejado de lo normal, por ejemplo, actividad general disminuida, descuido en el aseo personal y obligaciones, productividad disminuida, impulsos suicidas, ingesta de drogas, etc.
- Trastornos somáticos: aquellos que se manifiestan en otros trastornos corporales relacionados con la depresión. Por ejemplo: trastornos del sueño, hipersomnia, insomnio, trastornos del apetito, disminución de la libido, dolor, alteraciones vasculares, etc.

En México, García y García y Barragán (2012) utilizaron un instrumento de bienestar subjetivo en una muestra de 32 personas diagnosticadas con depresión con la finalidad de evaluar la relación entre los dos constructos. Los autores no encontraron diferencias significativas por sexo en los factores de la escala. Comparando los resultados de la muestra global con una muestra no depresiva, los autores hallaron diferencias en intensidad y frecuencia en los factores de afecto positivo, y atribuyen este resultado al efecto que podría tener la depresión en la evaluación general de las emociones. En cuanto al componente cognoscitivo del bienestar, comparando la muestra depresiva contra la no depresiva, los autores hallaron diferencias en todos los factores de este componente del bienestar. De acuerdo a ellos, los sentimientos de depresión hacen que “la óptica de los eventos globales sea menos negativa al pasar por un proceso de comparación con la percepción que tienen los individuos sobre sus eventos de vida” (p.521). Sin considerar si las diferencias fueron o no significativas, los autores encontraron que en todos los factores del bienestar subjetivo las medias de personas diagnosticadas con depresión eran menores que las medias de una muestra no depresiva.

# **CAPITULO 4**

## **UN MODELO PREDICTIVO/EXPLICATIVO DE BIENESTAR SUBJETIVO**

## ***Planteamiento del problema y modelo de investigación***

En una revisión detallada sobre la literatura pertinente, Diener (2009) destaca los múltiples aspectos acerca del estudio del bienestar subjetivo. Diener hace una revisión sobre las dimensiones que conforman el bienestar: afecto positivo, afecto negativo y satisfacción con la vida, dimensiones que son estables a través del tiempo en numerosas investigaciones a nivel mundial, incluyendo México (Anguas, 2000; Arita, 2003; Palomar, 2000). La exhaustiva revisión que hace Diener (2009) resalta algunos aspectos concernientes al bienestar subjetivo que deben ser abordados para una mejor explicación del constructo: instrumentos adecuados para la medición del constructo, pertinencia cultural e integración de aproximaciones teóricas que expliquen a profundidad el constructo.

La mayoría de los estudios realizados en México sobre bienestar subjetivo parten de estudios hechos en Estados Unidos u otros países anglosajones (Diener, 1984, 2009; Diener et al., 1984; Diener et al., 1985; Diener et al., 1995; Diener et al., 1999), por lo que las conceptualizaciones del constructo así como su evaluación presentan dicha influencia cultural. Resulta entonces indispensable revisar la vigencia del constructo y su pertinencia cultural, lo que permitirá integrar elementos teóricos ya existentes sobre el fenómeno con nuevos elementos a partir de nuevas investigaciones empíricas.

Existen actualmente una innumerable cantidad de estudios alrededor del mundo que vinculan el bienestar subjetivo con diferentes variables, por ejemplo: edad (Bradburn & Caplovitz, 1965; Stock, Okun, Haring, & Witter, 1983); sexo (Braun, 1977; Olsen, 1980); nivel educativo (Campbell, 1981), religión (Colón-Bacó, 2010; Pargament, 2002; Wilson, 1960); estado civil (Glenn, 1981); personalidad (Kozma, Stone, & Stones, 1997; Magnus & Diener, 1994); autoestima (Karatzias, Chouliara, Power, & Swanson, 2006; Pahdy, Rana, & Mishra, 2011), salud mental (Crandall, 1973), entre muchas otras. Sin embargo, tal como menciona Diener (1999, 2009), deben empezar a realizarse estudios que examinen la *interacción* de variables, que evalúen no sólo la correlación entre una variable dada y el bienestar subjetivo, sino que analicen la direccionalidad de la relación y permitan estudios predictivos sobre el bienestar.

La amplia variedad de explicaciones teóricas sobre el fenómeno no ha sido a la fecha aterrizada en los estudios llevados a cabo sobre bienestar, por lo que la integración de elementos teóricos con nuevos elementos empíricos aún permanece olvidada. De acuerdo a Diener (2009), la inmensa cantidad de teoría que rodea al fenómeno del bienestar subjetivo representa la posibilidad de realizar estudios que propongan: la integración de explicaciones teóricas sobre el constructo, la integración de aproximaciones teóricas y empíricas al

respecto, e investigaciones que exploren predicciones alrededor de un gran número de instancias. Este estudio pretende entonces adoptar una aproximación teórica culturalmente relevante que pueda ser utilizada como base sólida en la creación de un modelo predictivo en México.

En general, los hallazgos empíricos revelan que la cultura impacta la manera en que una persona adopta los rasgos de género (Díaz Guerrero, 1976, 1993, 2003), a la vez que dichos rasgos de género impactan en el bienestar mental y físico (Matud, Rodríguez, Marrero & Carballeira, 2002). Anguas (2000), por su parte, propone estudios que evalúen los estilos de enfrentamiento de los mexicanos y su relación con el bienestar subjetivo. Por su parte, Karatzias et al. (2006) y Pahdy et al. (2011) han realizado investigaciones ligando niveles de autoestima con la cantidad de bienestar que una persona reporta. En México, García-Campos (1999) destaca la relación entre el locus de control y el bienestar subjetivo de los mexicanos; además se asume en este trabajo que la inclusión del locus de control pueda responder a una de las preguntas teóricas que propone Diener (2009) en el estudio del bienestar subjetivo: ¿La causa del bienestar es interna o externa? Por último, algunos estudios de rasgos de género (Díaz-Loving et al., 2004) se han asociado con indicadores de salud mental (depresión, ansiedad) y a partir de éstos se han inferido niveles de bienestar (Rocha, 2008). Estudios como los de García y García y Barragán (2012) sugieren un vínculo entre indicadores de salud mental y bienestar subjetivo, a pesar de no haber utilizado medidas explícitas para evaluar la salud mental.

Dadas las variables mencionadas y su relación, la presente investigación tiene los siguientes propósitos: 1) Conocer las relaciones entre las PHSC's, los rasgos de género (instrumentalidad y expresividad), los estilos de enfrentamiento, la autoestima, la salud mental (ansiedad y depresión) y el bienestar subjetivo; 2) Predecir el bienestar subjetivo a partir de las PHSC's, los roles de género, los estilos de enfrentamiento y la autoestima; y 3) Elaborar un modelo predictivo del bienestar subjetivo a partir de los resultados obtenidos. A partir de la Teoría Histórico-Bio-Psico-Socio-Cultural de Díaz Guerrero (ver Figura 1), se propone el modelo de investigación para este trabajo (ver Figura 7).

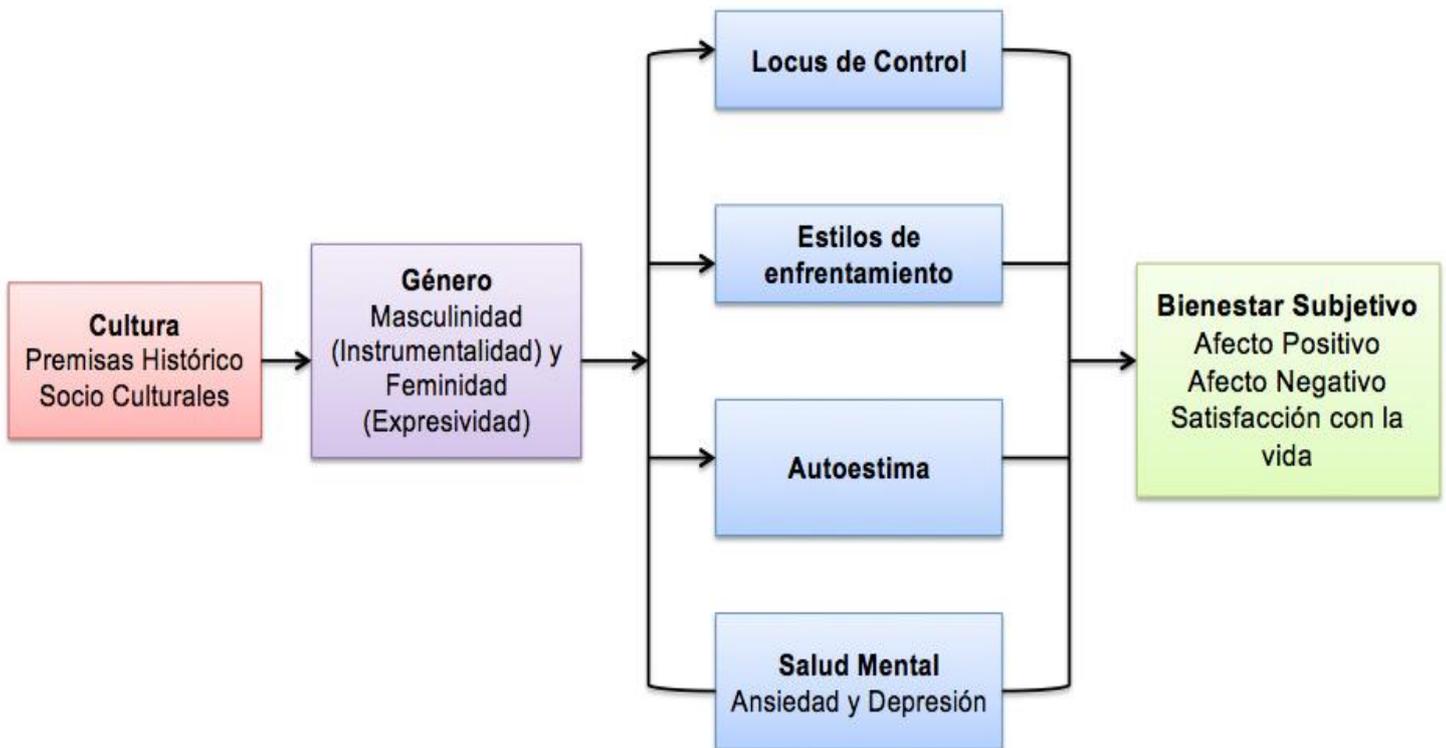


Figura 7. Propuesta de modelo de investigación

Para alcanzar los propósitos de la investigación, se llevaron a cabo dos fases: 1) La identificación de las dimensiones y factores del Bienestar Subjetivo; 2) La identificación y evaluación de predictores del Bienestar Subjetivo. Las preguntas para cada estudio fueron las siguientes:

#### Fase 1

¿Cuáles son las dimensiones o factores implicados en el Bienestar Subjetivo?

#### Fase 2

- ¿Existe relación entre las PHSC's, los rasgos de género, los estilos de enfrentamiento, la autoestima, el locus de control, la salud mental y el bienestar subjetivo?
- ¿Cómo predicen las PHSC's, los rasgos de género, los estilos de enfrentamiento, la autoestima, el locus de control y la salud mental el bienestar subjetivo?

# **FASE 1**

# **CONCEPTUACIÓN TEÓRICA- EMPÍRICA DEL BIENESTAR SUBJETIVO**

---

## Fase 1

---

### **CONCEPTUACIÓN DEL BIENESTAR SUBJETIVO**

Con la finalidad de contribuir en la explicación del fenómeno del bienestar subjetivo, se considera pertinente utilizar definiciones culturalmente congruentes y emplear instrumentos elaborados y validados en población mexicana, permitiendo así obtener información conducente a entender el fenómeno de estudio a partir de la combinación de aspectos teóricos y la percepción del bienestar que tienen las personas de una cultura particular.

Por tales motivos, a pesar de la existencia de conceptualizaciones teóricas e instrumentos que evalúan el tema de estudio, es conveniente analizar la vigencia del constructo y su pertinencia, con el fin de obtener medidas que integren nuevos elementos teóricos y empíricos. A partir de lo dicho, el presente estudio consta de dos sub-fases:

- 1) Un estudio exploratorio para evaluar el significado del bienestar subjetivo
- 2) A partir de los resultados obtenidos, se sugiere la elaboración de una escala que integre dimensiones teóricas y empíricas referentes al bienestar subjetivo

#### **Objetivos generales**

1. Identificar los elementos y dimensiones involucrados en el bienestar subjetivo, con la finalidad de contribuir en la explicación y evaluación del fenómeno.
2. Elaborar una escala de bienestar subjetivo que apoye la evaluación y explicación del fenómeno.

## FASE 1. A

### Conceptuación teórico-empírica del bienestar subjetivo

La mayoría de los estudios realizados en México sobre bienestar subjetivo parten de estudios hechos en Estados Unidos u otros países anglosajones (Anguas, 2000, 2005; Arita, 2005; Diener, 1984, 2009; Diener et al., 1984; Diener et al., 1985; Diener et al., 1995; Diener et al., 1999; Palomar, 2000, 2004), por lo que las conceptualizaciones del constructo así como su evaluación presentan dicha influencia cultural. Resulta entonces indispensable revisar la vigencia del constructo y su pertinencia cultural, lo que permitirá integrar elementos teóricos ya existentes sobre el fenómeno con nuevos elementos a partir de nuevas investigaciones empíricas.

#### ***Pregunta de investigación***

¿Cómo se define teórica y empíricamente el bienestar subjetivo en una muestra de hombres y mujeres mexicanos?

#### ***Objetivo general***

Obtener una conceptualización culturalmente válida del constructo para su posterior utilización en la elaboración de una nueva escala de Bienestar Subjetivo

#### ***Objetivos específicos***

1. Obtener una definición clara y precisa de lo que significa “Bienestar Subjetivo” en una muestra de hombres y mujeres mexicanos
2. Identificar los factores intervinientes en el bienestar subjetivo.
3. Encontrar diferencias entre hombres y mujeres en factores que componen el bienestar subjetivo
4. Obtener criterios de categorización del bienestar subjetivo.
5. Aportar evidencia empírica y teórica sobre el estudio del bienestar subjetivo en México

#### ***Definición de variables***

Definición conceptual: Bienestar subjetivo se refiere a los varios tipos de evaluación, tanto positiva como negativa, que la gente hace sobre su vida. Incluye evaluaciones cognitivas reflexivas (satisfacción) y reacciones afectivas ante eventos de vida (Diener, 2005).

### **Muestra**

Se utilizó un muestreo no probabilístico de 350 hombres (37.6%) y mujeres (60.1%) mayores de 18 años ( $X=32.03$ ,  $D.E.=12.92$ ), de nacionalidad mexicana, voluntarios, residentes del Distrito Federal o Área Metropolitana. La Tabla 3 muestra la distribución de edades de acuerdo a los grupos conformados y el resto de los datos sociodemográficos por escolaridad y estado civil.

Tabla 3

*Distribución de datos sociodemográficos de la muestra total*

<i>Variable</i>	Frecuencia	Porcentaje
<b>Sexo</b>		
hombre	132	37.6
mujer	210	60.1
respuestas nulas	8	2.3
Total	350	100
 <i>Edad (en años)</i>		
18 a 24	148	47.6
25 a 30	29	9.3
31 a 40	33	10.6
41 a 50	65	20.9
51 en adelante	33	10.6
Respuestas nulas	3	10
Total	311	100
Media	32.03	
D.E.	12.92	
 <i>Estado civil</i>		
Nulos	3	0.9
Casado	91	29.3
Divorciado	10	3.2
Otro	2	0.6
Soltero	182	58.5
Unión libre	20	6.4
Viudo	3	1
Total	311	100
 <i>Escolaridad</i>		
Respuestas nulas	6	1.9
Posgrado	15	4.8
Preparatoria	65	20.9
Primaria	8	2.6
Profesional	184	59.2
Secundaria	33	10.6
Total	311	100

## ***Tipo de estudio***

Exploratorio

## ***Instrumento***

Mediante la técnica de Redes Semánticas Naturales Modificadas (Reyes-Lagunes, 1993), se buscó obtener el significado del constructo de Bienestar Subjetivo. La importancia de la obtención del significado radica en conocer la organización cognoscitiva (elementos afectivos y conocimientos) del constructo. Asimismo, esta técnica también permite identificar algunas conductas e indicadores que la muestra considere como pertenecientes al constructo de interés.

El estímulo de interés utilizado fue una definición creada explícitamente con la finalidad de ser utilizada dentro de la técnica de redes semánticas mediante la condensación de diferentes definiciones teóricas del constructo (Anguas, 2000; Diener, 1984, 2009). Como estímulos distractores se utilizaron definiciones modificadas de las definiciones de “felicidad” y de “calidad de vida”, propuestas por Veenhoven (1994) y Arita (2005), respectivamente. A continuación se enlistan las definiciones utilizadas:

- Bienestar Subjetivo: Percepción de un estado interno y positivo de satisfacción y comodidad acompañado por un tono afectivo agradable.
- Calidad de Vida: Evaluación de la medida en que las circunstancias de la vida son satisfactorias o susceptibles de mejora en el contexto de la cultura y los valores dentro del cual viven los individuos.
- Felicidad: Grado en que un individuo juzga la calidad global de su propia vida (como un todo) como algo favorable. En otras palabras: qué tanto le gusta a uno la vida que lleva.

El instrumento también contó con una sección de 3 preguntas abiertas cuyas palabras base fueron los mismos tres constructos que los utilizados en la sección de redes semánticas: Bienestar Subjetivo, Calidad de Vida y Felicidad, recordando que el interés de este estudio se centra en la conceptualización del Bienestar Subjetivo. Las tres preguntas abiertas fueron:

- ¿Qué es Bienestar Subjetivo?
- ¿Qué es Calidad de Vida?
- ¿Qué es Felicidad?

El instrumento fue aplicado en forma colectiva en centros de estudio, de trabajo, familiares, y otros escenarios naturales. El tiempo promedio utilizado para la contestación del instrumento fue de 20 minutos. El instrumento se distribuyó en hojas tamaño carta, en las cuales las definiciones fueron impresas y presentadas en la parte superior de la hoja (ver Anexo 1). El instrumento

solicitaba también información personal como el sexo, la edad en años, la escolaridad y el estado civil de los participantes. Toda información fue utilizada meramente con fines estadísticos.

### ***Tratamiento de los datos***

Se pidió a los sujetos que generaran todas las palabras sueltas (sustantivos, verbos, adverbios) para cada definición estímulo. Posteriormente se le pidió a los sujetos que jerarquizaran las palabras definidoras de cada concepto de acuerdo con su grado de importancia, de manera tal que la palabra que consideraran más cercana se le asignara el valor 1, a la que siguiera el valor 2 y así sucesivamente hasta agotar las palabras estímulo.

Se siguieron los pasos que Reyes-Lagunes (1993) propone para el análisis de redes semánticas modificadas: Se obtuvo el Peso Semántico (PS) de las palabras mediante la suma de los valores ponderados de la frecuencia de ocurrencia de las palabras definidoras. Los valores de ponderación fueron de 10 a 1 y dependieron de las respuestas de los sujetos. Las palabras definidoras se ordenaron por PS. También se calculó el valor de la Distancia Semántica Cuantitativa a partir de los datos obtenidos.

Para el análisis de la pregunta abierta, se analizaron las respuestas de los sujetos mediante la técnica de análisis de contenido. Se utilizaron como unidades de análisis palabras clave de cada respuesta. Las categorías que posteriormente se elaboraron y utilizaron fueron emergentes, es decir, el mismo documento iba estableciendo dichas categorías.

## Resultados

La Tabla 4 muestra el núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo para la totalidad de hombres y mujeres dentro del primer grupo de edad, correspondiente al rango de entre 18 y 24 años de edad. Se observa que “felicidad” es no sólo la primera definidora, sino que su peso semántico es notablemente mayor que el resto, lo que permite afirmar que dicha palabra está fuertemente asociada al bienestar de las personas. Cabe destacar que todas las demás definidoras implican cualidades positivas, y que no implican explícitamente ausencias, carencias y/o alguna cualidad negativa.

Tabla 4

*Núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 18 a 24 años.*

Definidora	PS	DS
Felicidad	255	100
Satisfacción	176	69.019
Alegría	150	58.823
Bienestar	145	56.862
Amor	123	48.235
Salud	77	30.196
Tranquilidad	74	29.019

Nota: “PS” significa Peso Semántico y “DS” significa Distancia Semántica.

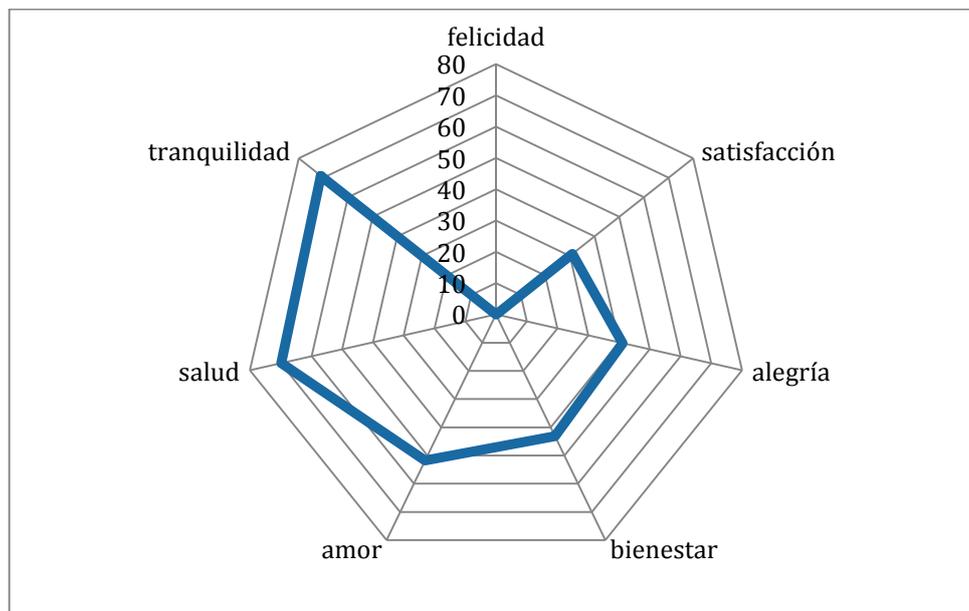


Figura 8. Representación gráfica de la Distancia Semántica Cuantitativa de las definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 18 a 24 años.

La Tabla 5 muestra el núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo de hombres y mujeres dentro del segundo grupo de edad, correspondiente al rango de 25 y 30 años de edad. Se observa que “felicidad” vuelve a ser la definidora con mayor peso semántico, siendo que posee casi el doble que la siguiente definidora. Sin embargo, esta vez “alegría” ocupa el segundo lugar, y “amor” ocupa el tercer puesto, siendo que en el rango anterior de edad ocupaba los últimos lugares. Al igual que en el rango anterior, todas las definidoras hacen alusión a cualidades positivas.

Tabla 5

*Núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 25 a 30 años.*

Definidora	PS	DS
felicidad	297	100
alegría	159	53.535
amor	158	53.198
tranquilidad	151	50.841
autoestima	147	49.494
satisfacción	146	49.158
bienestar	129	43.434

Nota: “PS” significa Peso Semántico y “DS” significa Distancia Semántica.

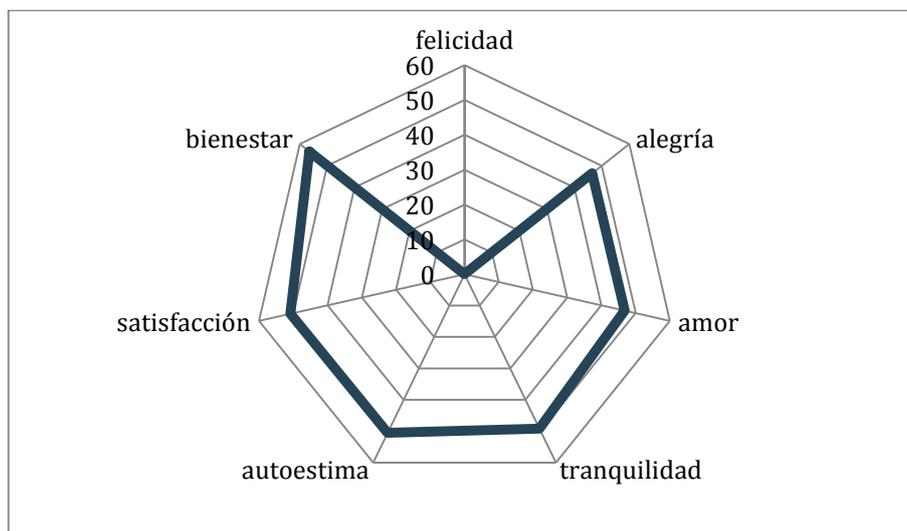


Figura 9. Representación gráfica de la Distancia Semántica Cuantitativa de las definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 25 a 30 años.

La Tabla 6 muestra el núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo para el tercer grupo de edad, correspondiente al rango de entre 31 y 40 años de edad. Si bien “felicidad” vuelve a ocupar el primer lugar, esta vez la diferencia de pesos semánticos entre las definidoras no es tan notable como en

anteriores ocasiones. “Bienestar” ocupa ahora el segundo lugar de las definidoras y no está notablemente debajo de “felicidad”. Aparecen ahora definidoras como “pareja” y “amistad”, que hacen referencia a un componente socio-afiliativo. El resto de las palabras indican cualidades positivas.

Tabla 6

*Núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 31 a 40 años*

Definidora	PS	DS
felicidad	76	100
bienestar	62	81.578
amor	52	68.421
tranquilidad	44	57.894
satisfacción	34	44.736
pareja	27	35.526
amistad	26	34.210
equilibrio	24	31.578
estabilidad	24	31.578

Nota: “PS” significa Peso Semántico y “DS” significa Distancia Semántica.

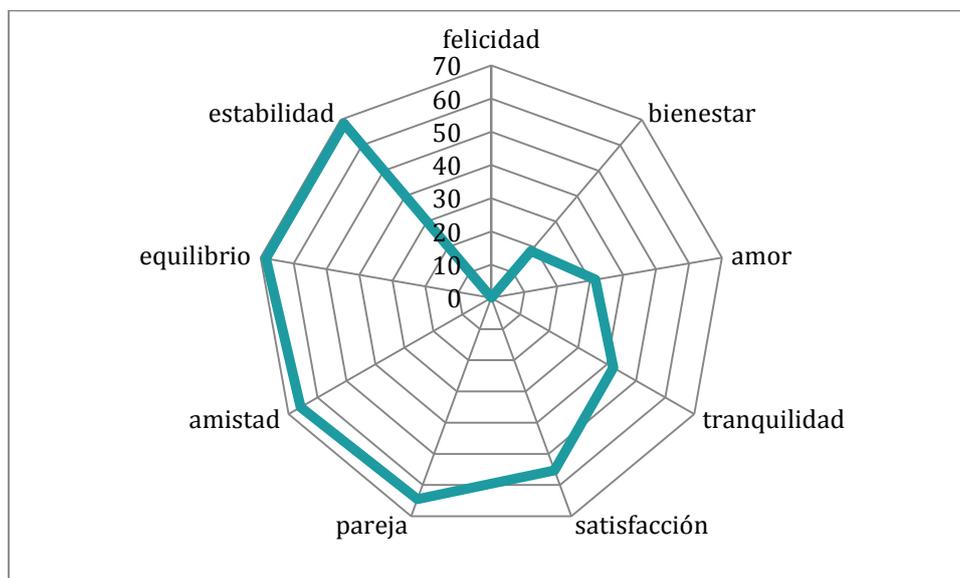


Figura 10. Representación gráfica de la Distancia Semántica Cuantitativa de las definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 31 a 40 años.

La Tabla 7 muestra el núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo para el cuarto grupo de edad, correspondiente al rango de entre 41 a 50 años de edad. “Felicidad” se mantiene en primer lugar, aunque de nuevo el peso semántico no es notablemente superior al de las siguientes definidoras. En este rango de edad aparecen “paz” y “feliz”. El caso de “feliz” es de resaltar dado que hace referencia a la sensación de felicidad que viene apareciendo como

primera definidora, pero lo hace de manera explícitamente *personal* y deja de ser sólo la noción global de felicidad y pasa a ser también el *ser feliz*.

Tabla 7

*Núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 41 a 50 años*

Definidora	PS	DS
felicidad	118	100
paz	91	77.118
amor	82	69.491
alegría	80	67.796
bienestar	53	44.915
armonía	38	32.203
feliz	37	31.355
amistad	36	30.508
tranquilidad	35	29.661

Nota: “PS” significa Peso Semántico y “DS” significa Distancia Semántica.

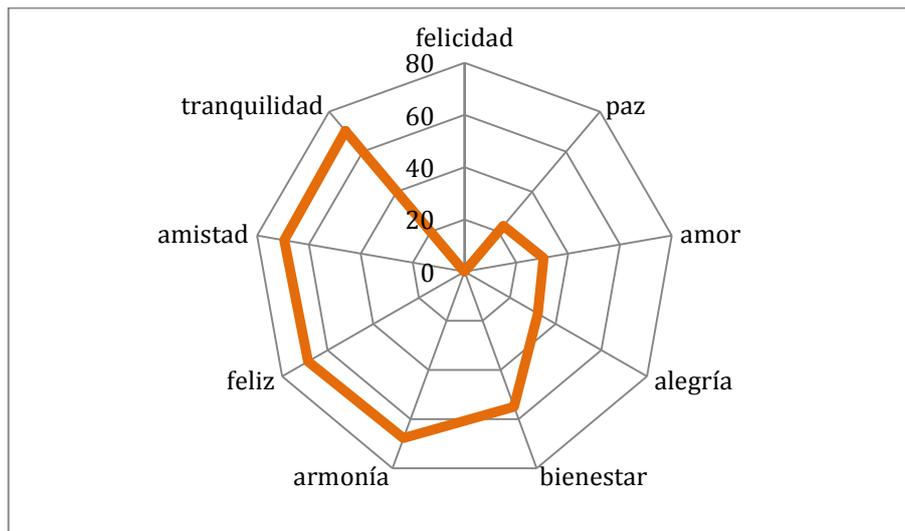


Figura 11. Representación gráfica de la Distancia Semántica Cuantitativa de las definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 41 a 50 años.

La Tabla 8 muestra el núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo para el quinto y último grupo de edad, correspondiente al rango de 50 años de edad en adelante. Al igual que en los demás grupos de edad, “felicidad” es la mejor definidora del bienestar subjetivo. Las demás definidoras son esencialmente las mismas que las de grupos anteriores, aunque variando en el orden en que se presentan. Sin embargo, en este último grupo de edad aparece “cariño”, que no había sido mencionada antes. Vale la pena destacar que nuevamente aparece “feliz”, indicando la personalización del fenómeno global de felicidad.

Tabla 8

*Núcleo de red de definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 51 años en adelante.*

Definidora	PS	DS
felicidad	195	100
amor	175	89.74
alegría	143	73.33
tranquilidad	127	65.12
satisfacción	111	56.92
paz	88	45.12
cariño	80	41.02
salud	77	39.48
bienestar	70	35.89
feliz	70	35.89

Nota: “PS” significa Peso Semántico y “DS” significa Distancia Semántica.

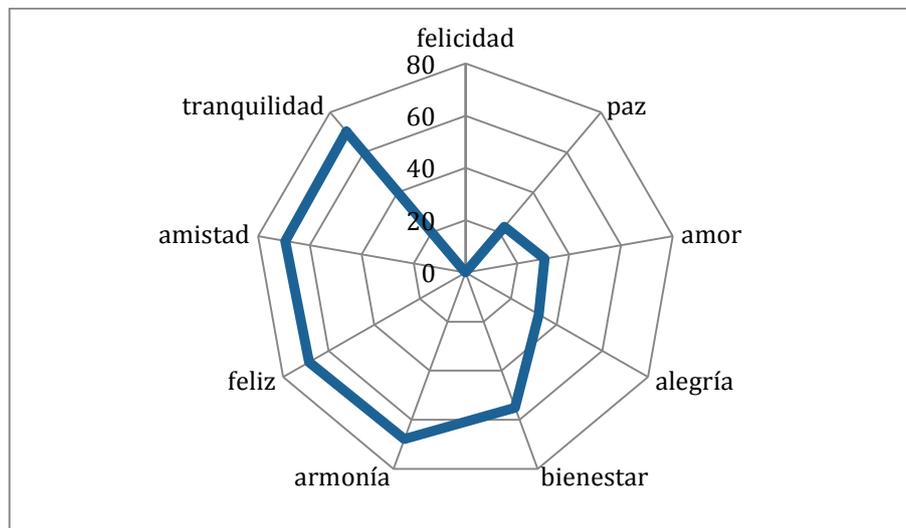


Figura 12. Representación gráfica de la Distancia Semántica Cuantitativa de las definidoras del bienestar subjetivo dentro del grupo de edad de 51 años en adelante.

Para un análisis más detallado de los resultados, se optó por dividir los resultados de redes semánticas en 5 grupos de edad. La Tabla 9 muestra los núcleos de red específicos para cada grupo. En ella se puede observar que “felicidad” es la primera definidora en todos los grupos de edad, y se observa también que “satisfacción” está presente en 4 de los 5 grupos, aunque no en todos comparte la misma ubicación jerárquica. En general, las definidoras son las mismas, variando los núcleos de red relativamente poco entre grupos. La mayoría de las palabras hacen referencia a aspectos positivos de la vida: alegría, tranquilidad, equilibrio, armonía, felicidad, amor, entre otras, aunque las definidoras aparecen con diferentes pesos semánticos en cada grupo. Es evidente la ausencia de definidoras con carácter negativo que pudieran estar indicando malestar, carencia o necesidad.etcétera. Cabe recordar que se

buscaba la definición del concepto de “bienestar”, por lo que destaca que en todos los grupos de edad aparezca dicha palabra como definidora. En otras palabras, los participantes sí asocian “bienestar” con la definición que les fue proporcionada.

Tabla 9

*Tabla comparativa de núcleos de red en los diferentes grupos de edad analizados*

18 a 24 años		25 a 30 años		31 a 40 años		41 a 50 años		51 años en adelante	
Definidora	PS	Definidora	PS	Definidora	PS	Definidora	PS	Definidora	PS
felicidad	255	felicidad	297	felicidad	76	felicidad	118	felicidad	195
satisfacción	176	alegría	159	bienestar	62	paz	91	amor	175
alegría	150	amor	158	amor	52	amor	82	alegría	143
bienestar	145	tranquilidad	151	tranquilidad	44	alegría	80	tranquilidad	127
amor	123	autoestima	147	satisfacción	34	bienestar	53	satisfacción	111
salud	77	satisfacción	146	pareja	27	armonía	38	paz	88
tranquilidad	74	bienestar	129	amistad	26	feliz	37	cariño	80
				equilibrio	24	amistad	36	salud	77
				estabilidad	24	tranquilidad	35	bienestar	70
								feliz	70

Nota: “PS” significa Peso Semántico.

La Tabla 10 corresponde a los núcleos de red de hombres y mujeres dentro del rango de edad de 18 a 24 años. Para ambos sexos, la primera definidora es “felicidad”, pero se observa que “amor” ocupa lugares distintos: mientras que en los hombres ocupa el segundo lugar, en las mujeres ocupa el quinto. Las demás definidoras son exclusivas de cada sexo, por ejemplo, “salud” es una definidora que sólo mencionan los hombres, “alegría” sólo la mencionan las mujeres.

Tabla 10

*Núcleos de red de hombres y mujeres dentro del rango de 18 a 24 años de edad*

HOMBRES			MUJERES		
Definidora	PS	DS	Definidora	PS	DS
felicidad	69	100	felicidad	186	100
amor	46	66.66	satisfecho	140	75.26
seguridad	23	33.33	bienestar	134	72.04
salud	22	31.88	alegría	133	71.5
autorrealización	20	28.98	amor	77	41.39
			cómodo	68	36.55

Nota: “PS” significa Peso Semántico y “DS” significa Distancia Semántica.

En la Tabla 11 se pueden observar los núcleos de red de hombres y mujeres para el grupo de edad de 25 a 30 años. Se puede ver que mientras los hombres hablan de “amor”, las mujeres hablar de *ser* “amorosas”. En este grupo de edad, las definidoras ya empiezan a ser compartidas (el caso de “alegría, bienestar, satisfacción, tranquilidad, autoestima”). Se observa también que incluyen una definidora que hace referencia a un componente auto-evaluativo de la personalidad: autoestima.

Tabla 11

*Núcleos de red de hombres y mujeres dentro del rango de 25 a 30 años de edad*

Definidora	HOMBRES		Definidora	MUJERES	
	PS	DS		PS	DS
felicidad	126	100	felicidad	172	100
tranquilidad	92	73.01	amorosa	112	65.11
satisfacción	67	53.17	alegría	111	64.53
bienestar	62	49.20	autoestima buena	111	64.53
alegría	48	38.09	bienestar	76	44.18
amor	37	29.36	satisfacción	59	34.30
autoestima	36	28.57	tranquilidad	59	34.30
comodidad	35	27.77			
paz	33	26.19			
relajación	33	26.19			

Nota: “PS” significa Peso Semántico y “DS” significa Distancia Semántica.

La Tabla 12 muestra, dentro del grupo de edad de 31 a 40 años, los respectivos núcleos de red para hombres y para mujeres. Tanto para hombres como para mujeres, “felicidad” no sólo no es la primera definidora, sino que incluso para el caso de los hombres, no aparece dentro del núcleo de red. Para el caso de los hombres, aparece “amistad” como primera definidora, mientras que para las mujeres es “bienestar” la que ocupa el primer lugar. Ambos núcleos de red poseen palabras de carácter afiliativo (amistad, pareja, compañía).

Tabla 12

*Núcleos de red de hombres y mujeres dentro del rango de 31 a 40 años de edad*

HOMBRES			MUJERES		
Definidora	PS	DS	Definidora	PS	DS
amistad	19	100	bienestar	44	100
bienestar	18	94.73	satisfacción	37	84.09
tranquilidad	18	94.73	pareja	31	70.45
amor	16	84.21	felicidad	26	59.09
cariño	15	78.94	tranquilidad	26	59.09
equilibrio	15	78.94	estabilidad	25	56.81
plenitud	13	68.42	compañía	19	43.18
salud	11	57.89	amor	18	40.90
			equilibrio	17	38.63
			comfort	14	31.81

Nota: "PS" significa Peso Semántico y "DS" significa Distancia Semántica.

La Tabla 13 muestra los núcleos de red de hombres y mujeres dentro del rango de 41 a 50 años. Nuevamente, en el caso de los hombres, "amistad" ocupa el primer lugar dentro de las definidoras; caso que no aplica para el caso de las mujeres. "Sinceridad" es una palabra que aparece por primera vez (ver núcleo de los hombres). Se puede observar claramente que el núcleo de red es el doble de grande que el núcleo de mujeres, por lo que el bienestar subjetivo implica más cosas en el caso de los hombres.

Tabla 13

*Núcleos de red de hombres y mujeres dentro del rango de 41 a 50 años de edad*

HOMBRES			MUJERES		
Definidora	PS	DS	Definidora	PS	DS
amistad	50	100	felicidad	61	100
felicidad	49	98	alegría	55	90.16
bienestar	39	78	amor	48	78.68
sinceridad	30	60	paz	33	54.09
paz	28	56	armonía	22	36.06
tranquilidad	27	54	feliz	19	31.14
alegría	25	50			
contento	25	50			
feliz	18	36			
agrado	16	32			
armonía	16	32			
amor	15	30			

Nota: "PS" significa Peso Semántico y "DS" significa Distancia Semántica.

La Tabla 14 muestra los núcleos de red de hombres y mujeres dentro del quinto grupo de edad. Las definidoras dentro de los núcleos de red no son sustancialmente distintas a las de los grupos anteriores, pero aparecen algunas palabras que resultan importantes. Aparece por primera vez “amor propio”, que al igual que felicidad/(ser) feliz, no sólo se refiere a la noción global sino que es aterrizado en la propia persona. Otras palabras que hacen referencias más específicas que en casos anteriores son: “bienestar económico” y “salud mental”. Ya no sólo se habla de “estar bien”, sino que se especifica que el dinero es parte fundamental del bienestar; y ya no sólo se trata de “tener salud”, sino de tener una buena salud mental. Otras definidoras son comunes entre este grupo de edad y los anteriores.

Tabla 14

*Núcleos de red de hombres y mujeres dentro del rango de 41 a 50 años de edad*

Definidora	HOMBRES		Definidora	MUJERES	
	PS	DS		PS	DS
felicidad	72	100	amor	127	100
bienestar económico	68	94.44	felicidad	123	96.85
alegría	66	91.66	alegría	77	60.62
amor propio	66	91.66	feliz	66	51.96
tranquilidad	48	66.66	tranquilidad	63	49.60
paz	42	58.33	cariño	60	47.24
realización	35	48.61	salud mental	58	45.66
positivo	34	47.22	paz	46	36.22
satisfacción	32	44.44	compañía	36	28.34
armonía	31	43.05			
responsabilidad	27	37.5			
equilibrio	25	34.72			
afecto	22	30.55			
estabilidad	21	29.16			

Nota: “PS” significa Peso Semántico y “DS” significa Distancia Semántica.

A continuación se muestran las categorías emergentes producto del análisis de contenido de las respuestas que hombres y mujeres proporcionaron a la pregunta “¿Qué es bienestar subjetivo?”. El propósito de la pregunta abierta era complementar la información obtenida de las RS, brindándole la oportunidad a los participantes de proporcionar tanta información como ellos desearan. La información obtenida se presenta en una sola tabla para la muestra total ya que no existieron diferencias significativas por sexo ni por grupos de edad. Las categorías se obtuvieron a partir de unidades de análisis comunes en las diferentes respuestas, por lo que respuestas alusivas al “estar bien” conformaron una categoría (“Bienestar”) y respuestas alusivas a

“ser feliz” conformaron otra (“Felicidad”), por ejemplo. Como se observa en la tabla, muchas respuestas de los participantes fueron repetitivas y redundantes (p.e. Bienestar –como categoría- es “estar bien y sentirse bien”; Felicidad –como categoría- es “algo que te hace feliz”, “encontrar la felicidad...”; Tranquilidad –como categoría- es “estar tranquilo”), lo que facilitó la clasificación de la información. Cada categoría muestra entre paréntesis su frecuencia de ocurrencia, y posteriormente se mencionan tanto la definición de la categoría así como ejemplos de respuestas. Las categorías de “bienestar” y “satisfacción” son las que mayor frecuencia de ocurrencia presentan (ver Tabla 15).

Tabla 15

*Categorías obtenidas de las respuestas a la pregunta “¿Qué es bienestar subjetivo?”*

Categoría	Definición y ejemplos
Bienestar (f=112)	Evaluaciones positivas sobre aspectos afectivos y cognoscitivos asociados al “estar bien”. Ejemplos: Estar y sentirse bien, Estar bien con lo que haces, Es cuando una persona está bien consigo y está bien con los demás, Estar bien con mi familia y mis hijos.
Satisfacción (f=56)	Momentos en la vida en los que se han cubierto ciertas necesidades. Ejemplos: Cuando te sientes bien porque no te aflige algo más, Grado de satisfacción o comodidad de un individuo.
Evaluaciones positivas (f=28)	Reflexiones favorables de diferentes situaciones en la vida de las personas. Ejemplos: Buena actitud, El lado bueno de las cosas, Que veas las cosas buenas que te pasan, Evaluación positiva de lo que haces.
Felicidad (f=24)	Evaluaciones positivas sobre aspectos afectivos y cognoscitivos asociados al “ser o estar feliz”. Ejemplos: Algo que te hace ser feliz, Encontrar la felicidad sin darse uno cuenta, Son las condiciones que considero para llegar a mi felicidad.
Equilibrio (f=21)	Aparente sensación de estabilidad en diferentes ámbitos de la vida. Ejemplos: Percepción del equilibrio de la propia vida, Sentirse bien y mantener el equilibrio en la vida.
Calidad de vida (f=13)	Evaluaciones asociadas a la satisfacción de necesidades y servicios básicos. Ejemplos: Calidad de vida que yo creo que tengo, Tener servicios indispensables para vivir, Lo que creo que necesitamos para vivir.
Artificialidad (f=11)	Respuestas que destacan lo “falso” o “efímero” del bienestar. Ejemplos: Lo que uno quiere y no tiene, Ayudo lo más que puedo, Cómo uno ve la vida.
Tranquilidad (f=10)	Situaciones o momentos de la vida libres de preocupaciones. Ejemplos: El estado de tranquilidad que busca una persona, Estar tranquilo en mi vida personal, Tranquilidad del espíritu.
Salud (f=5)	Ideas, sensaciones y conductas directamente relacionadas con el estado de salud físico de una persona. Ejemplos: Salud de mi familia, La salud física, emocional y mental de las personas.

Dada la lógica del análisis de los datos hasta este punto, existe cierto tipo de información que podría estar quedando fuera de los resultados. Ya que las redes semánticas trabajan con palabras asociadas y jerarquizadas, y dado que las respuestas de la pregunta abierta fueron sintetizadas dentro de categorías emergentes, se llevó a cabo un segundo análisis de los datos de las respuestas a la pregunta abierta con la finalidad de obtener las diferentes áreas de incidencia del bienestar subjetivo. Al observar los ejemplos de las categorías enlistadas en la tabla 15, se puede notar que algunas respuestas son circulares (bienestar es “estar bien”), aunque aportan información al acotar la respuesta a ciertas áreas de incidencia (estar bien *con mis amigos*, estar bien *con lo que haces*, estar bien *con mi familia*, etcétera). A partir de todas las respuestas a la pregunta abierta, se obtuvieron en total 47 áreas de incidencia, que incluyen una amplia variedad de condiciones en las que se presenta el fenómeno. Estas dimensiones incluyen contextos de relaciones interpersonales (pareja, familia, amigos), actividades diarias (casa, escuela, trabajo), emociones, indicadores de salud (salud física, salud mental), necesidades básicas (comida, casa, amor, ropa, vivienda), y cogniciones (actitudes, creencias, pensamientos), entre otros (ver Tabla 16).

Tabla 16

*Áreas de incidencia del bienestar subjetivo*

Actitudes	Escuela	Ropa
Actividades	Espiritualidad	Salud
Amor	Estado de ánimo	Salud física
Armonía	Estado físico	Salud mental
Bienestar	Expectativas	Sentimientos
Casa	Familia	Serenidad
Comida	Felicidad	Trabajo
Conductas	Hijos	Valores
Contexto/entorno	Logros	Vida
Medio ambiente	Metas	Vivienda
Creencias	Necesidades	
Cultura	Opiniones	
Dinero	Pareja	
Economía	Paz	
Educación	Pensamientos	
Ejercicio	Plenitud	
Emociones	Problemas	
Equilibrio	Relaciones interpersonales	

## **Discusión**

En este estudio exploratorio se pretendió obtener la red cognoscitiva de palabras asociadas al constructo de “bienestar subjetivo” por medio de la técnica de redes semánticas naturales modificadas así como con el uso de preguntas abiertas. Al analizar las categorías emergentes de este estudio, puede observarse la amplia gama de respuestas que la gente asigna al constructo. Destaca para el caso de las redes semánticas que “felicidad” es notablemente la mejor definidora del bienestar en hombres y mujeres mexicanos. A partir de ahí, categorías como “bienestar, calidad de vida, salud, satisfacción, amor, alegría, etc.” se distribuyen con diferentes frecuencias. Para el caso de la pregunta abierta, la mayoría de las frecuencias hacen alusión al “estar bien”. Si bien las categorías de la pregunta abierta no son tan ricas en información como en el caso de las redes semánticas, algunas de las categorías coinciden con lo obtenido por las redes: felicidad, bienestar, satisfacción, tranquilidad, etc. Las redes semánticas por sí solas son capaces de proveer el significado asociado a un estímulo dado (Reyes-Lagunes, 1993), por lo que encontrar congruencia entre las definidoras de las redes y las categorías de las respuestas a la pregunta abierta sugiere una sólida estructura cognoscitiva asociada al significado del bienestar subjetivo en la muestra con la que se trabajó.

Álvarez (1987 en Palomar, 1996) llevó a cabo una investigación con la finalidad de evaluar la tendencia hacia la felicidad de los mexicanos. Considerando estados anímicos-emocionales, la relación con los padres de familia de los individuos, relación de pareja (mayor o menor compenetración con el cónyuge), el estado de ánimo dentro del hogar, la visión optimista o pesimista del futuro y el grado de satisfacción personal concluyó que el 52.75% de la muestra de mexicanos con los que trabajó eran “muy felices” o “bastante felices”, dejando claro que la felicidad es característica de los mexicanos. Por ende, encontrar que la felicidad aparece como primera definidora de un constructo asociado al bienestar afectivo y la satisfacción en la vida no debería ser tan sorprendente.

Se ha establecido ya, que la estructura del bienestar subjetivo se compone de tres partes: afecto positivo, afecto negativo y satisfacción con la vida (Diener, 1984, 2009). En general, si se analizan las definidoras del bienestar subjetivo, se puede notar que en general éstas abarcan dos de las tres categorías que componen el bienestar:

- Afecto positivo: respuestas asociadas a felicidad, alegría, amistad, autoestima, plenitud, éxito, autorrealización, amor, etc.
- Satisfacción con la vida: respuestas asociadas a logros, felicidad, satisfacción, paz, comodidad, salud, etc.

Si bien el tercer componente del bienestar subjetivo, el afecto negativo, parece quedar fuera del análisis, de acuerdo a Veenhoven (1994) el balance hedónico (afecto positivo o felicidad) puede asumir la *presencia* del afecto positivo y la *ausencia* del afecto negativo, aunque idealmente deberían considerarse ambos. Por esta razón, es justo asumir que, en términos generales, en este estudio exploratorio las definidoras del bienestar subjetivo obtenidas de las redes semánticas y las dimensiones obtenidas mediante la pregunta abierta son congruentes con la evidencia teórica referente al constructo al corroborar la estructura tripartita de afecto (positivo/negativo) y cognición (satisfacción con la vida) (Diener, 1984, 2009; Kozma & Stones, 1983).

Si bien este estudio exploratorio no evaluó frecuencia ni intensidad de afecto, los resultados también son congruentes con Diener et al. (1991), quienes afirman que el afecto positivo es suficiente para producir afecto positivo, felicidad y bienestar. Cabe recordar que estos autores consideran al bienestar como el *frecuente* afecto positivo e *infrecuente* afecto negativo. Si bien en este trabajo no se trata con frecuencias, los resultados son similares en términos de *presencia* de afecto positivo y *ausencia* del negativo, siendo esto un buen indicador de bienestar.

Cuando se analizan las áreas de incidencia del bienestar subjetivo, se observa que el fenómeno se presenta en una amplia variedad de situaciones, que abarcan desde situaciones personales como interpersonales, y que incluye situaciones conductuales (trabajo, actividades, ejercicio), cognoscitivas (creencias, actitudes, pensamientos) y afectivas (amor, felicidad, sentimientos), lo que deja de manifiesto la multi-situacionalidad del fenómeno, lo cual es congruente si se toma en cuenta que se trata de evaluaciones afectivas y cognoscitivas sobre la vida de un individuo. Es importante destacar que las diferentes situaciones no son específicas a un grupo de edad particular, dado que las situaciones son, en su mayoría, aplicables a cualquier persona. Así, los resultados de este estudio coinciden con los de Pullium (1989), quien menciona que el bienestar subjetivo está compuesto por diferentes partes: bienestar material, relaciones con otros (familiares, amigos), salud (psicológica, física), y otras variables de personalidad, destacando características multi-situacionales del fenómeno.

La literatura (Diener, 1984, 2009) menciona tres componentes básicos del bienestar subjetivo: afecto positivo, afecto negativo y satisfacción con la vida, que en conjunto evalúan los aspectos afectivos y cognoscitivos del bienestar. Si bien esta es la estructura general del bienestar subjetivo, en México, Anguas (2000) encontró una conformación factorial particular para hombres y mujeres mexicanos. El instrumento desarrollado por Anguas está conformado de dos áreas: emocional y cognoscitiva. Los factores de la primer área son: a)

afectividad positiva (cariño, amor, afecto, alegría), b) afectividad negativa (tristeza, depresión, angustia), c) expresividad negativa (enojo, furia, coraje), d) esperanza (emociones de optimismo y entusiasmo), e) desesperanza (emociones de desilusión y sufrimiento), y f) hedonismo emocional (placer y pasión). La segunda área está compuesta por las siguientes subescalas: a) clima familiar (interacción que se tiene con la familia), b) interacción social expresada (relaciones unidireccionales amistosas), c) calidad de vida (temas de educación que recibió el sujeto y situaciones relacionadas con el nivel económico de su familia), d) interacción social recibida (relaciones que se reciben por parte de los amigos), e) logros personales (logros que se han tenido en la vida), f) logros nacionales (situación del país en general), y g) religión (aspectos relacionados con la religión). Igualmente en México, Palomar (2000, 2004) desarrolló un instrumento que evalúa los siguientes factores: sociabilidad y amigos, familia en general, bienestar económico, percepción personal, desarrollo personal, actividades recreativas, entorno social, familia de origen, desarrollo personal por medio del trabajo, reconocimiento social y económico mediante el trabajo, pareja e hijos.

Al comparar los estudios de construcción y validación de instrumentos de bienestar subjetivo de Anguas (2000) y Palomar (2000) con las categorías emergentes de este estudio, se puede concluir que aparentemente el constructo de bienestar subjetivo es estable a lo largo del tiempo. Si se analizan los factores que se conformaron hace más de 10 años, y se observan las categorías de este estudio exploratorio, la concordancia de dimensiones es bastante aceptable, a pesar de que factores como “hijos” o “religión” no aparecen en este estudio y en otros sí (Palomar, 2005). Cabe destacar que el enfoque teórico con el que se aborda el estudio del bienestar en estudios previos varía de un estudio a otro; por ejemplo, los estudios de Palomar (2000, 2004, 2005) están más vinculados a indicadores objetivos del bienestar y calidad de vida-pobreza, por lo que muchos de los indicadores están más ligados a satisfacción con la vida. A pesar de esto, los indicadores de afecto positivo (amor, alegría) de este trabajo son comunes a los trabajos ya mencionados, así como aspectos relacionados a la calidad de vida, hedonismo, sociabilidad, familia, bienestar económico y relaciones interpersonales. Es pertinente destacar que este estudio exploratorio no contiene indicadores asociados al afecto negativo ni a evaluaciones cognoscitivas negativas, situación que sí distingue este trabajo de otros.

Los resultados de este trabajo concuerdan con lo mencionado por Bass (1995), Horley y Lavery (1995) e Inglehart (1990), en cuanto que el afecto positivo y la satisfacción con la vida no sólo se mantienen constantes a lo largo de la vida, sino que en algunos casos puede incrementar conforme aumenta la edad. A pesar de que los núcleos de red no son notablemente distintos, las pocas diferencias en los diferentes grupos de edades concuerda

con lo propuesto por Diener y Suh (1997), quienes encontraron diferencias (particularmente en dimensiones afectivas) en diferentes grupos de edad. También, los resultados de este trabajo dejan ver que conforme aumenta la edad se utilizan más palabras para definir el constructo, lo que sugiere que es mayor el número de dimensiones implicadas en la concepción del fenómeno.

Así, si bien se confirma que en general la estructura elemental del bienestar subjetivo (Diener, 1984, 2009; Diener et al., 1985) se ajusta a la cultura mexicana, queda claro que los elementos esenciales subyacentes al bienestar del mexicano estarán sujetos siempre a necesidades esenciales culturales-individuales. Desafortunadamente, hasta el momento no existe una cantidad considerable de información sobre bienestar subjetivo en México (Diener, 2000, en Anguas, 2000), por lo que aún quedan áreas por explorar relativas al constructo.

A partir de los resultados obtenidos de este estudio exploratorio, y a la luz de los antecedentes teóricos en torno al estudio del Bienestar Subjetivo, se propone la siguiente definición:

Bienestar subjetivo es la evaluación favorable del conjunto de circunstancias y factores que son positivos, agradables y satisfactorios, y que son propios de un individuo, según su entorno y su propia idiosincrasia.

Dicha definición servirá como punto de partida en la creación de una nueva medida de bienestar subjetivo, que condense elementos teóricos ya existentes y evidencia empírica de este estudio. El vínculo de este constructo con variables psicológicas y variables de personalidad como el locus de control, género, autoestima, funcionamiento familiar, autoconcepto (Anguas, 2005; Arita, 2005; García, 1999; McGee & Williams, 2000; Palomar, 2000, 2005; Salinas, Garduño & Barrientos, 2005), entre otras, exige medidas válidas, confiables y culturalmente relevantes de bienestar subjetivo en México. Se sugiere que en la creación del instrumento se consideren evaluaciones objetivas y subjetivas al mismo tiempo que considera expectativas y la percepción de metas cumplidas. Algunos autores (Palomar, 2005) plantean la evaluación de la "importancia" de una dimensión en el estudio del bienestar, lo que permitiría estudiar más a fondo las categorías que brindan (o no) una sensación de bienestar a la persona. Únicamente mediante la integración de diferentes enfoques se podrá llegar a una mejor comprensión del fenómeno.

## FASE 1. B

### Creación, validación y confiabilidad de un instrumento culturalmente válido de bienestar subjetivo

#### **Objetivo general**

Elaborar una escala que evalúe el bienestar subjetivo a partir de los resultados de la fase previa.

#### **Objetivos específicos**

- Elaborar una escala de bienestar subjetivo culturalmente válida, confiable y relevante
- Validar y obtener la confiabilidad de la escala de bienestar subjetivo

#### **Definición de variables**

A partir de la fase previa (Fase 1.A) de este trabajo, la definición de bienestar subjetivo es la siguiente:

Bienestar Subjetivo es la evaluación favorable del conjunto de circunstancias y factores que son positivos, agradables y satisfactorios, y que son propios de un individuo, según su entorno y su propia idiosincrasia.

#### **Muestreo**

Se utilizó un muestreo no probabilístico de 470 personas voluntarias (49.8% hombres, 49.4% mujeres), con edades entre 26 y 63 años de edad. La media de edad fue de 38.2 años (D.E.= 11.24), la mayoría de las personas eran casados (63%) o solteros (14.7%) y la mayoría de la muestra total (84.9%) se encontraban en una relación de pareja de por lo menos 6 meses. Todos los participantes fueron de nacionalidad mexicana, residentes del Distrito Federal. El resto de los datos sociodemográficos se observa en la Tabla 17.

Tabla 17  
*Características sociodemográficas de la muestra*

Variable	Frecuencia	%
<i>Sexo</i>		
respuestas nulas	4	0.9
hombre	234	49.8
mujer	232	49.4
Total	470	100
<i>Escolaridad</i>		
respuestas nulas	6	1.3
primaria	31	6.6
secundaria	88	18.7
técnico	75	16
preparatoria	96	20.4
licenciatura	154	32.8
maestría	20	4.3
Total	470	100
<i>Estado civil</i>		
respuestas nulas	10	2.1
soltero	69	14.7
casado	296	63
unión libre	52	11.1
divorciado	22	4.7
separado	21	4.5
Total	470	100
<i>¿Tiene trabajo?</i>		
respuestas nulas	7	1.5
si	389	82.8
no	74	15.7
Total	470	100
<i>¿Trabaja fuera de casa?</i>		
respuestas nulas	18	3.8
si	345	73.4
no	107	22.8
Total	470	100

(sigue)

Tabla 17. *Características sociodemográficas de la muestra (continuación)*

Variable	Frecuencia	%
<i>Número de hijos</i>		
0	92	19.6
1	72	15.3
2	175	37.2
3	92	19.6
4	27	5.7
5	9	1.9
6	1	0.2
7	2	0.4
Total	470	100
<i>¿Tiene relación de pareja?</i>		
respuestas nulas	10	2.1
si	399	84.9
no	61	13
Total	470	100
<i>Edad años</i>		
Edad mínima	26	
Edad máxima	63	
Media	38.22	
D.E.	11.24	
<i>Tiempo en la relación de pareja meses</i>		
Tiempo mínimo	6	
Tiempo máximo	548	
Media	157.48	
D.E.	120.28	

**Tipo de estudio**

Exploratorio

**Instrumentos**

A partir de los resultados de la fase previa de este estudio, se elaboró un instrumento de bienestar subjetivo con las siguientes características:

### **Primera sección: Dimensión Afectiva del Bienestar Subjetivo**

Utilizando los resultados de las redes semánticas naturales modificadas de la fase previa y palabras utilizadas en escalas validadas en México y otras partes del mundo (p.e. Escala de Bienestar Subjetivo, Anguas, 2000; *Affect Balance Scale-ABS*, Bradburn, 1969; *Positive Affect Negative Affect Scale-PANAS*, Moral de la Rubia, 2011), se elaboró una lista de 96 palabras que representaron, de manera equitativa, reacciones afectivas positivas y negativas.

Palabras como “felicidad, alegría, satisfacción, bienestar, amor, tranquilidad, paz”, entre otras, conformaron la categoría de “afecto positivo”; mientras que palabras como “tristeza, decepción, desesperación, disgusto, furia, enojo, odio”, entre otras, conformaron la categoría de “afecto negativo”. Como ya se mencionó, Veenhoven (1994) es uno de los principales exponentes del supuesto que el afecto positivo es suficiente y necesario para explicar el bienestar, aunque en este trabajo se optó por no obviar la dimensión afectiva negativa tal como lo han hecho otras escalas de bienestar (p.e. Moral de la Rubia, 2011). La lista total de los 96 reactivos se puede encontrar en el Anexo 2.

Palomar (2000) define al bienestar subjetivo como un constructo que varía en función de la *importancia* que el sujeto pueda conceder a cada una de las diferentes áreas o aspectos que forman parte de su vida, por lo que para este estudio se decidió evaluar si la persona consideraba o no importante la característica afectiva que se le presentaba en cada reactivo. Adyacente a cada uno de los 96 reactivos afectivos, se colocó una columna segmentada en dos para las opciones de “sí” es importante y “no” es importante. Las opciones de respuesta para cada uno de los reactivos afectivos iban en un continuo de 5 puntos que evaluaban frecuencia del afecto, en donde “1” correspondía a “nunca” y “5” a siempre”. Los reactivos fueron colocados en orden aleatorio, para eliminar efecto de acarreo y deseabilidad social.

### **Segunda sección: Escala de Satisfacción con la Vida**

Para evaluar la dimensión cognoscitiva (satisfacción con la vida) se trabajó de la siguiente manera:

Las 47 dimensiones obtenidas en la fase previa como áreas de incidencia del bienestar subjetivo fueron categorizadas dentro de dimensiones más globales con el fin de reducir su número y englobar dimensiones comunes. Se trabajaron 8 dimensiones globales que se enlistan a continuación:

1. Relaciones interpersonales: hijos, familia, pareja
2. Salud: salud física, salud mental, estado físico

3. Calidad de vida (necesidades básicas): comida, dinero, escuela, ropa, trabajo, vivienda, economía
4. Medio ambiente: entorno, contexto, cultura
5. Afecto: paz, amor, equilibrio, satisfacción, felicidad, bienestar
6. Actividades: trabajo, ejercicio, actividades recreativas
7. Desarrollo personal: estudios, trabajo, retos, metas, logros
8. Cognición: actitudes, creencias, valores, sentimientos

A partir de las 8 dimensiones globales, se elaboraron un total de 85 reactivos que evalúan diferentes aspectos de la satisfacción con la vida. Los reactivos fueron aleatorizados y balanceados (cada dimensión aproximadamente con la misma cantidad de reactivos) para evitar sesgos en la evaluación. El Anexo 3 muestra la lista de los 85 reactivos utilizados en esta sección.

### **Tercera sección: Satisfacción Global con la Vida**

Algunas investigaciones (p.e., Arita, 2005), destacan la importancia de incluir las 5 preguntas de la *Escala de Satisfacción con la Vida* (SWLS, por sus siglas en inglés, Diener et al., 1985) en la evaluación del bienestar, por lo que fueron incluidas en la construcción de esta escala con el fin de evaluar de manera *global* el concepto de bienestar subjetivo en una muestra mexicana.

Con el fin de evaluar holísticamente el constructo y a la vez complementar la información brindada por la escala de Satisfacción con la Vida, se incluyeron 3 reactivos adicionales, que fueron: “En general, estoy satisfecho con mi vida”; “En general, me siento bien con mi vida”; y, “En general, soy feliz con mi vida”. Tanto la Escala de Satisfacción con la Vida como los 3 reactivos adicionales se presentaron con un formato de respuesta tipo Likert de 7 puntos (1-Completamente en desacuerdo, 7-Completamente de acuerdo). La lista de 8 reactivos totales que fueron utilizados en esta sección se puede observar en el Anexo 4.

### **Cuarta sección: Dimensiones del bienestar subjetivo**

Utilizando las áreas de incidencia del bienestar subjetivo obtenidas de la fase previa, se construyó una sub-escala de dimensiones del bienestar. Siguiendo la idea de evaluar la “importancia” de diferentes áreas o aspectos de la vida de una persona y su impacto en el bienestar (Palomar, 2000), esta sub-escala se construyó para evaluar la importancia relativa que tienen diferentes dimensiones en la vida de los mexicanos. Se utilizó un continuo de 10 puntos en donde “1” correspondía a “nada importante” y “10” correspondía a “muy importante”. La lista de 53 reactivos totales que fueron utilizados en esta sección se puede observar en el Anexo 5.

### ***Procedimiento***

Se pidió cooperación voluntaria a todos los participantes para que respondieran la totalidad de las escalas. A todas las personas involucradas en la contestación de las escalas se les garantizó confidencialidad de los datos y se les aseguró que éstos sólo serían utilizados con fines estadísticos y con fines de divulgación científica. Al finalizar la contestación de las escalas, se les agradeció su participación.

### ***Tratamiento estadístico***

Siguiendo los lineamientos que proponen Reyes-Lagunes y García-y-Barragán (2008), se llevaron a cabo los siguientes procedimientos:

- Revisión y adaptación de reactivos (Adecuación del lenguaje, revisión de ortografía, etc.)
- Análisis de frecuencias incluyendo sesgo. Este análisis permite observar lo “atractivo” de las opciones de respuesta, permite observar tendencias de respuesta cargadas hacia una de las opciones, y la selección de reactivos a partir de la elección de conductas típicas o normales.
- Discriminación de reactivos para grupos extremos utilizando la prueba *t* de Student
- Análisis de confiabilidad Alpha de Cronbach para obtener la consistencia interna de los factores y de la escala total
- Análisis factorial de componentes principales para la validez de constructo

## Resultados

### Dimensión Afectiva del Bienestar Subjetivo

A partir de las pruebas de sesgo, análisis de frecuencias, discriminación de reactivos para grupos extremos (prueba *t* de Student) y correlación *ítem*-total mayor a 0.4 (Alfa de Cronbach), de los 96 reactivos afectivos originales, sólo 43 cumplieron los requisitos suficientes para ser considerados en un análisis final de datos. Estos 48 reactivos fueron incluidos en un análisis factorial de componentes principales con rotación ortogonal (*Varimax*). Se tomó la decisión de establecer 0.4 como el peso factorial mínimo, 1 como el valor propio mínimo para cada reactivo, y 3 el número mínimo de reactivos para cada factor.

Sólo 46 de los 48 reactivos cumplieron con los requisitos ya establecidos, y éstos se agruparon en 7 factores que explican el 52.971% de la varianza total. Un análisis de consistencia interna mediante Alpha de Cronbach para la escala total arrojó un valor de 0.94. El resto de los datos psicométricos se pueden observar en la Tabla 18.

Definición de los factores:

1. Decepción: Sentimientos de desengaño o malestar que se experimentan al no recibir, conseguir o suceder algo como se esperaba, acompañados de sentimientos de dolor, frustración o tristeza causado por él. Sus indicadores son: decepción, desesperación, sufrimiento, irritación, incomodidad, nostalgia, soledad, tristeza, malestar, dolor e impotencia.
2. Rabia: Sentimientos de profundo enojo o disgusto. Sus indicadores son: disgusto, furia, angustia, enojo, resentimiento, desajuste, odio, abatimiento, ansiedad, desencanto, agitación, inquietud, desilusión, vergüenza y hostilidad.
3. Tranquilidad: Sentimientos de calma y despreocupación. Sus indicadores son dicha, bienestar, pasión, equilibrio, alivio y consuelo.
4. Fatalismo: Sentimientos de resignación ante la imposibilidad de cambiar acontecimientos adversos. Sus indicadores son: desamor, desgracia, desdicha e infelicidad.
5. Miedo: Sentimientos de perturbación del estado de ánimo ante un posible riesgo de que algo suceda. Sus indicadores son: miedo, temor, fracaso y nervios.
6. Culpa: Sentimientos de responsabilidad por una acción o pensamiento. Sus indicadores son: culpa, melancolía y frustración.
7. Apatía: Sentimientos de insensibilidad ante situaciones que normalmente provocan alguna emoción; falta de interés o motivación. Sus indicadores son: conformidad, incertidumbre, desatención.

Tabla 18  
*Datos psicométricos de la Dimensión Afectiva del Bienestar Subjetivo*

Reactivo	Factor							Total
	1	2	3	4	5	6	7	
45. Decepción	<b>0.717</b>	0.221	0.009	0.173	0.086	0.026	0.045	
42. Desesperación	<b>0.648</b>	0.315	-0.002	0	0.206	0.206	0.152	
41. Sufrimiento	<b>0.635</b>	0.253	0.009	0.143	0.22	0.065	0.171	
38. Irritación	<b>0.627</b>	0.33	0.025	0.002	0.205	0.083	0.031	
37. Incomodidad	<b>0.607</b>	0.234	0.096	0.218	0.159	-0.012	0.019	
50. Nostalgia	<b>0.603</b>	0.139	0.118	0.015	-0.023	0.421	0.189	
56. Soledad	<b>0.593</b>	0.223	-0.017	0.389	-0.006	0.196	0.23	
48. Tristeza	<b>0.583</b>	0.16	0.109	0.187	0.18	0.228	0.072	
27. Malestar	<b>0.571</b>	0.189	0.026	0.036	0.19	0.165	-0.095	
57. Dolor	<b>0.478</b>	0.212	0.059	0.385	0.212	0.155	0.232	
31. Impotencia	<b>0.414</b>	0.178	0.119	0.086	0.282	0.227	0.091	
79. Disgusto	0.264	<b>0.637</b>	0.039	0.036	0.099	0.271	-0.007	
68. Furia	0.26	<b>0.623</b>	-0.011	0.158	0.071	0.033	0.184	
90. Angustia	0.178	<b>0.622</b>	0.005	0.276	0.339	0.034	0.113	
77. Enojo	0.153	<b>0.617</b>	-0.079	-0.026	0.23	0.31	-0.094	
69. Resentimiento	0.211	<b>0.596</b>	0.027	0.107	0.128	0.122	0.066	
94. Desajuste	0.207	<b>0.577</b>	0.107	0.373	-0.177	-0.037	0.128	
76. Odio	0.069	<b>0.561</b>	0.017	0.109	0.081	0.247	0.052	
92. Abatimiento	0.328	<b>0.553</b>	-0.005	0.297	0.016	-0.092	0.092	
89. Ansiedad	0.285	<b>0.542</b>	0.025	0.24	0.24	0.017	0.189	
78. Desencanto	0.253	<b>0.532</b>	-0.005	0.174	-0.022	0.446	-0.036	
66. Agitación	0.228	<b>0.53</b>	0.017	-0.061	0.063	0.167	0.297	
70. Inquietud	0.274	<b>0.476</b>	0.187	-0.014	0.125	0.07	0.255	
81. Desilusión	0.199	<b>0.449</b>	0.006	0.36	0.176	0.433	0.067	
60. Vergüenza	0.1	<b>0.422</b>	-0.033	0.146	0.371	0.417	0.159	
64. Hostilidad	0.117	<b>0.417</b>	0	0.039	-0.099	0.082	0.391	
24. Dicha	-0.005	0.03	<b>0.824</b>	-0.051	0.049	-0.033	0.09	
25. Bienestar	-0.005	-0.065	<b>0.796</b>	-0.006	0.105	0.006	-0.03	
39. Pasión	-0.057	-0.013	<b>0.751</b>	0.059	0.035	-0.019	0.004	
28. Equilibrio	0.047	-0.157	<b>0.728</b>	0.137	-0.103	0.126	-0.01	
93. Alivio	0.088	0.175	<b>0.588</b>	-0.027	-0.137	-0.042	0.004	
35. Consuelo	0.214	0.137	<b>0.573</b>	-0.058	0.189	-0.037	0.167	
88. Desamor	0.229	0.399	-0.011	<b>0.578</b>	-0.1	0.199	0.041	
82. Desgracia	0.126	0.433	0.06	<b>0.52</b>	0.055	0.151	0.072	
58. Desdicha	0.489	0.13	0.005	<b>0.491</b>	0.06	0.173	0.371	
33. Infelicidad	0.402	0.069	0.006	<b>0.431</b>	0.411	0.076	0.2	
34. Miedo	0.368	0.166	0.056	0.018	<b>0.646</b>	0.175	0.03	
23. Temor	0.344	0.224	0.022	-0.019	<b>0.6</b>	-0.015	0.111	
32. Fracaso	0.358	0.076	0.06	0.437	<b>0.472</b>	0.082	0.127	
54. Nervios	0.369	0.245	0.032	-0.054	<b>0.438</b>	0.133	0.382	

(sigue)

Tabla 18. *Datos psicométricos de la Dimensión Afectiva del Bienestar Subjetivo (continuación)*

Reactivo	Factor							Total
	1	2	3	4	5	6	7	
65. Culpa	0.295	0.376	-0.024	0.153	0.072	<b>0.562</b>	0.222	
62. Melancolía	0.369	0.294	0.022	0.087	0.064	<b>0.549</b>	0.188	
61. Frustración	0.329	0.325	-0.137	0.33	0.206	<b>0.483</b>	0.094	
52. Conformidad	0.061	0.098	0.161	0.189	0.16	0.132	<b>0.667</b>	
51. Incertidumbre	0.496	0.179	0.07	0.149	0.109	0.17	<b>0.497</b>	
53. Desatención	0.407	0.302	-0.031	0.115	0.102	0.028	<b>0.494</b>	
No. De reactivos por factor	11	15	6	4	4	3	3	46
Varianza explicada	13.47	12.94	6.78	5.26	5.105	4.94	4.45	52.97
Varianza acumulada	13.47	26.42	33.20	38.47	43.57	48.52	52.97	
Media	2.30	2.169	3.56	1.908	2.307	2.154	2.226	
Desviación estándar	0.818	0.730	0.858	0.843	0.860	0.913	0.958	
Alfa de Cronbach	0.902	0.906	0.806	0.731	0.745	0.774	0.699	0.94
KMO								0.94

### Satisfacción Global con la Vida

A partir de las pruebas de sesgo, análisis de frecuencias, discriminación de reactivos para grupos extremos (prueba *t* de Student) y correlación *ítem*-total mayor a 0.4 (Alfa de Cronbach), de los 8 reactivos originales sobre satisfacción global con la vida, todos cumplieron los requisitos suficientes para ser considerados en un análisis final de datos. Estos 8 reactivos fueron incluidos en un análisis factorial de componentes principales con rotación ortogonal (*Varimax*). Al igual que en las escalas anteriores, se tomó la decisión de establecer 0.5 como el peso factorial mínimo, 1 como el valor propio mínimo para cada reactivo, y 3 el número mínimo de reactivos para cada factor.

Los 8 reactivos se agruparon en 1 factor que explica el 71.38% de la varianza total. Un análisis de consistencia interna mediante Alpha de Cronbach para la escala total arrojó un valor de 0.94. El resto de los datos psicométricos se pueden observar en la Tabla 19.

Definición del factor:

1. Satisfacción global con la vida: Sentimientos y pensamientos de placer que representan una evaluación amplia y reflexiva favorable o desfavorable de la evaluación de la vida vista como un todo integral.

Tabla 19.

*Datos psicométricos de la Dimensión Cognoscitiva del Bienestar Subjetivo: Satisfacción Global con la Vida*

Reactivo	Factor	
	1	Total
7. En general, me siento bien con mi vida	<b>0.92</b>	
6. En general, estoy satisfecho con mi vida	<b>0.903</b>	
3. Estoy satisfecho con mi vida	<b>0.898</b>	
8. En general, soy feliz con mi vida	<b>0.881</b>	
4. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes en la vida	<b>0.825</b>	
1. En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal.	<b>0.822</b>	
2. Las condiciones de vida son excelentes	<b>0.767</b>	
5. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida	<b>0.722</b>	
No. De reactivos por factor	8	8
Varianza explicada	71.38	71.38
Media	5.2766	
Desviación estándar	1.38651	
Alfa de Cronbach	0.94	0.94
KMO		0.92

### Dimensión Cognoscitiva del Bienestar Subjetivo: Satisfacción con la Vida

A partir de las pruebas de sesgo, análisis de frecuencias, discriminación de reactivos para grupos extremos (prueba *t* de Student) y correlación *ítem*-total mayor a 0.4 (Alfa de Cronbach), de los 85 reactivos originales sobre satisfacción con la vida, sólo 84 cumplieron los requisitos suficientes para ser considerados en un análisis final de datos. Estos 84 reactivos fueron incluidos en un análisis factorial de componentes principales con rotación ortogonal (*Varimax*). Se tomó la decisión de establecer 0.5 como el peso factorial mínimo, 1 como el valor propio mínimo para cada reactivo, y 3 el número mínimo de reactivos para cada factor.

Sólo 48 de los 84 reactivos cumplieron con los requisitos ya establecidos, y éstos se agruparon en 9 factores que explican el 54.89% de la varianza total. Un análisis de consistencia interna mediante Alpha de Cronbach para la escala total arrojó un valor de 0.97. El resto de los datos psicométricos se pueden observar en la Tabla 20.

Definición de los factores:

1. Relación de pareja: Sentimientos y pensamientos placenteros de satisfacción en actividades relacionadas con la pareja. Sus indicadores son: la convivencia, unión, apoyo, actividades y comunicación con la pareja, así como la vida sexual y el amor con ésta.
2. Economía personal: Sentimientos y pensamientos placenteros de satisfacción en actividades económicas relacionadas con la posibilidad de cubrir algunas necesidades personales. Sus indicadores son: el dinero que tiene, el dinero que tiene para su alimentación, su salud y su vivienda, dinero para lujos que puede darse una persona y el dinero que tiene para actividades recreativas.
3. Armonía personal: Satisfacción hacia emociones, pensamientos y sensaciones que proyectan calma, tranquilidad y despreocupación en la vida. Sus indicadores son: paz, armonía, sentimientos, emociones y vida espiritual.
4. Autorrealización: Sentimientos y pensamientos placenteros de satisfacción en actividades que desarrollan el potencial de la persona. Sus indicadores son: el desarrollo personal, comparaciones con otras personas, el bienestar, plenitud, entretenimiento y la calidad de vida de la persona.
5. Amigos: Sentimientos y pensamientos placenteros de satisfacción en actividades relacionadas con las amistades. Sus indicadores son: actividades, comunicación, convivencia, unión y relación con las amistades.
6. Compañeros de trabajo: Sentimientos y pensamientos placenteros de satisfacción en actividades relacionadas con los compañeros de trabajo.

Sus indicadores son: el apoyo, convivencia, actividades y comunicación con los co-trabajadores.

7. Educación: Sentimientos y pensamientos placenteros de satisfacción en actividades relacionadas con el nivel educativo de la persona. Sus indicadores son: el nivel de estudios, la educación que se tiene en comparación a la de otros, y los deseos de superación personal.
8. Familia: Sentimientos y pensamientos placenteros de satisfacción en actividades relacionadas con la familia. Sus indicadores son: la comunicación, apoyo, convivencia y unión con la familia con que se vive.
9. Hijos: Sentimientos y pensamientos placenteros de satisfacción en actividades relacionadas con los hijos. Sus indicadores son: la unión, convivencia y apoyo de los hijos.

Tabla 20

*Datos psicométricos de la Dimensión Cognoscitiva del Bienestar Subjetivo: Satisfacción con la Vida*

Reactivo	Factor									Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
41. La convivencia con su pareja	<b>0.88</b>	0.14	0.15	0.06	0.11	0.05	0.08	0.10	0.13	
59. La unión con su pareja	<b>0.86</b>	0.13	0.12	0.12	0.09	0.08	0.12	0.02	0.14	
60. El apoyo que recibe de su pareja	<b>0.84</b>	0.10	0.12	0.05	0.12	0.10	0.10	0.01	0.08	
77. Su relación de pareja	<b>0.84</b>	0.14	0.09	0.24	0.00	0.05	0.04	0.13	0.07	
42. Las actividades que realiza con su pareja	<b>0.80</b>	0.10	0.07	0.12	0.14	0.13	0.16	0.10	0.12	
22. La comunicación con su pareja	<b>0.75</b>	0.18	0.18	0.07	0.08	0.05	0.01	0.22	0.10	
3. Su vida sexual	<b>0.56</b>	0.06	0.33	0.12	0.05	0.23	-0.03	0.12	0.02	
48. El amor en su vida	<b>0.56</b>	0.11	0.32	0.15	0.16	0.10	0.10	0.34	0.16	
32. El dinero que tiene	0.13	<b>0.78</b>	0.15	0.14	0.10	0.08	0.18	0.09	0.11	
17. El dinero que tiene para su alimentación	0.14	<b>0.77</b>	0.22	0.11	0.06	0.14	0.14	0.03	0.07	
28. El dinero que tiene para su salud	0.15	<b>0.74</b>	0.12	0.11	0.06	0.11	0.12	0.06	0.07	
56. Su economía	0.16	<b>0.74</b>	0.14	0.22	0.12	0.07	0.13	0.01	0.14	
21. El dinero que tiene para su vivienda	0.19	<b>0.72</b>	0.13	0.09	0.03	0.17	0.15	0.01	0.08	
85. Los lujos que puede darse	0.10	<b>0.63</b>	-0.02	0.48	0.10	-0.03	0.11	0.18	-0.05	
64. El dinero que tiene para actividades recreativas (vacaciones, paseos, deportes, conciertos, etc.)	0.07	<b>0.61</b>	0.10	0.25	0.19	0.02	0.16	0.07	0.02	

(sigue)

Tabla 20. Datos psicométricos de la Dimensión Cognoscitiva del Bienestar Subjetivo: Satisfacción con la Vida (continuación)

Reactivo	Factor									Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
13. El nivel de paz (tranquilidad) que siente en su vida	0.20	0.22	<b>0.68</b>	0.11	0.16	0.01	0.12	0.08	-0.12	
14. El nivel de armonía de su vida	0.25	0.20	<b>0.66</b>	0.19	0.19	0.01	0.07	0.18	0.09	
15. Sus emociones	0.34	0.08	<b>0.64</b>	0.14	0.16	0.14	0.14	0.08	0.18	
69. Sus sentimientos	0.34	0.09	<b>0.59</b>	0.22	0.18	0.12	0.12	0.17	0.09	
12. Su vida espiritual	0.09	0.16	<b>0.54</b>	0.14	0.06	0.09	0.11	0.02	0.12	
68. El equilibrio en su vida	0.30	0.18	<b>0.52</b>	0.44	0.16	0.10	0.09	0.12	0.12	
82. Su desarrollo personal	0.23	0.22	0.24	<b>0.64</b>	0.07	0.09	0.30	0.07	0.16	
81. Las comparaciones que hace de su vida con otras personas	0.17	0.22	0.24	<b>0.63</b>	0.09	0.11	0.10	-0.05	0.09	
79. Su bienestar	0.22	0.34	0.24	<b>0.59</b>	0.17	0.04	0.09	0.13	0.07	
71. La plenitud que ha alcanzado	0.20	0.28	0.33	<b>0.58</b>	0.04	0.16	0.26	0.10	0.15	
83. Su entretenimiento	0.19	0.24	0.06	<b>0.53</b>	0.29	0.02	0.12	0.11	-0.01	
76. Su calidad de vida en general	0.30	0.35	0.22	<b>0.52</b>	0.21	0.02	0.15	0.18	-0.04	
50. Las actividades que realiza con sus amistades	0.13	0.20	0.11	0.10	<b>0.75</b>	0.20	0.15	0.08	0.06	
54. La comunicación con sus amistades	0.14	0.10	0.13	0.10	<b>0.74</b>	0.29	0.13	0.19	0.15	
51. La convivencia con sus amistades	0.21	0.20	0.16	0.07	<b>0.73</b>	0.30	0.11	0.09	0.12	
46. La relación con sus amistades	0.14	0.10	0.35	0.23	<b>0.58</b>	0.18	0.11	0.00	0.23	
2. La unión con sus amistades	0.17	-0.01	0.14	0.11	<b>0.56</b>	0.33	0.03	0.13	0.01	
25. El apoyo que recibe de sus compañeros de trabajo	0.10	0.11	0.09	0.04	0.21	<b>0.84</b>	0.01	0.02	0.11	
24. La convivencia con sus compañeros de trabajo	0.09	0.16	0.09	0.08	0.24	<b>0.84</b>	0.08	0.09	0.09	
26. Las actividades que realiza con sus compañeros de trabajo	0.13	0.12	0.07	0.07	0.21	<b>0.79</b>	-0.01	0.03	0.16	
5. La comunicación con sus compañeros de trabajo	0.12	0.07	0.13	0.05	0.16	<b>0.73</b>	0.18	0.15	-0.02	

(sigue)

Tabla 20. Datos psicométricos de la Dimensión Cognoscitiva del Bienestar Subjetivo: Satisfacción con la Vida (continuación)

Reactivo	Factor									Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
58. Su nivel de estudios	0.18	0.28	0.05	0.14	0.16	0.00	<b>0.72</b>	0.10	-0.01	
16. Su educación en comparación a la educación que le gustaría tener	-0.02	0.15	0.20	0.11	0.07	0.13	<b>0.68</b>	0.06	0.05	
62. Su educación	0.22	0.21	0.19	0.23	0.16	0.02	<b>0.67</b>	0.01	0.09	
63. Sus deseos de superación personal	0.16	0.32	0.19	0.14	0.09	0.06	<b>0.61</b>	0.12	0.15	
6. La comunicación con los miembros de su familia	0.22	0.06	0.32	0.03	0.14	0.25	0.08	<b>0.59</b>	0.12	
84. La familia con la que vive	0.34	0.03	0.14	0.36	-0.01	0.09	0.00	<b>0.56</b>	0.28	
53. El apoyo que recibe de su familia	0.24	0.07	0.12	0.10	0.26	0.08	0.21	<b>0.53</b>	0.35	
30. La convivencia con su familia	0.32	0.20	0.25	0.15	0.16	0.15	0.07	<b>0.53</b>	0.30	
52. La unión de su familia	0.37	0.03	0.26	0.14	0.19	0.01	0.13	<b>0.51</b>	0.33	
55. La unión con sus hijos	0.24	0.12	0.13	0.12	0.09	0.12	0.08	0.17	<b>0.77</b>	
23. La convivencia que tiene con sus hijos	0.23	0.13	0.13	0.08	0.14	0.25	0.01	0.17	<b>0.68</b>	
43. El apoyo que recibe de sus hijos	0.35	0.11	0.13	-0.02	0.18	0.04	0.09	0.23	<b>0.65</b>	
No. De reactivos por factor	8	7	6	6	5	4	4	5	3	48
Varianza explicada	9.64	8.49	8.16	6.22	5.38	4.97	4.63	3.83	3.52	54.89
Varianza acumulada	9.64	18.14	26.30	32.5	37.91	42.88	47.52	51.36	54.89	
Media	2.43	3.09	2.36	2.46	2.53	2.65	2.87	2.07	2.15	
Desviación estándar	1.59	1.62	1.26	1.32	1.40	1.63	1.56	1.21	1.51	
Alfa de Cronbach	0.94	0.91	0.88	0.88	0.89	0.91	0.83	0.86	0.84	0.97
KMO										0.95

### Dimensiones del bienestar subjetivo

A partir de las pruebas de sesgo, análisis de frecuencias, discriminación de reactivos para grupos extremos (prueba *t* de Student) y correlación *ítem*-total mayor a 0.4 (Alfa de Cronbach), de los 53 reactivos originales sobre dimensiones del bienestar subjetivo, sólo 48 cumplieron los requisitos suficientes para ser considerados en un análisis final de datos. Estos 48 reactivos fueron incluidos en un análisis factorial de componentes principales con rotación ortogonal (*Varimax*). Se tomó la decisión de establecer 0.5 como el peso factorial mínimo, 1 como el valor propio mínimo para cada reactivo, y 3 el número mínimo de reactivos para cada factor.

Sólo 36 de los 48 reactivos cumplieron con los requisitos ya establecidos, y éstos se agruparon en 6 factores que explican el 53.717% de la varianza total. Un análisis de consistencia interna mediante Alpha de Cronbach para la escala total arrojó un valor de 0.96. El resto de los datos psicométricos se pueden observar en la Tabla 21.

#### Definición de factores:

1. Plenitud
2. Ecuanimidad
3. Status quo
4. Esparcimiento
5. Ámbito personal
6. Red de apoyo

Tabla 21

*Datos psicométricos de la Evaluación de Importancia de Dimensiones del Bienestar*

Reactivo	Factor						Total
	1	2	3	4	5	6	
38. La salud	<b>0.789</b>	0.047	0.125	0.061	0.17	0.188	
36. Ser feliz	<b>0.756</b>	0.166	0.105	-0.087	0.124	0.234	
35. La felicidad	<b>0.725</b>	0.165	0.103	-0.063	0.157	0.292	
44. La salud física	<b>0.703</b>	0.12	0.217	0.327	0.092	-0.003	
39. La paz	<b>0.682</b>	0.214	0.045	0.272	0.133	0.149	
40. La plenitud	<b>0.644</b>	0.335	0.088	0.143	0.041	0.023	
48. Estar satisfecho	<b>0.615</b>	0.291	0.161	0.208	0.04	0.079	
45. El bienestar	<b>0.61</b>	0.024	0.122	0.229	0.201	0.132	
43. Los valores	<b>0.579</b>	0.216	0.085	0.282	0.22	0.195	
47. Los logros	<b>0.563</b>	0.283	0.221	0.229	-0.044	0.002	
50. El estado de ánimo	<b>0.558</b>	0.331	0.136	0.185	0.191	0.207	
52. La capacidad de satisfacer sus necesidades	<b>0.556</b>	0.291	0.214	0.214	0.178	0.091	
53. El equilibrio	<b>0.539</b>	0.367	0.066	0.191	0.248	0.116	
10. Sus expectativas	0.228	<b>0.658</b>	0.247	0.316	-0.009	0.126	
9. La serenidad	0.126	<b>0.627</b>	0.243	0.191	0.203	0.231	
11. Sus sentimientos	0.223	<b>0.627</b>	0.185	0.144	0.16	0.387	
17. Las metas	0.295	<b>0.62</b>	0.249	0.118	0.197	0.203	
22. La armonía	0.3	<b>0.584</b>	0.304	0.038	0.312	0.144	
23. Sus emociones	0.261	<b>0.524</b>	0.235	0.076	0.051	-0.052	
15. Los pensamientos	0.254	<b>0.501</b>	0.139	0.427	0.135	0.119	
21. El dinero	0.059	0.039	<b>0.782</b>	0.109	0.068	0.022	
12. La economía	0.093	0.239	<b>0.761</b>	0.194	0.111	0.17	
19. La comida	0.261	0.245	<b>0.667</b>	0.095	-0.011	0.052	
8. La vivienda	0.078	0.182	<b>0.564</b>	0.194	0.262	0.088	
16. La familia	0.166	0.229	<b>0.503</b>	-0.09	0.095	0.404	
41. El ejercicio	0.373	0.069	0.154	<b>0.647</b>	0.048	0.031	
5. La cultura	0.146	0.313	0.144	<b>0.579</b>	0.134	0.088	
14. El entorno	0.111	0.354	0.319	<b>0.509</b>	0.247	0.015	
26. La casa	0.227	0.097	0.459	-0.009	<b>0.58</b>	-0.021	
31. Sus actitudes	0.344	0.23	0.11	0.233	<b>0.573</b>	0.086	
32. El trabajo	0.209	0.116	0.254	0.085	<b>0.536</b>	0.064	
27. La salud mental	0.322	0.329	0.246	0.136	<b>0.509</b>	0.199	
29. La pareja	0.194	0.103	0.091	0.032	0.106	<b>0.672</b>	
2. El amor	0.286	0.292	0.137	0.088	0.034	<b>0.67</b>	
37. Las amistades	0.342	-0.08	0.102	0.369	0.039	<b>0.45</b>	
No. De reactivos por factor	13	7	5	3	4	3	35
Varianza explicada	16.38	10.45	8.72	6.66	5.88	5.6	53.71
Varianza acumulada	16.38	26.83	35.56	42.23	48.11	53.71	
Media	9.22	8.92	8.83	8.11	9.04	6.67	
Desviación estándar	1.04	1.19	1.19	1.60	1.11	0.96	
Alfa de Cronbach	0.93	0.88	0.80	0.67	0.75	0.61	0.96
KMO							0.95

## **Discusión**

Diener (1984, 2009) propone en su teoría sobre bienestar subjetivo que éste se constituye por tres componentes básicos: presencia de afecto positivo, ausencia de afecto negativo y satisfacción con la vida (cognición). Esta estructura tripartita ha sido piedra angular de la mayoría de las investigaciones llevadas a cabo sobre bienestar subjetivo. Diener (2009) destaca que para poder hablar de un estado de “bienestar”, debemos hacer énfasis en la presencia de niveles altos de afecto positivo y en la ausencia (o niveles bajos) de afecto negativo, visión también compartida por Veenhoven (1994).

Los resultados de la primera sub-escala del instrumento de bienestar subjetivo creado en este estudio son congruentes con las investigaciones de Diener (1984) y de Anguas (2000) en cuanto a que el afecto positivo puede ser evaluado mediante indicadores de gozo, alegría, felicidad, entre otros, y el afecto negativo mediante emociones como culpa, vergüenza, tristeza, enojo, ansiedad, entre otras. En ese sentido, esta investigación es congruente con investigaciones con investigaciones hechas en México (Anguas, 2000), así como otras de corte similar (p.e., Moral de la Rubia, 2011).

Originalmente, el punto de partida de este trabajo fue una definición en donde se asumía una evaluación afectiva y cognoscitiva favorable (ver fase previa de este trabajo) como precursor del bienestar subjetivo; definición congruente con investigaciones a nivel mundial (Diener et al., 1991; Horley & Lavery; Veenhoven, 1994). Sin embargo, se tomó la decisión de incluir reactivos con carga afectiva negativa para no obviar esta parte y corroborar si efectivamente el afecto positivo era suficiente y necesario para el bienestar.

Llama la atención que seis de los siete factores obtenidos de la sub-escala de afecto poseen connotaciones principalmente negativas, lo cual pone en tela de juicio lo propuesto por investigaciones previas. Esto sugiere que el afecto negativo no puede ser omitido en la evaluación del bienestar subjetivo de las personas. Si se observan las medias, los puntajes de los factores negativos se encuentran por debajo de la media teórica, mientras que el puntaje del único factor positivo se ubica por encima de la media teórica. El resultado es alentador en varios sentidos: por un lado, a pesar de la presencia notable de factores con carga negativa, sus puntajes son bajos; por otro lado, se confirma el planteamiento original de Diener sobre “ausencia de afecto negativo y presencia del positivo” como determinantes del bienestar subjetivo.

En la fase previa de este estudio, la ausencia de afecto negativo fue asumida a partir de la notable presencia de definidoras con carga positiva (felicidad, satisfacción, alegría, amor, entre otras) dentro de los núcleos de las redes semánticas; en este estudio, el bienestar asume bajo la presencia de un factor de afecto positivo con puntajes por encima de la media teórica y la presencia

de varios factores de afecto negativo con puntajes por debajo de la media teórica.

Cabe destacar que no es la primera investigación que se hace en México en donde aparecen factores de afecto negativo. Hace poco más de una década, Anguas y Reyes-Lagunes (1999) ya reportaban una escala con 9 factores afectivos positivos y negativos. Comparando los resultados de esta escala con la de Anguas y Reyes-Lagunes, el porcentaje de varianza total explicada es aproximadamente el mismo, aunque en este estudio se logra con un menor número de reactivos (siete). También, para la mayoría de los factores de esta sub-escala de bienestar, los valores de consistencia interna (Alfa de Cronbach) son similares a los de investigaciones previas.

Los resultados de la conformación factorial son similares a la conformación obtenida por Moral de la Rubia (2011) y por Robles y Páez (2003), quienes utilizaron y adaptaron el PANAS (*Positive Affect-Negative Affect Scale*, Escala de Afecto Positivo y Negativo), originalmente propuesto por Watson et al. (1988). El PANAS originalmente utiliza 2 factores que evalúan afecto positivo y negativo en población abierta, aunque en México la escala fue validada para relaciones de pareja por Moral de la Rubia. Los resultados de el presente estudio son congruentes con los obtenidos en la validación del PANAS: la distribución de los afectos positivos y negativos ajustados a una curva normal por Moral de la Rubia indica valores de alta frecuencia para cargas afectivas positivas y valores de baja frecuencia para cargas afectivas negativas.

A partir de lo ya expuesto, se confirman varias cosas: El instrumento es culturalmente válido, pues fue elaborado a partir del significado que los propios mexicanos daban del “bienestar”, los índices de consistencia interna de cada uno de los factores son adecuados (entre 0.69 y 0.906), y la conformación factorial confirma la estructura diádica del afecto como componente del bienestar subjetivo (afecto positivo y afecto negativo). Más específicamente, en cuanto a la estructura afectiva del bienestar en México, debe hablarse de la presencia (en este estudio evaluada mediante “frecuencia”) del afecto positivo y la ausencia del afecto negativo como determinantes del bienestar subjetivo en México, tal como originalmente lo plantean Diener, Larsen, Levine y Emmons (en prensa), quienes afirmaron que conforme se presente con mayor frecuencia un tipo de afecto, se presentará el otro con menor frecuencia.

El tercer componente del bienestar subjetivo es cognoscitivo y se trata de la satisfacción de la vida. La tradición (Andrews & Withey, 1976; Diener, 1984, 2009; Diener et al., 1985) dicta que este componente asume la evaluación de satisfacción de la vida vista *como un todo* y que bastan reactivos “únicos” para medir tal satisfacción global. Sin embargo, si el interés está en evaluar dominios específicos de la vida (p.e. trabajo, pareja, escuela, etc.), los reactivos

únicos estarían proporcionando información incompleta. Por estos motivos, se decidió evaluar el componente cognoscitivo tanto de manera global como de manera detallada.

En relación a la Satisfacción Global, cabe recordar que se añadieron 3 reactivos a los 5 originalmente propuestos por Diener et al. (1985). Dada la sinonimia de términos como “bienestar”, “felicidad” y “satisfacción” (Lu, 1999), estos 3 reactivos fueron incluidos para evaluar de manera global la felicidad, el bienestar y satisfacción de la persona.

En total, los 8 reactivos se agruparon en un solo factor que explica gran porcentaje de la varianza total. Vale la pena destacar que tomando en cuenta el continuo del 1 al 7 de las opciones de respuesta, la media se ubica por encima de la media teórica, lo que refleja altos niveles de satisfacción con la vida de los participantes. Los pesos factoriales, todos por encima de 0.7, y el alto índice de consistencia interna, muy por encima incluso de los que reportan otras investigaciones (p.e. Tov & Diener, 2009), hacen de este factor único uno lo suficientemente robusto como para evaluar el componente cognoscitivo del bienestar subjetivo de manera global adecuadamente.

Investigaciones a nivel mundial (Vitterso, Roysamb, & Diener, 2002) han demostrado la utilidad de los 5 reactivos que conforman la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener et al. (1985), y señalan la existencia de un factor único de “Satisfacción con la Vida” que se ajusta a poblaciones de más de cuarenta naciones. De acuerdo a Tov y Diener (2009), esto sugiere la existencia de un factor que puede ser similarmente entendido a través de diferentes culturas y naciones. Lo anterior no afirma que los criterios para la satisfacción con la vida sean universales, pero sugiere que a través de diferentes culturas la satisfacción parece comportarse de manera consistente. Así, la inclusión de los 3 reactivos adicionales que propone el presente trabajo, sólo fortalece este único factor de “Satisfacción global”.

A pesar de corroborar que se puede evaluar la satisfacción de manera global, Diener (2006) propone que para un mejor entendimiento de la satisfacción con la vida, se entiendan algunos de los componentes que juegan un papel importante en la vida de una persona. Por tal razón, se hizo la segunda parte de la sub-escala de satisfacción, esperando obtener mayor y mejor información que complementara lo que pudiera aportar la parte global de satisfacción.

Se obtuvieron 9 factores, todos con un alto índice de consistencia interna (por arriba del 0.8) y con cargas factoriales suficientemente buenas, por lo que la escala es confiable, válida y culturalmente válida. Llama la atención que aparezcan factores que hagan alusión a la pareja, a los amigos, compañeros de trabajo, familia e hijos por las siguientes razones: en primer lugar, refuerza

el hecho de que México (su cultura) posee un carácter totalmente colectivista; en segundo lugar, destaca que los factores ya mencionados tienen un contenido *social*. Congruente con otras investigaciones (Diener, 2006; Pozos, 2012), uno de los componentes fundamentales para el bienestar y felicidad de las personas son las relaciones sociales con amigos, pareja, familia y otras personas que una persona considere cercanas.

Los demás factores son también congruentes con investigaciones en torno a la satisfacción con la vida. Alkire (2000), Arita (2006), Cummins (2002), Diener (2006), Levi y Anderson (1975) y Palomar (2005), entre otros, encontraron en sus respectivas investigaciones conformaciones factoriales similares a las de este trabajo. Dimensiones como la economía, la educación, los logros, y la superación personal parecen ser constantes a través de diferentes naciones. Diener (2006) enfatiza que en áreas como el trabajo y la escuela se trata no sólo de llevar a cabo una tarea sino llevarla a cabo *bien*, de manera que la persona se sienta significativa e importante. Diener también menciona que si bien áreas como la vida espiritual, el crecimiento profesional y la diversión no son siempre *fundamentales* para la satisfacción, la ausencia de éstas puede ser causa de gran insatisfacción. A partir de esto último, vale la pena mencionar que las medias de todos los factores se encuentran más próximas a la puntuación máxima que permitía la escala sobre satisfacción.

Los hallazgos obtenidos de la validación de esta sub-escala son también congruentes con las investigaciones de Pullium (1989), Day (1987) y Palomar (2005), quienes dan mayor o menor importancia (en sus respectivas investigaciones) a la mayoría de los factores compartidos con los de este trabajo: vida familiar, laboral, vida social, posesiones materiales, hijos. Aún con dimensiones en común, era importante saber qué dimensiones están presentes en la cultura mexicana, razón por la cual originalmente se planteó la construcción de una nueva escala.

Un hallazgo importante es que los dominios que son más cercanos e inmediatos a la vida personal, son aquéllos que más determinan el bienestar subjetivo de los individuos (Andrews & Withey, 1976; Campbell et al., 1976). Por lo tanto, una última sub-escala fue incluida en este estudio: la de dimensiones del bienestar subjetivo. La construcción de ésta parte de los estudios en México realizados por Palomar (2005). La investigadora afirma que las medidas de satisfacción por sí mismas no deben ser los únicos indicadores del bienestar subjetivo, sino que debe tomarse en cuenta el grado de importancia que la gente atribuya a algunos aspectos de su vida. Lo anterior en base a que resulta poco significativo que una persona se sienta muy satisfecho, por ejemplo, con tener una pareja, si ese aspecto es poco importante en su vida o si se encuentra en una etapa en dónde este tipo de necesidades no sean prioridad. Entonces, de acuerdo a la autora, es sólo relevante sentirse

satisfecho en relación con algo cuando ese aspecto es considerado importante, por lo que el bienestar subjetivo estará en función de la importancia que se le conceda a algunos aspectos, y a la satisfacción posterior que reporte el individuo en éstos.

Así, se pilotearon 53 dimensiones o áreas obtenidas de la fase previa de este trabajo y se obtuvieron 6 factores con por lo menos 3 reactivos cada uno, pesos factoriales de cada reactivo por encima de 0.5, y altos índices de consistencia interna. Las áreas dentro de cada uno de los factores recién obtenidos son esencialmente las mismas en términos de contenidos afectivos y cognoscitivos en comparación con las sub-escalas anteriores, aunque cabe recordar que esta vez se evaluaba la *importancia* otorgada a cada reactivo (que representaba un área) y no la *satisfacción*.

A partir de los datos obtenidos, llama la atención que las dimensiones más importantes son aquellas que hacen referencia a sentimientos y estados de salud, felicidad, satisfacción, plenitud y otros estados de ánimo, así como dimensiones relacionadas con el hogar, el trabajo y las propias actitudes; mientras que las dimensiones menos importantes (y más cercanas a la media teórica) son aquellas relacionadas con la pareja y las amistades, hallazgo que contrasta con los resultados de las sub-escalas previas.

Los resultados de esta última sub-escala no son directamente comparables con otras investigaciones, pues hasta donde se ha revisado y se tiene conocimiento, no se han hecho muchos intentos por evaluar la importancia de una dimensión como parte de la satisfacción. A pesar de que Palomar (2005) es una de las autoras que ya lo intentaron, la conformación factorial de su escala de calidad de vida y bienestar subjetivo considera puntajes ya transformados por la evaluación de importancia hecha en diferentes áreas, situación que no se cumple en el presente trabajo.

Se recomienda seguir la dirección de Palomar en cuanto a que si se van a considerar ambos aspectos (importancia y satisfacción), éstos deben ser utilizados como un solo puntaje y no por separado; es decir, se recomienda evaluar la importancia y la satisfacción de una misma dimensión en el mismo momento, obteniendo puntajes ponderados utilizando ambas puntuaciones juntas y no por separado. Una de las principales limitantes de esta última sub-escala es que los puntajes de importancia no son directamente utilizables con la sub-escala de satisfacción. Sin embargo, esta última sub-escala de dimensiones importantes para el bienestar, aporta nueva información en el estudio del fenómeno que se espera pueda servir para *futuras* investigaciones.

La satisfacción con la vida y el afecto son ambos objeto de estudio del bienestar subjetivo; sin embargo, el cómo se relacionan es una pregunta

empírica que aún no termina de ser evaluada. La poca claridad en esto se debe, tal como menciona Lu (1999), a la confusión de términos utilizados como sinónimos en el estudio del bienestar. Aún así, para Diener (2009), los conceptos con mayor utilidad serán sólo aquellos capaces de ser medidos y que muestren, dentro de un marco conceptual adecuado, relación con otras variables. Vale la pena entonces evaluar la correlación del bienestar subjetivo con otras variables psicológicas.

# **FASE 2**

## **PREDICTORES DEL BIENESTAR SUBJETIVO**

---

## Fase 2

---

### ***PREDICTORES DEL BIENESTAR SUBJETIVO***

Esta fase tendrá como propósito identificar si las variables del estudio predicen el bienestar subjetivo de una muestra de hombres y mujeres mexicanos. Para cumplir con lo dicho, esta fase se dividirá de la siguiente manera:

- Creación, validación y confiabilización de una escala de Locus de Control-Bienestar Subjetivo
- Correlatos entre las variables del estudio y el bienestar subjetivo
- Comprobación del modelo teórico

#### **Objetivo general**

Identificar y evaluar si el bienestar subjetivo se predice a partir de las PHSC's, los rasgos de género, los estilos de enfrentamiento, la autoestima, el locus de control y la salud mental (ansiedad y depresión).

#### *Objetivos específicos*

- Obtener un instrumento válido y confiable de Locus de Control-Bienestar
- Obtener correlatos entre las variables del estudio
- Obtener predictores del bienestar subjetivo
- Elaborar un modelo predictivo del bienestar subjetivo

## FASE 2.A

### Creación, validación y confiabilización de una escala de Locus de Control-Bienestar

La medición del Locus de control obedece a la necesidad de entender las diferentes formas en las que las personas explican sus éxitos o fracasos, ya sea a partir de su desempeño personal en tareas y actividades específicas, habilidades sociales, suerte, destino, azar, etcétera. Rotter (1966) hace la distinción entre locus de control interno y locus de control externo, siendo respectivamente, causas internas atribuibles al individuo y causas ajenas al individuo las responsables de lo que sucede en la vida de una persona. Diener (2009) plantea en el estudio del bienestar subjetivo la siguiente pregunta: ¿Son internas o externas las causas del bienestar de las personas? Algunas teorías centran la fuente del bienestar en condiciones externas (nivel sociodemográfico) mientras que otras centran la fuente en condiciones internas (actitudes), aunque los resultados no han sido contundentes a favor de una u otra postura. A partir de esta pregunta (¿Es interna o externa la fuente de bienestar?) se propone la creación de una escala de locus de control-bienestar que permita aportar información teórico-empírica en este rubro de investigación.

#### **Objetivo general**

Crear una escala culturalmente relevante, válida y confiable que aporte información teórica-empírica sobre el locus de control-bienestar subjetivo.

#### **Objetivos específicos**

- Elaborar una escala de locus de control-bienestar subjetivo culturalmente válida, confiable y relevante
- Validar y confiabilizar la escala construida

#### **Definición de variables**

Definición conceptual: Rotter (1966) define al locus de control como el grado en que los individuos creen que el resultado de los eventos en su vida es atribuible a sus propias acciones (locus de control interno) o a agentes externos a él (locus de control externo).

Se considerará entonces al *Locus de control-bienestar subjetivo* como el grado en que los individuos creen que su bienestar es atribuible a sus propias capacidades o a agentes externos.

## Muestreo

Se utilizó un muestreo no probabilístico de 470 personas voluntarias (49.8% hombres, 49.4% mujeres), de edades entre 26 y 63 años de edad. La media de edad fue de 38.2 años (D.E.= 11.24), la mayoría de las personas eran casados (63%) o solteros (14.7%) y la mayoría de la muestra total (84.9%) se encontraban en una relación de pareja de por lo menos 6 meses. Todos los participantes fueron de nacionalidad mexicana, residentes del Distrito Federal. El resto de los datos sociodemográficos se pueden observar en la Tabla 22.

Tabla 22

*Características sociodemográficas de la muestra*

Variable	Frecuencia	%
<b>Sexo</b>		
respuestas nulas	4	0.9
hombre	234	49.8
mujer	232	49.4
Total	470	100
<b>Escolaridad</b>		
respuestas nulas	6	1.3
primaria	31	6.6
secundaria	88	18.7
técnico	75	16
preparatoria	96	20.4
licenciatura	154	32.8
maestría	20	4.3
Total	470	100
<b>Estado civil</b>		
respuestas nulas	10	2.1
soltero	69	14.7
casado	296	63
unión libre	52	11.1
divorciado	22	4.7
separado	21	4.5
Total	470	100
<b>¿Tiene trabajo?</b>		
respuestas nulas	7	1.5
si	389	82.8
no	74	15.7
Total	470	100

(sigue)

Tabla 22. *Características sociodemográficas de la muestra (continuación)*

Variable	Frecuencia	%
<i>¿Trabaja fuera de casa?</i>		
respuestas nulas	18	3.8
si	345	73.4
no	107	22.8
Total	470	100
<i>Número de hijos</i>		
0	92	19.6
1	72	15.3
2	175	37.2
3	92	19.6
4	27	5.7
5	9	1.9
6	1	0.2
7	2	0.4
Total	470	100
<i>¿Tiene relación de pareja?</i>		
respuestas nulas	10	2.1
si	399	84.9
no	61	13
Total	470	100
<i>Edad años</i>		
Edad mínima	26	
Edad máxima	63	
Media	38.22	
D.E.	11.24	
<i>Tiempo en la relación de pareja meses</i>		
Tiempo mínimo	6	
Tiempo máximo	548	
Media	157.48	
D.E.	120.28	

**Estudio**

Exploratorio

### ***Instrumento***

A partir de la revisión de la literatura y de escalas culturalmente válidas ya existentes (Díaz-Loving & Andrade-Palos, 1984; La Rosa, 1986; Montero, Rivera, Reyes & Díaz-Loving, 2008; Montero, Rivera, Reyes-Lagunes & Díaz-Loving, 2010; Navarro, 2006; Reyes, 2007; Reyes-Lagunes & García-Campos, 1998) se creó un banco de 73 reactivos (Anexo 6) que evaluaban dimensiones como capacidades, habilidades, personalidad, metas, etc., del individuo (locus de control interno) y habilidades afectivas, situaciones de azar, destino, imagen corporal, relaciones interpersonales, niveles micro y macro de un sistema sociocultural, salud, etc. (locus de control externo). Cabe recordar que todas las preguntas hacen referencia al bienestar subjetivo con base en los resultados de la fase 1 de este estudio. Los reactivos fueron puestos en orden aleatorio para evitar efecto de acarreo y deseabilidad social.

### ***Procedimiento***

Se pidió cooperación voluntaria a todos los participantes para que respondieran la totalidad de las escalas. A todas las personas involucradas en la contestación de las escalas se les garantizó confidencialidad de los datos y se les aseguró que éstos sólo serían utilizados con fines estadísticos y con fines de divulgación científica. Al finalizar la contestación de las escalas, se les agradeció su participación.

### ***Tratamiento estadístico***

Siguiendo los lineamientos que proponen Reyes-Lagunes y García-y-Barragán (2008), se llevaron a cabo los siguientes procedimientos:

- Revisión y adaptación de reactivos (Adecuación del lenguaje, revisión de ortografía, etc.)
- Análisis de frecuencias incluyendo sesgo. Este análisis permite observar lo “atractivo” de las opciones de respuesta, permite observar tendencias de respuesta cargadas hacia una de las opciones, y la selección de reactivos a partir de la elección de conductas típicas o normales.
- Discriminación de reactivos para grupos extremos utilizando la prueba *t* de Student
- Análisis de confiabilidad Alpha de Cronbach para obtener la consistencia interna de los factores y de la escala total
- Análisis factorial de componentes principales para la validez de constructo

## Resultados

A partir de las pruebas de sesgo, análisis de frecuencias, discriminación de reactivos para grupos extremos (prueba *t* de Student) y correlación *ítem*-total mayor a 0.4 (Alfa de Cronbach), de los 73 reactivos originales sobre locus de control-bienestar subjetivo, sólo 54 cumplieron los requisitos suficientes para ser considerados en un análisis final de datos. Estos 54 reactivos fueron incluidos en un análisis factorial de componentes principales con rotación ortogonal (*Varimax*). Se tomó la decisión de establecer 0.5 como el peso factorial mínimo, 1 como el valor propio mínimo para cada reactivo, y 3 el número mínimo de reactivos para cada factor.

Sólo 40 de los 54 reactivos cumplieron con los requisitos ya establecidos, y éstos se agruparon en 7 factores que explican el 51.102% de la varianza total. Un análisis de consistencia interna mediante Alpha de Cronbach para la escala total arrojó un valor de 0.953. El resto de los datos psicométricos se pueden observar en la Tabla 23.

### Definición de factores

1. Control externo afectivo: Creencias que posee el individuo respecto a que su bienestar depende de cómo lo vean y traten otras personas afectivamente.
2. Control interno carismático: Creencias del individuo sobre la propia capacidad de utilizar su auto-imagen con otros para obtener bienestar.
3. Control interno instrumental: Creencia del individuo respecto a que es él mismo quien determina su bienestar a partir de actividades que él mismo realiza o ha realizado.
4. Control interno planeación táctica: Creencias del individuo respecto a que es él mismo quien, mediante el uso de planeación y decisión, puede procurar su bienestar.
5. Control externo pareja y familia: Creencias del individuo respecto a que su bienestar depende de su pareja y familia.
6. Control externo material: Creencias del individuo en donde su bienestar depende de cosas materiales.
7. Control externo destino: Creencias del individuo respecto a que su bienestar depende de que así esté escrito.

Tabla 23

*Datos psicométricos de la Escala de Locus de Control-Bienestar*

Reactivo	Factor							Total
	1	2	3	4	5	6	7	
30. Sentirme bien es por accidente	<b>0.73</b>	0.14	-0.16	0.03	0.03	0.12	0.12	
47. Mi bienestar es cosa de suerte	<b>0.69</b>	0.34	0.01	0.07	0.05	0.24	0.06	
23. Mi bienestar depende de adular a otros	<b>0.67</b>	0.19	0.03	-0.03	0.19	0.22	0.16	
27. El bienestar de mi vida depende de un mundo que no controlo	<b>0.66</b>	0.08	0.12	0.02	0.13	-0.04	0.14	
34. Mi bienestar depende del azar	<b>0.65</b>	0.21	0.00	-0.01	0.01	0.10	0.14	
51. Mi bienestar depende de mis amigos	<b>0.64</b>	0.38	0.07	0.04	0.27	-0.06	-0.05	
49. Mi bienestar depende de caerle bien a la gente	<b>0.62</b>	0.40	0.06	0.07	0.10	0.12	-0.01	
24. El bienestar de mi vida depende de cómo me ven los demás	<b>0.60</b>	0.26	0.02	-0.01	0.13	0.22	0.21	
41. Mis amigos determinan el bienestar de mi vida	<b>0.59</b>	0.39	0.05	-0.02	0.24	-0.05	0.08	
48. El bienestar de mi vida se debe a que le caigo bien a la gente	<b>0.59</b>	0.51	0.13	0.07	0.12	0.14	0.01	
26. Mis amigos son la causa de mi bienestar	<b>0.52</b>	0.28	0.05	0.05	0.23	-0.24	0.02	
73. Mi bienestar depende del carisma que demuestro a otros	0.26	<b>0.74</b>	0.02	0.07	0.07	-0.01	0.17	
63. Mi bienestar depende de verme bien para otros	0.35	<b>0.72</b>	0.06	0.08	0.06	0.16	0.03	
66. El bienestar de mi vida lo obtengo por ser agradable	0.24	<b>0.71</b>	0.11	0.23	0.11	0.10	0.17	
72. El bienestar de mi vida se debe a mi apariencia	0.21	<b>0.69</b>	0.04	0.11	0.06	0.26	0.12	
67. Hago uso del afecto con otros para obtener mi bienestar	0.29	<b>0.65</b>	0.04	0.07	0.21	-0.09	0.07	
56. Mi bienestar depende de mi físico	0.31	<b>0.60</b>	0.05	0.09	0.13	0.13	0.03	
62. Mi bienestar depende de mi capacidad de convencer a otros	0.28	<b>0.54</b>	0.10	0.25	0.17	0.14	0.10	
46. Mi bienestar depende de cómo me veo	0.22	<b>0.52</b>	0.19	0.06	0.03	0.10	0.06	
36. El bienestar de mi vida lo obtengo porque soy simpático	0.52	<b>0.52</b>	0.24	-0.02	0.10	0.01	0.07	
20. Mi bienestar se debe a mis capacidades	0.02	0.06	<b>0.71</b>	0.14	0.08	-0.07	0.00	
39. Mi bienestar depende de mi inteligencia	0.04	0.17	<b>0.65</b>	0.16	0.10	0.10	0.13	
52. Mi bienestar se debe a mi esfuerzo	-0.09	0.09	<b>0.60</b>	0.28	0.06	0.10	0.08	
3. Conseguir bienestar en mi vida depende de mis habilidades	0.02	0.03	<b>0.57</b>	0.33	0.03	0.02	-0.06	
9. El bienestar de mi vida lo he conseguido por la escolaridad que tengo	0.05	0.12	<b>0.56</b>	-0.09	0.09	0.15	0.15	
16. Merezco el bienestar de mi vida por todo lo que he hecho	0.07	0.05	<b>0.52</b>	0.17	0.08	0.34	0.27	
54. El bienestar en mi vida depende de lo que me proponga	-0.04	0.06	0.33	<b>0.68</b>	0.11	-0.05	0.00	
60. Mi bienestar se debe a las decisiones que tomo	-0.08	0.10	0.29	<b>0.67</b>	0.04	0.02	0.04	
58. Mi bienestar depende de mis expectativas	-0.02	0.14	0.25	<b>0.62</b>	0.07	0.04	0.14	
55. Mi bienestar depende de la forma en que trato a otros	0.19	0.40	0.07	<b>0.53</b>	0.09	-0.04	-0.02	

(sigue)

Tabla 23. Datos psicométricos de la Escala de Locus de Control-Bienestar Subjetivo (continuación)

Reactivo	1	2	3	Factor 4	5	6	7	Total
17. Mi bienestar depende de mi pareja	0.25	0.15	0.10	0.05	<b>0.69</b>	0.30	0.21	
61. Mi bienestar depende de mi familia	0.16	0.24	0.10	0.25	<b>0.69</b>	-0.01	0.01	
14. El bienestar de mi vida depende de las decisiones de mi pareja	0.29	0.13	0.08	0.06	<b>0.66</b>	0.28	0.24	
44. Lo que mi familia decida influye en mi bienestar	0.18	0.26	0.11	0.03	<b>0.65</b>	-0.09	-0.09	
18. El bienestar de mi vida se debe a cosas materiales	0.48	0.23	0.10	-0.04	0.18	<b>0.62</b>	0.01	
19. El bienestar de mi vida se debe a la ropa que visto	0.52	0.26	0.03	0.00	0.12	<b>0.55</b>	0.08	
11. El bienestar de mi vida se debe a mi dinero	0.33	0.20	0.20	-0.06	0.14	<b>0.54</b>	0.15	
6. He conseguido mi bienestar porque así tenía que suceder	0.21	0.16	0.08	0.10	0.05	0.07	<b>0.75</b>	
10. Merezco el bienestar de mi vida por lo que me ha sucedido	0.24	0.21	0.37	-0.10	0.12	0.08	<b>0.61</b>	
4. Tener bienestar depende de que así esté escrito	0.42	0.14	-0.14	0.06	0.12	0.17	<b>0.56</b>	
No. De reactivos por factor	11	9	6	4	4	3	3	40
Varianza explicada	13.01	11.84	7.03	5.57	5.41	4.23	4.01	51.102
Varianza acumulada	13.01	24.85	31.88	37.45	42.86	47.08	51.10	
Media	1.88	2.28	3.61	3.70	2.69	2.19	2.47	
Desviación estándar	0.73	0.81	0.76	0.74	0.93	0.92	0.94	
Alfa de Cronbach	0.91	0.90	0.78	0.72	0.79	0.81	0.72	0.953
KMO								0.93

## **Discusión**

La medición del locus de control se debe a la necesidad de entender las diversas formas en las que las personas explican diferentes aspectos de su vida, éxitos o fracasos, asignando poder a su propio desempeño, habilidades, al azar, la suerte, destino, un dios, etc. Para La Rosa (1986), parte del problema fundamental de la evaluación del locus de control es la necesidad de un individuo de sentir que puede ser capaz de obtener algo, de alcanzar una meta, evitar una catástrofe o disminuir la incidencia de un evento. En otras palabras, los individuos buscan la manera de aumentar o disminuir la ocurrencia de un evento dependiendo de si éste está en función de características propias o fuerzas ajenas.

De acuerdo a Rotter (1966), el locus de control puede clasificarse en interno o externo, dependiendo de si el individuo asigna el resultado de eventos en su vida a propias acciones (locus interno) o a eventos ajenos incontrolables (locus externo). A partir de tal división, en México, Díaz-Loving y Andrade-Palos (1984) y La Rosa (1985) construyeron escalas de locus de control para muestras mexicanas. El planteamiento inicial fue el mismo de Rotter: locus interno *versus* locus externo. Sin embargo, tal como en un meta-análisis hecho por La Rosa (1986) se menciona, el locus de control puede adoptar características multidimensionales.

También en el meta-análisis de La Rosa (1986) se menciona cómo con el paso del tiempo se ha utilizado el locus de control para evaluar el *foco de control* respecto a otras variables como la salud (Wallston & Wallston, 1981), creencias personales (Reid & Ziegler, 1981), eficacia personal (Lefcourt, Von Baeyer, Ware & Cox, 1979), por mencionar algunos ejemplos. Más recientemente, el locus de control ha sido asociado con la relación de pareja (Montero et al., 2008) y conductas alimenticias/salud (Navarro, 2006).

La creación y validación de esta escala obedece a una necesidad planteada por Diener (2009): saber si la evaluación subjetiva de bienestar de una persona depende de fuerzas internas o externas. A partir de los puntos mencionados en los párrafos anteriores, se partió de dos supuestos: 1) El locus de control puede utilizarse para evaluar el foco de control de diferentes fenómenos, y 2) El locus de control puede asumir la bipolaridad (interno *versus* externo) originalmente planteado por Rotter, o la multidimensionalidad que otros autores han encontrado.

La conformación factorial, en donde cada uno de los siete factores tiene reactivos con pesos factoriales suficientemente robustos e índices de consistencia interna (Alfa de Cronbach) por arriba de 0.7, hablan de una escala válida y confiable para una muestra mexicana. A primera vista, la conformación factorial encaja en la propuesta de Rotter, dado que 3 de los 7 factores hacen

referencia a causas internas y el resto a causas externas, pero un análisis a detalle revela cómo aún estas dos dimensiones se subdividen.

Dimensiones como el afecto, la agradabilidad, la inteligencia, la capacidad personal, la pareja, familia, bienes materiales y macrofuerzas como el destino y el azar son todas dimensiones independientes reportadas en algunas de las investigaciones ya hechas en México (Díaz-Loving & Andrade-Palos, 1984; La Rosa, 1986; Montero et al., 2008). Sin embargo, el énfasis en algunas de estas dimensiones parece estar en función del objeto del locus; por ejemplo, en la investigación de Montero et al. (2008) el azar y destino aparecen como primer determinante de una relación de pareja, mientras que en este trabajo, enfocado al bienestar, el azar aparece como última instancia.

En otras investigaciones (Palomar & Valdés, 2004; Vera, Laborín, Domínguez, Parra & Padilla, 2009), la dimensión que parece ser la más determinante en el locus de control es la Internalidad, que hace referencia a la creencia del individuo respecto a que es él mismo quien controla su vida a través del esfuerzo, trabajo y las propias capacidades. En comparación con los trabajos de Palomar y Valdés, y de Vera y colaboradores, en el presente estudio el factor ya mencionado aparece hasta el tercer puesto y no en el primero. En el caso de Navarro (2006), los factores que más determinan la vida de las personas son la internalidad y la familia, en primer y segundo lugar, respectivamente. En este estudio la familia no aparece en los primeros puestos.

Parece ser entonces que a pesar de la existencia de elementos en común, el orden de las subdimensiones internas o externas de locus de control estará en función del objeto asociado al locus: la vida en general, la salud, la pareja, el bienestar, etc. Así, hasta donde se tiene conocimiento, este es el primer intento por evaluar los determinantes del bienestar subjetivo, por lo que se sienta un precedente para futuras investigaciones que profundicen la información aquí expuesta. Las dimensiones aquí reportadas responden parcialmente la interrogante de Diener (2009). Parece ser que el bienestar de un individuo mexicano depende en primer lugar de su trato con las personas (relaciones interpersonales) y en segundo lugar de las capacidades propias del individuo. Se recomienda ahora vincular los hallazgos de este estudio con medidas explícitas de bienestar subjetivo y otras variables psicológicas.

## FASE 2. B

### Correlatos del Bienestar Subjetivo

#### ***Pregunta de investigación***

¿Cómo se relacionan las PHSC's, los rasgos de género (instrumentalidad y expresividad), el locus de control, los estilos de enfrentamiento, la autoestima y rasgos de salud mental (ansiedad y depresión) con el bienestar subjetivo de adultos mexicanos?

#### ***Objetivo general***

Identificar si las PHSC's, los rasgos de género (instrumentalidad y expresividad), el locus de control, los estilos de enfrentamiento, la autoestima y rasgos de salud mental (ansiedad y depresión) correlacionan con el bienestar subjetivo.

#### ***Objetivos específicos***

- Obtener correlatos significativos y culturalmente relevantes entre las variables del estudio
- Obtener correlatos por sexo

#### ***Hipótesis conceptuales***

- Las PHSC's guían sentimientos, ideas, jerarquías, roles, y reglas de interacción, entre otras cosas, por lo que el acuerdo o desacuerdo a dichas premisas puede estar relacionado con diferentes niveles de ansiedad, estrés y neurosis (Díaz-Guerrero, 1987, 2003). Algunas investigaciones (Díaz Loving et al., 2007), han sugerido que diferentes niveles de ansiedad y depresión pueden estar incidiendo sobre el bienestar de las personas, por lo que podría inferirse que las PHSC's pudieran estar incidiendo también sobre el bienestar de los individuos.
- Las diferencias socialmente construidas entre hombres y mujeres en cuanto a rasgos, roles y responsabilidades interactúan con diferencias biológicas sexuales y determinan la salud mental de los individuos. Goodwin y Gotlib (2004), Barnett (1998) y Moen et al. (1995) sugieren que en la medida en la cual una persona posea diferentes roles de género obtendrá mayores beneficios en torno a su bienestar emocional y psicológico.
- Personas con un locus de control interno atribuyen sus éxitos y fracasos a ellos mismos, por lo que sensaciones de afecto positivo y negativo podrían estar potenciados. Individuos con locus de control interno experimentarían entonces mayores niveles de afecto negativo en comparación a personas con un locus externo (Gómez & Valdés, 1994).

- Existe un vínculo entre la autoestima y la satisfacción con la vida y el ajuste escolar (Martínez et al., 2007). Niveles bajos de autoestima correlacionan también con mayores niveles de depresión (Guido et al., 1996). Niveles bajos de autoestima predicen problemas alimenticios, ideación suicida, y abuso de sustancias, afectando directamente el bienestar de las personas (McGee & Williams, 2000).
- Emociones positivas alimentan y construyen la resiliencia psicológica y mejoran el bienestar emocional por medio del pensamiento creativo y flexible, que promueven la adaptación y capacidad de enfrentar y sobrellevar eventos de vida. (Robins et al., 2001). Estilos directos de enfrentamiento favorecen menores niveles de depresión, estados afectivos negativos y mejores niveles de adaptación (Arraras et al., 2002; Carrobles et al., 2003).
- El bienestar surge de enfrentar adecuadamente las situaciones de estrés y ansiedad de la vida cotidiana. Una persona con altos niveles de bienestar estará mejor preparada ante las exigencias y desafíos del medio ambiente. La relación constante entre la ansiedad y el bienestar pone a prueba las capacidades resilientes del individuo (Villaseñor-Ponce, 2010).
- García y García y Barragán (2012) sugieren que la depresión afecta la manera en que un individuo evalúa su situación afectiva emocional y el componente cognoscitivo de si está o no satisfecho con su vida. Las medias de puntajes de bienestar son menores en todos los factores del instrumento utilizado por estos autores en comparación a una muestra no diagnosticada como depresiva.

### ***Hipótesis estadísticas***

#### **PHSC's y bienestar subjetivo**

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre las PHSC's y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre las PHSC's y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos

#### **Estilos de enfrentamiento y bienestar subjetivo**

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre los estilos de enfrentamiento y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre los estilos de enfrentamiento y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos

Rasgos de género y bienestar subjetivo

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre los rasgos de género (instrumentalidad y expresividad) y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre los rasgos de género (instrumentalidad y expresividad) y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos

Autoestima y bienestar subjetivo

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos

Locus de control y bienestar subjetivo

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre el locus de control y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la autoestima y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos

Ansiedad y bienestar subjetivo

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre la ansiedad y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la ansiedad y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos

Depresión y bienestar subjetivo

H0: No existe una relación estadísticamente significativa entre la depresión y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Existe una relación estadísticamente significativa entre la depresión y el bienestar subjetivo en adultos mexicanos

## ***Definición de variables***

### Premisas Histórico Socio Culturales

- Conceptual: Son unidades o construcciones empíricas referentes a la forma en que se perciben las personas a sí mismas, a su familia, a sus roles y relaciones múltiples, al empleo del lenguaje cotidiano, a través de los dichos y proverbios, entre otros (Díaz Guerrero, 2003).
- Operacional: Acuerdo o desacuerdo a las afirmaciones de la escala de PHSC (Díaz Guerrero, 2003).

### Rasgos de género instrumental y expresivo

- Conceptual: Instrumentalidad y expresividad son dimensiones atributivas de la personalidad vistas como aspectos globales del autoconcepto de un hombre y una mujer, y que se componen de características normativas para cada uno de los géneros (Díaz Loving, Rivera & Rocha, 2004).
- Operacional: Se determina mediante las respuestas que los participantes den a cada uno de los rasgos (reactivos) de la Escala de Dimensiones Atributivas de Instrumentalidad y Expresividad de Díaz Loving et al. (2004).

### Estilos de enfrentamiento

- Conceptual: Los estilos de enfrentamiento se refieren a los esfuerzos cognoscitivos y conductuales que desarrolla el individuo para manejar, reducir, minimizar, dominar o tolerar las demandas externas y/o internas que evalúa que podrían sobrepasar sus recursos (Lazarus & Folkman, 1984, 1993).
- Operacional: Se determina mediante las respuestas que los participantes den a cada uno de los reactivos de la Escala de Enfrentamiento ante los problemas en general (rasgo) de López, Rivera, García y Sánchez (2009).

### Autoestima

- Conceptual: La autoestima es la percepción global que tenemos de nuestro propio valor y habilidades. Se puede decir que la autoestima es el componente evaluativo de la personalidad en términos de qué tanto le gusta a una persona ser como describe que es (Reyes Lagunes & Hernández, 1998).
- Operacional: Se determina mediante la Escala de Autoestima de Reyes Lagunes y Hernández (1998).

### Locus de control-bienestar

- Conceptual: Rotter (1966) define al locus de control como el grado en que los individuos creen que el resultado de los eventos en su vida es atribuible a sus propias acciones (locus de control interno) o a agentes externos a él (locus de control externo). Se considera al Locus de bienestar como el grado en que los individuos creen que su bienestar es atribuible a sus propias acciones o a agentes externos.
- Operacional: Se determina mediante el instrumento de locus de bienestar creado en la fase 2.A de este estudio

### Ansiedad

- Conceptual: Es un estado emocional displacentero, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión, aprensión o preocupación y por la activación del sistema nervioso autónomo (Spielberger, 1972).
- Operacional: Se determina mediante las respuestas de los participantes al Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) (Spielberger & Díaz-Guerrero, 2005).

### Depresión

- Conceptual: La depresión es un trastorno mental que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración (OMS, 2012).
- Operacional: Se determina mediante las respuestas de los participantes al Inventario de Depresión de Beck (Beck, Steer & Garbin, 1988).

### Bienestar Subjetivo

- Conceptual: Bienestar Subjetivo es la evaluación favorable del conjunto de circunstancias y factores que son positivos, agradables y satisfactorios, y que son propios de un individuo, según su entorno y su propia idiosincrasia (véase Fase 1).
- Operacional: Se determina mediante la Escala de Bienestar Subjetivo creada en la Fase 1 de este estudio.

## Muestreo

Se utilizó un muestreo no probabilístico de 359 personas voluntarias (38.4% hombres, 51.8% mujeres), de edades entre 19 y 58 años. La media de edad fue de 34.5 años (D.E. = 9.57), la mayoría de las personas eran casados (44.3%) o solteros (25.9%), y la mayoría de la muestra (79.1%) se encontraba en una relación de pareja. Todos los participantes fueron de nacionalidad mexicana, residentes del Distrito Federal. El resto de los datos sociodemográficos se pueden observar en la Tabla 24.

Tabla 24

### Características sociodemográficas de la muestra

Variable	Frecuencia	%
<i>Sexo</i>		
Respuestas nulas	35	9.7
Hombre	138	38.4
Mujer	186	51.8
Total	359	100
<i>Escolaridad</i>		
Respuestas nulas	4	1.1
Primaria	10	2.8
Secundaria	76	21.2
Técnico	54	15
Preparatoria	76	21.2
Licenciatura	131	36.5
Maestría	6	1
Doctorado	2	0.6
Total	359	100
<i>Estado civil</i>		
Respuestas nulas	14	3.9
Soltero	93	25.9
Casado	159	44.3
unión libre	58	16.2
Divorciado	20	5.6
Separado	15	4.2
Total	359	100
<i>¿Tiene trabajo?</i>		
Respuestas nulas	19	5.3
Si	262	73
No	78	21.7
Total	359	100

(sigue)

Tabla 24. *Características sociodemográficas de la muestra (continuación)*

Variable	Frecuencia	%
<i>¿Trabaja fuera de casa?</i>		
Respuestas nulas	62	17.3
Si	227	19.5
No	70	19.5
Total	359	100
<i>Número de hijos</i>		
0	114	31.8
1	71	19.8
2	100	27.9
3	61	17
4	9	2.5
5	4	1.1
Total	359	100
<i>¿Tiene relación de pareja?</i>		
Respuestas nulas	14	3.9
Si	284	79.1
No	61	17
Total	359	100
<i>Edad</i>	<i>Años</i>	
Edad mínima	19	
Edad máxima	58	
Media	34.5	
D.E.	9.57	
<i>Tiempo en la relación de pareja</i>	<i>Meses</i>	
Tiempo mínimo	0	
Tiempo máximo	438	
Media	104.73	
D.E.	74	

***Tipo de estudio y diseño***

Correlacional, transversal, con un solo grupo (Kerlinger & Lee, 2001).

## ***Instrumentos***

### Premisas Histórico-Socio-Culturales

Desarrollada por Díaz Guerrero (2003), contiene 123 enunciados con un formato de respuesta dicotómico (Acuerdo/Desacuerdo) que se distribuyen en nueve factores cuyos valores de confiabilidad oscilan entre 0.59 y 0.86. La escala completa (ver Anexo 7) cuenta con una confiabilidad por Alpha de Cronbach de 0.95 de acuerdo a investigaciones recientes (Cruz-Martínez, 2013). Los factores de la escala se definen de la siguiente manera:

1. Machismo: supremacía cultural del hombre sobre la mujer.
2. Obediencia afiliativa vs. autoafirmación activa: se refiere a anteponer los intereses propios por los de la familia.
3. Virginidad: importancia de tener o no relaciones sexuales antes de casarse.
4. Consentimiento: grado de aceptación de que el papel de las mujeres es más difícil, y de que ellas son más sensibles que los hombres.
5. Temor a la autoridad: es el grado de aprensión de los hijos hacia los padres.
6. Status quo familiar: tendencia de mantener sin cambios la estructura tradicional de relaciones entre los miembros de la familia.
7. Respeto sobre amor: se privilegia el respeto y la obediencia sobre el amor a los padres. Díaz Guerrero (2003) menciona que el efecto contracultural se mide por el grado de desacuerdo con las afirmaciones que conforman este factor.
8. Honor familiar: se define como la disposición de defender la reputación de la familia.
9. Rigidez cultural: grado en que las personas están de acuerdo con las estrictas normas culturales.

### Estilos de enfrentamiento

López et al. (2009) desarrollaron un inventario de enfrentamiento a partir del trabajo de López (1998). Obtuvieron 31 reactivos (ver Anexo 9) distribuidos en 6 factores que explican el 46% de la varianza total, con una confiabilidad total de .86. Esta revisión arroja un nuevo factor denominado Autocontrol, que no aparecía en los primeros estudios de López (1998). El inventario posee un formato de respuesta tipo Likert de cinco puntos (1-Nunca, 5-Siempre). Los factores y sus respectivas definiciones son:

- Autoafirmación planeada: describe esfuerzos sistemáticos para la solución de problemas en el que se contempla el análisis de la situación y la información, asumiendo la responsabilidad y encarando los problemas.
- Apoyo social: solución de problemas fortaleciéndose con la ayuda emocional de personas cercanas.

- Afirmativo: expresión directa y clara de los sentimientos sin herir los derechos de los demás.
- Emocional positivo: esfuerzos para darle un significado positivo a los eventos resaltando un crecimiento personal.
- Evitativo: describe esfuerzos de evitar pensar en el problema.
- Autocontrol: recurso de enfrentamiento para reducir la tensión causada por los episodios estresantes donde la persona regula sus emociones modificando la forma de vivir las situaciones.

### Autoestima

Escala de Autoestima de Reyes-Lagunes y Hernández (1998). Consta de 47 reactivos (ver Anexo 12) y evalúa los siguientes factores: Social Expresivo (Alpha de 0.91), Inteligencia Emocional (Alpha de 0.79), Romántico (Alpha de 0.85), Ético Moral (Alpha de 0.70), Control Externo Instrumental Negativo (Alpha de 0.78), Control Externo Pasivo Negativo (Alpha de 0.85), e Individualismo (0.74). Utiliza un formato de respuesta tipo Likert pictórico de 7 puntos (7-Muy a gusto, 1-Nada a gusto) que sirve para dar respuesta al “¿Qué tanto le gusta?” cada uno de los reactivos que se le presentan al individuo. .

### Rasgos de género (Instrumentalidad y Expresividad)

Inventario para evaluar las dimensiones atributivas de la instrumentalidad y expresividad (EDAIE, Anexo 8)), desarrollado por Díaz Loving et al. (2007). Originalmente, se compone de 117 adjetivos con un formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos (1-Nada, 5-Muchísimo). Este trabajo utilizó la versión corta, de 54 reactivos, que evalúa cuatro dimensiones y cada una a su vez está formada por diferentes factores:

1. Instrumentalidad positiva
  - a. Cooperativa, alpha de 0.9
  - b. Orientada al logro, alpha de 0.84
  - c. Egocéntrica, alpha de 0.65
2. Instrumentalidad negativa
  - a. Machista, alpha de 0.86
  - b. Autoritarismo, alpha de 0.73
  - c. Rebeldía social, alpha de 0.63
3. Expresividad positiva
  - a. Expresivo-afiliativa, alpha de 0.85
  - b. Romántica-idealista, alpha de 0.79
4. Expresividad negativa
  - a. Emotivo-negativa-egocéntrica, alpha de 0.82
  - b. Vulnerabilidad-emocional, alpha de 0.72
  - c. Control-externo-pasivo-negativo, alpha de 0.72

### Ansiedad

El Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE, Anexo 11)) (Spielberger & Díaz-Guerrero, 2005) está constituido por dos escalas que miden dos dimensiones de ansiedad: rasgo y estado. La primera dimensión, Ansiedad Rasgo, consiste en veinte afirmaciones con formato de respuesta tipo Likert de cuatro opciones (1-No en lo absoluto, 4-Mucho), en la que se le pide a los sujetos que describan cómo se sienten generalmente. La segunda dimensión, Ansiedad Estado, consiste en veinte afirmaciones también con formato de respuesta tipo Likert de cuatro opciones (1-No en lo absoluto, 4-Mucho), en la que se le pide a los participantes que describan cómo se sienten en un momento dado. Los coeficientes de Alpha de Cronbach oscilan entre 0.83 y 0.86.

### Depresión

El inventario de Depresión de Beck (Beck et al., 1988) es una medida de informe personal utilizada para identificar síntomas de depresión y cuantificar su gravedad en caso de presentarse. Está compuesta por 21 reactivos (ver Anexo 10) distribuidos en cuatro frases diferentes de respuesta, a los que el participante les asigna un puntaje de acuerdo a su sintomatología. Determina de manera breve y rápida el grado de depresión (leve, mínimo, moderado y grave). Únicamente reporta el nivel y la sintomatología física y emocional y posee un alto índice de confiabilidad (0.89).

### Locus de control-Bienestar Subjetivo

Instrumento desarrollado en la fase 2.A de este estudio.

### Bienestar subjetivo

Instrumento desarrollado en la primera fase de este estudio. No se tomó en cuenta la sub-escala de “Dimensiones del Bienestar Subjetivo” por no ser componente *fundamental* estructural-conceptual del Bienestar Subjetivo.

## **Procedimiento**

La aplicación se llevó a cabo en lugares públicos del Distrito Federal y Área Metropolitana, solicitando la colaboración voluntaria y anónima de los participantes. Cada uno de los participantes fue informado de manera general sobre el propósito de la investigación. A todos los participantes se les explicaron las instrucciones y se les pidió que trataran de contestar la batería de instrumentos en su totalidad, asegurándoles que la información proporcionada sería utilizada únicamente con fines estadísticos y de investigación, considerando además la muestra total y nunca casos individuales para la interpretación de los resultados. Al terminar, se les agradeció su participación y se les garantizó la confidencialidad de los datos.

## **Resultados**

Para esta fase del estudio, se llevaron a cabo análisis de correlación producto-momento de Pearson entre los factores de las escalas de PHSC's, Rasgos de género, Locus de control, Autoestima, Estilos de enfrentamiento, Ansiedad y Depresión con la escala de Bienestar Subjetivo. Todos los datos fueron analizados con el paquete estadístico SPSS en su versión 18.00. Estos análisis se llevaron a cabo con la finalidad de evaluar la correlación de las variables con la variable de salida (Bienestar Subjetivo) para poder poner a prueba el modelo propuesto en la siguiente fase de este trabajo.

### Premisas Histórico Socio-Culturales y Bienestar Subjetivo

Los análisis se llevaron a cabo considerando los nueve factores de la escala de PHSC's y los diferentes factores de la escala de Bienestar Subjetivo subdividida en sus tres dimensiones: Satisfacción Global con la Vida (1 factor), Satisfacción con la Vida (9 factores) y Afecto positivo/negativo (7 factores). En la Tabla 25 se observan las correlaciones de las PHSC con la dimensión afectiva del bienestar. En el caso de los hombres, el factor de Decepción presenta correlaciones directas y moderadas con todos los factores de PHSC's; lo mismo sucede con el factor Rabia, aunque las correlaciones tienen a ser ligeramente menores. Para el caso del factor Tranquilidad, las únicas correlaciones significativas son con factores de Obediencia Afiliativa y Status Quo. Los factores de Fatalismo, Miedo, Culpa y Apatía presentan correlaciones positivas moderadas-bajas con todos los factores de PHSC's, excepto que Culpa no correlaciona con Respeto sobre amor y Apatía no correlaciona con Temor a la autoridad, Respeto sobre amor y Honor familiar. Otras correlaciones no fueron significativas. Para el caso de las mujeres, las únicas correlaciones estadísticamente significativas fueron: Para el factor de Decepción, con factores de Temor a la autoridad y Status Quo, ambas positivas; para el factor de Rabia, con Temor a la autoridad, de manera positiva; para Tranquilidad, con Respeto sobre amor, de manera negativa; para el factor de Miedo, con Temor a la autoridad y Honor familiar, ambas positivas; para Culpa, con Virginidad y Temor a la autoridad, ambas positivas; y finalmente, para Apatía, con Virginidad, Temor a la autoridad, Status Quo y Honor familiar, las cuatro de manera positiva. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 25

*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de PHSC's y la dimensión afectiva del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	Media	D.E.
1 Decepción	-	.892**	.278**	.809**	.838**	.774**	.753**	.417**	.346**	.354**	.238**	.219**	.309**	.270**	.271**	.391**	1.96	0.74
2 Rabia	.892**	-	.323**	.806**	.821**	.754**	.743**	.395**	.319**	.319**	.237**	.223**	.252**	.215*	.258**	.391**	1.90	0.65
3 Tranquilidad	-0.09	-0.092	-	0.138	.320**	.223**	.387**	0.059	.258**	0.131	0.082	-0.056	.311**	0.104	0.06	0.121	3.24	0.90
4 Fatalismo	.699**	.721**	-.206**	-	.700**	.638**	.651**	.407**	.282**	.315**	.214*	.218*	.223**	.256**	.293**	.328**	1.63	0.74
5 Miedo	.851**	.776**	-0.087	.625**	-	.684**	.612**	.354**	.390**	.311**	.189*	.228**	.271**	.254**	.241**	.361**	1.95	0.76
6 Culpa	.794**	.756**	-0.103	.566**	.747**	-	.636**	.288**	.252**	.209*	.254**	.227**	.275**	0.124	.218*	.284**	1.93	0.91
7 Apatía	.685**	.728**	-0.091	.648**	.585**	.593**	-	.301**	.236**	.242**	.215*	0.117	.178*	0.147	0.167	.332**	1.90	0.82
8 Machismo	0.067	0.079	0.035	0.064	0.051	0.083	0.103	-	.607**	.688**	.544**	.343**	.480**	.698**	.835**	.834**	1.12	0.19
9 Ob. Afil.	0.134	0.108	0.021	0.005	0.038	0.1	0.057	.498**	-	.508**	.542**	.489**	.720**	.520**	.533**	.700**	1.37	0.21
10 Virginidad	0.093	0.065	-0.043	0.048	0.05	.147*	.148*	.551**	.414**	-	.399**	.272**	.500**	.640**	.593**	.676**	1.16	0.27
11 Consent.	0.094	0.063	-0.084	0.031	0.067	0.057	0.083	.560**	.488**	.461**	-	.473**	.589**	.370**	.549**	.538**	1.20	0.25
12 Temor aut.	.210**	.215**	0.001	0.135	.265**	.170*	.228**	.330**	.421**	.283**	.448**	-	.523**	.282**	.340**	.350**	1.37	0.39
13 Status quo	.150*	0.095	0.142	-0.002	0.054	0.103	.167*	.457**	.592**	.405**	.487**	.387**	-	.394**	.475**	.585**	1.52	0.25
14 Respeto/amor	0.07	0.047	-.188*	0.05	0.095	0.113	0.112	.581**	.278**	.342**	.335**	.207**	.146*	-	.621**	.659**	1.10	0.24
15 Honor	0.14	0.126	-0.134	0.136	.172*	0.103	.160*	.679**	.296**	.486**	.427**	.322**	.242**	.561**	-	.723**	1.06	0.15
16 Rigidez	0.096	0.133	0.039	0.063	0.086	0.096	0.106	.473**	.454**	.282**	.325**	.211**	.258**	.420**	.340**	-	1.20	0.21
Media	2.22	2.09	3.35	1.8	2.22	2.17	2.16	1.08	1.33	1.11	1.23	1.36	1.5	1.05	1.04	1.18		
D.E.	0.77	0.68	0.77	0.75	0.82	0.84	0.84	0.1	0.18	0.18	0.25	0.37	0.19	0.17	0.08	0.17		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Afectivo del Bienestar abarcan del número 1 al 7; mientras que del número 8 en adelante corresponden a factores de Premisas Histórico Socio Culturales: 8-Machismo, 9-Obediencia Afiliativa, 10-Virginidad, 11-Consentimiento, 12-Temor a la autoridad, 13-Status Quo, 14-Respeto sobre amor, 15-Honor familiar, 16-Rigidez cultural. \*p<0.05, \*\*p<0.01

La Tabla 26 muestra las correlaciones entre la dimensión cognoscitiva del bienestar y las PHSC's. En el caso de los hombres, el factor Satisfacción global con la vida presentó correlaciones con los factores de Machismo, Respeto sobre amor y Rigidez cultural, todas negativas. El factor de Relación de pareja tuvo una única correlación negativa y significativa con Temor a la autoridad. Los factores de Armonía personal, Autorrealización, y Amigos correlacionaron positivamente con Status Quo. Para el caso del factor Amigos, éste también correlacionó positivamente con Honor familiar. El factor Familia correlacionó con Status Quo y con Honor familiar, en ambos casos de manera positiva. Por último, el factor Hijos correlacionó con todos los factores de PHSC's excepto con Consentimiento y Temor a la autoridad. Otras correlaciones no fueron significativas. Para el caso de las mujeres, el factor Satisfacción global con la vida presentó correlaciones negativas con Obediencia afiliativa y Respeto sobre amor. El factor Economía personal correlacionó de manera negativa con Consentimiento y Temor a la autoridad. El factor Armonía personal correlacionó negativamente con Temor a la autoridad; mismo caso que el factor de Autorrealización, aunque éste tuvo una correlación adicional inversa con el factor Consentimiento. El factor Amigos presentó una única correlación negativa con Temor a la autoridad. Para el caso de Compañeros de trabajo, éste tuvo dos correlaciones negativas con Temor a la autoridad y Consentimiento. Educación tuvo correlaciones negativas con factores de Obediencia afiliativa, Virginidad, Consentimiento, Temor a la autoridad, Respeto sobre amor y Honor familiar. El factor Familia correlacionó de manera negativa con Respeto sobre amor. Finalmente, Hijos correlacionó de manera positiva con Obediencia afiliativa. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 26  
Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de PHSC's y la dimensión cognoscitiva del Bienestar Subjetivo

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	Media	D.E.
1 Sat. Global	-	.322**	.375**	.392**	.390**	.250**	.267**	.379**	.353**	-0.067	-.292**	-0.103	-0.155	-0.086	-0.13	-0.058	-.189*	-0.157	-.183*	5.27	1.21
2 Rel. Pareja	.286**	-	.407**	.729**	.625**	.553**	.457**	.399**	.702**	.354**	-0.083	0.054	0.009	-0.082	-.173*	0.159	0.003	0.103	-0.006	5.63	1.77
3 Economía P.	.483**	.372**	-	.643**	.736**	.554**	.574**	.696**	.588**	.226**	-0.055	0.009	-0.04	-0.102	-0.092	0.116	-0.065	0.12	-0.026	4.92	1.61
4 Armonía P.	.478**	.498**	.566**	-	.866**	.735**	.657**	.596**	.832**	.284**	-0.064	0.158	0.029	0.025	-0.056	.272**	0.06	0.135	0.034	5.74	1.40
5 Autorr.	.526**	.432**	.666**	.795**	-	.729**	.707**	.702**	.726**	.228**	-0.041	0.113	0.045	-0.036	-0.058	.255**	0.057	0.126	0.034	5.49	1.33
6 Amigos	.296**	.299**	.450**	.624**	.677**	-	.784**	.476**	.667**	.195*	-0.039	0.078	0.059	0.019	-0.004	.207*	0.098	.178*	0.012	5.54	1.40
7 Compañeros	.192**	.165*	.379**	.444**	.472**	.571**	-	.536**	.577**	.236**	-0.047	0.064	0.027	-0.045	-0.048	0.142	0.052	0.126	-0.01	5.21	1.43
8 Educación	.367**	.296**	.683**	.564**	.644**	.489**	.425**	-	.571**	0.138	-0.047	0.046	-0.023	-0.125	-0.148	0.105	-0.118	0.068	-0.009	4.96	1.68
9 Familia	.426**	.317**	.503**	.753**	.604**	.487**	.327**	.442**	-	.354**	0.041	.181*	0.11	0.055	-0.025	.270**	0.056	.206*	0.109	5.95	1.41
10 Hijos	0.053	.329**	0.135	.194**	0.106	0.027	0.084	0.029	.226**	-	.214*	.192*	.184*	0.149	0.112	.286**	.204*	.208*	.192*	4.97	2.49
11 Machismo	-0.12	0.044	-0.088	0.019	-0.001	-0.099	-0.015	-0.144	-0.011	0.105	-	.607**	.688**	.544**	.343**	.480**	.698**	.835**	.834**	1.12	0.19
12 Ob. Afil.	-.168*	-0.053	-0.131	-0.063	-0.08	-0.077	-0.083	-.242**	0.003	.191**	.498**	-	.508**	.542**	.489**	.720**	.520**	.533**	.700**	1.37	0.21
13 Virginitad	-0.098	0.068	-0.13	-0.084	-0.111	-0.128	-0.131	-.232**	-0.089	0.037	.551**	.414**	-	.399**	.272**	.500**	.640**	.593**	.676**	1.16	0.27
14 Consent.	-0.104	-0.139	-.231**	-0.053	-.159*	-0.09	-.214**	-.239**	0.004	-0.01	.560**	.488**	.461**	-	.473**	.589**	.370**	.549**	.538**	1.20	0.25
15 Temor aut.	-0.094	-0.048	-.217**	-.145*	-.153*	-.156*	-.224**	-.309**	-0.092	0.034	.330**	.421**	.283**	.448**	-	.523**	.282**	.340**	.350**	1.37	0.39
16 Status quo	-0.021	-0.012	-0.102	-0.027	-0.051	-0.073	-0.043	-0.122	0.059	0.095	.457**	.592**	.405**	.487**	.387**	-	.394**	.475**	.585**	1.52	0.25
17 Respeto/amor	-.191**	-0.028	-0.116	-0.136	-0.136	-0.108	-0.084	-.169*	-.195**	0	.581**	.278**	.342**	.335**	.207**	.146*	-	.621**	.659**	1.10	0.24
18 Honor	-0.069	0.052	-0.084	-0.038	-0.028	-0.081	-0.129	-.146*	-0.065	0.044	.679**	.296**	.486**	.427**	.322**	.242**	.561**	-	.723**	1.06	0.15
19 Rigidez	-0.106	0.05	-0.048	-0.047	-0.073	-0.085	-0.057	-0.129	-0.069	0.114	.473**	.454**	.282**	.325**	.211**	.258**	.420**	.340**	-	1.20	0.21
Media	5.52	5.05	4.95	5.67	5.62	5.62	5.1	5.29	5.88	4.79	1.08	1.33	1.11	1.23	1.36	1.5	1.05	1.04	1.18		
D.E.	1.1	2.15	1.66	1.2	1.14	1.36	1.68	1.56	1.37	2.42	0.1	0.18	0.18	0.25	0.37	0.19	0.17	0.08	0.17		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Cognoscitivo del Bienestar son: 1-Satisfacción Global con la Vida, 2-Relación de pareja, 3-Economía personal, 4-Armonía personal, 5-Autorrealización, 6-Amigos, 7-Compañeros de trabajo, 8-Educación, 9- Familia, 10-Hijos; mientras que del número 11 en adelante corresponden a factores de Premisas Histórico Socio Culturales: 11-Machismo, 12-Obediencia Afiliativa, 13-Virginitad, 14-Consentimiento, 15-Temor a la autoridad, 16-Status Quo, 17-Respeto sobre amor, 18-Honor familiar, 19-Rigidez cultural. \*p<0.05, \*\*p<0.01

### Rasgos de Género y Bienestar Subjetivo

Los análisis se llevaron a cabo considerando los once factores de rasgos de género y los diferentes factores de la escala de Bienestar Subjetivo subdividida en sus tres dimensiones: Satisfacción Global con la Vida (1 factor), Satisfacción con la Vida (9 factores) y Afecto positivo/negativo (7 factores). En la Tabla 27 se observan las correlaciones de los estilos de enfrentamiento con la dimensión afectiva del bienestar. Para los hombres, Decepción y Fatalismo correlacionaron de manera positiva con Instrumental machismo, Instrumental autoritarismo, Rebelde social, Emotivo negativo egocéntrico, Vulnerable emocional y Control externo pasivo. El factor Rabia correlacionó de manera positiva con Instrumental egocéntrico, Instrumental machista, Instrumental autoritarismo, Rebelde social, Romántico soñador, Emotivo negativo egocéntrico, Vulnerable emocional y Control externo pasivo. El factor Tranquilidad correlacionó de manera positiva con todos los factores de instrumentalidad y expresividad excepto Instrumental machista, Rebelde social, Emotivo negativo egocéntrico y Control externo pasivo. Los factores Miedo, Culpa y Apatía presentaron correlaciones con los mismos factores: Instrumental egocéntrico, Instrumental machismo, Instrumental autoritarismo, Rebelde social, Romántico soñador, Emotivo negativo egocéntrico, Vulnerable emocional y Control externo pasivo. Para el caso de las mujeres, Decepción presentó correlaciones negativas con Instrumental cooperativo e Instrumental orientado al logro; y correlaciones positivas con Emotivo negativo egocéntrico, Vulnerable emocional y Control externo pasivo. Los factores Rabia y Fatalismo presentaron correlaciones negativas con Instrumental cooperativo, Instrumental orientado al logro y Expresivo afiliativo, y correlaciones positivas con Rebelde social, Emotivo negativo egocéntrico y Control externo pasivo. El factor Tranquilidad presentó correlaciones positivas con Instrumental cooperativo, Instrumental orientado al logro y Expresivo afiliativo, y correlaciones negativas con Rebelde social y Control externo pasivo. El factor Miedo presentó correlaciones negativas con Instrumental cooperativo, Instrumental orientado al logro e Instrumental egocéntrico, y correlaciones positivas con Instrumental machista, Emotivo negativo egocéntrico, Vulnerable emocional y Control externo pasivo. El factor Culpa presentó correlaciones negativas con Instrumental cooperativo e Instrumental orientado al logro, y correlaciones positivas con Instrumental machista, Emotivo negativo egocéntrico, Vulnerable emocional y Control externo pasivo. Finalmente, el factor Apatía tuvo correlaciones negativas con Instrumental cooperativo, Instrumental orientado al logro, Expresivo afiliativo y Romántico soñador; y tuvo correlaciones positivas con Rebelde social y Control externo pasivo. Otras correlaciones no fueron estadísticamente significativas.

Tabla 27  
Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de género y la dimensión afectiva del Bienestar Subjetivo

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	Media	D.E.
1 Decepción	-	.892**	.278**	.809**	.838**	.774**	.753**	-0.11	-0.077	0.116	.250**	.238**	.221**	-0.061	0.14	.301**	.309**	.364**	1.96	0.74
2 Rabia	.892**	-	.323**	.806**	.821**	.754**	.743**	-0.05	0.035	.174*	.330**	.324**	.265**	-0.021	.194*	.365**	.373**	.413**	1.90	0.65
3 Tranquilidad	-0.09	-0.092	-	0.138	.320**	.223**	.387**	.307**	.428**	.174*	0.008	.187*	0.003	.271**	.394**	0.155	.210*	0.124	3.24	0.90
4 Fatalismo	.699**	.721**	-.206**	-	.700**	.638**	.651**	-0.062	-0.062	0.121	.250**	.245**	.197*	-0.087	0.104	.291**	.243**	.272**	1.63	0.74
5 Miedo	.851**	.776**	-0.087	.625**	-	.684**	.612**	-0.051	0.005	.171*	.278**	.251**	.230**	0.038	.183*	.328**	.331**	.377**	1.95	0.76
6 Culpa	.794**	.756**	-0.103	.566**	.747**	-	.636**	-0.132	-0.029	.184*	.210*	.238**	.282**	-0.041	.199*	.271**	.423**	.459**	1.93	0.91
7 Apatía	.685**	.728**	-0.091	.648**	.585**	.593**	-	-0.072	0.032	.182*	.279**	.304**	.301**	-0.07	.170*	.375**	.273**	.406**	1.90	0.82
8 Instr. Coop.	-.177*	-.224**	.265**	-.200**	-.240**	-.232**	-.249**	-	.538**	.220**	0.01	0.062	-0.079	.513**	.412**	0.014	0.133	0.028	3.90	0.82
9 Instr. O. L.	-.275**	-.238**	.247**	-.257**	-.257**	-.221**	-.285**	.562**	-	.520**	.257**	.375**	0.067	.451**	.538**	.268**	.214*	0.127	3.74	0.80
10 Instr. Ego.	-0.138	-0.108	0.058	-0.112	-.160*	-0.141	-0.129	.301**	.498**	-	.559**	.546**	.384**	.227**	.309**	.494**	.218*	.311**	3.01	0.79
11 Instr. Mach.	0.115	0.124	0.035	0.072	.181*	.156*	0.066	-0.1	0.138	.296**	-	.658**	.639**	0.056	0.144	.692**	.335**	.515**	2.12	0.85
12 Instr. Autorit.	0.084	0.095	0.012	0.089	0.075	0.048	0.027	0.075	.292**	.432**	.511**	-	.520**	0.052	.215*	.657**	.417**	.506**	2.44	0.83
13 Rebelde S.	0.119	.148*	-.158*	.165*	0.123	0.106	.199**	-.300**	-.232**	0.019	.403**	.147*	-	0.073	0.126	.678**	.518**	.637**	1.85	0.84
14 Expres. Afil.	-0.113	-.173*	.239**	-.206**	-0.138	-0.111	-.204**	.410**	.437**	.206**	-0.064	0.025	-.319**	-	.631**	0.154	.309**	.218*	3.67	0.94
15 Romántico S.	-0.004	-0.046	0.138	-0.116	-0.005	-0.017	-.145*	.266**	.460**	.280**	0.078	.186*	-0.11	.578**	-	.320**	.535**	.383**	3.54	0.89
16 Emo. Neg. Ego.	.183*	.171*	-0.107	.167*	.219**	.190**	0.06	-.299**	-0.001	.170*	.532**	.354**	.325**	-0.003	.215**	-	.601**	.712**	2.14	0.82
17 Vulnerable E.	.196**	0.126	0.054	0.034	.176*	.173*	0.059	0.06	.188*	0.012	.222**	0.134	0.1	.377**	.554**	.329**	-	.750**	2.38	0.90
18 C.E. Pasivo	.310**	.225**	-.187*	.225**	.305**	.318**	.238**	-.271**	-.193**	-.229**	0.143	-0.065	.360**	-0.023	.148*	.352**	.444**	-	2.12	0.89
Media	2.22	2.09	3.35	1.80	2.22	2.17	2.16	3.93	3.6	2.75	1.98	2.49	1.82	3.98	3.94	2.10	3.45	2.49		
D.E.	0.77	0.68	0.77	0.75	0.82	0.84	0.84	0.81	0.82	0.71	0.75	0.76	0.76	0.81	0.82	0.67	0.91	0.83		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Afectivo del Bienestar abarcan del número 1 al 7; mientras que del número 8 en adelante corresponden a factores de Instrumentalidad y expresividad: 8-Instrumental cooperativo, 9-Instrumental Orientado al Logro, 10-Instrumental egocéntrico, 11-Instrumental machismo, 12-Instrumental autoritarismo, 13-Rebelde social, 14-Expresivo afiliativo, 15-Romántico soñador, 16-Emotivo negativo egocéntrico, 17-Vulnerable emocional, 18-Control externo pasivo. \*p<0.05, \*\*p<0.01

La Tabla 28 muestra las correlaciones entre la dimensión cognoscitiva del bienestar y los factores de instrumentalidad y expresividad. Para los hombres, el factor Instrumental cooperativo presentó correlaciones positivas con todos los factores de satisfacción excepto Economía personal e Hijos. El factor Instrumental orientado al logro tuvo correlaciones positivas con todos los factores de satisfacción excepto Hijos. El factor Instrumental egocéntrico presentó tres correlaciones positivas: Economía personal, Amigos y Educación. El factor Instrumental machista presentó tres correlaciones, todas negativas: con Satisfacción global con la vida, Armonía personal y Autorrealización. La única correlación que tuvo el factor Instrumental autoritarismo fue con Armonía personal y fue negativa. El factor Expresivo afiliativo correlacionó de manera positiva con todos los factores de satisfacción excepto Compañeros de trabajo e Hijos. El factor Romántico soñador correlacionó con todos los factores de satisfacción excepto Economía personal, Compañeros de trabajo, Educación e Hijos. Por último, el factor Control externo pasivo correlacionó de manera negativa con Satisfacción global con la vida y Compañeros de trabajo. Otras correlaciones no fueron significativas. Para las mujeres, el factor Instrumental cooperativo presentó correlaciones positivas con todos los factores de satisfacción excepto Economía personal, Compañeros de trabajo e Hijos. El factor Instrumental orientado al logro correlacionó de manera positiva con todos los factores de satisfacción excepto con Hijos. El factor Instrumental egocéntrico correlacionó de manera positiva con todos los factores de satisfacción excepto Satisfacción global con la vida, Compañeros de trabajo e Hijos. Por su parte, Rebelde social correlacionó de manera negativa únicamente con Satisfacción global con la vida y Amigos. El factor Expresivo afiliativo correlacionó positivamente con todos los factores excepto Satisfacción global con la vida, Economía personal e Hijos. El factor Romántico soñador tuvo correlaciones positivas con Autorrealización y Amigos. El factor Emotivo negativo egocéntrico tuvo correlaciones negativas con Satisfacción global con la vida y Armonía personal. Por último, las correlaciones del factor Control externo pasivo fueron negativas y significativas excepto para Hijos. Otras correlaciones no fueron estadísticamente significativas.

[UN MODELO PREDICTIVO DE BIENESTAR SUBJETIVO]

Tabla 28

Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de género y la dimensión cognoscitiva del Bienestar Subjetivo

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	Media	D.E.
1 Sat. Global	-	.322**	.375**	.392**	.390**	.250**	.267**	.379**	.353**	-0.067	.274**	.259**	0.025	-.203*	-0.062	-0.127	.255**	.171*	-0.148	-0.015	-.172*	5.27	1.21
2 Rel. Pareja	.286**	-	.407**	.729**	.625**	.553**	.457**	.399**	.702**	.354**	.303**	.284**	0.13	-0.109	-0.093	-0.043	.246**	.202*	-0.066	-0.022	-0.138	5.63	1.77
3 Economía P.	.483**	.372**	-	.643**	.736**	.554**	.574**	.696**	.588**	.226**	0.143	.297**	.271**	-0.027	0.059	0.05	.211*	0.127	0.065	0.012	-0.042	4.92	1.61
4 Armonía P.	.478**	.498**	.566**	-	.866**	.735**	.657**	.596**	.832**	.284**	.379**	.346**	0.078	-.192*	-.191*	-0.098	.396**	.317**	-0.146	-0.056	-0.162	5.74	1.40
5 Autorr.	.526**	.432**	.666**	.795**	-	.729**	.707**	.702**	.726**	.228**	.324**	.339**	0.153	-.173*	-0.092	-0.078	.263**	.283**	-0.082	-0.048	-0.149	5.49	1.33
6 Amigos	.296**	.299**	.450**	.624**	.677**	-	.784**	.476**	.667**	.195*	.284**	.361**	.179*	-0.11	-0.141	-0.158	.238**	.214*	-0.089	-0.099	-0.166	5.54	1.40
7 Compañeros	.192**	.165*	.379**	.444**	.472**	.571**	-	.536**	.577**	.236**	.168*	.288**	0.151	-0.163	-0.092	-0.142	0.134	0.142	-0.139	-0.142	-.168*	5.21	1.43
8 Educación	.367**	.296**	.683**	.564**	.644**	.489**	.425**	-	.571**	0.138	.249**	.249**	.174*	-0.093	0.018	-0.044	.213*	0.144	-0.002	-0.047	-0.142	4.96	1.68
9 Familia	.426**	.317**	.503**	.753**	.604**	.487**	.327**	.442**	-	.354**	.353**	.359**	0.161	-0.132	-0.104	-0.071	.397**	.295**	-0.117	-0.036	-0.119	5.95	1.41
10 Hijos	0.053	.329**	0.135	.194**	0.106	0.027	0.084	0.029	.226**	-	0.094	0.042	0.048	-0.045	-0.034	0.048	0.119	0.001	-0.088	0.055	0.066	4.97	2.49
11 Instr. Coop.	.196**	.158*	0.094	.259**	.271**	.164*	0.097	0.126	.259**	0.086	-	.538**	.220**	0.01	0.062	-0.079	.513**	.412**	0.014	0.133	0.028	3.90	0.82
12 Instr. O. L.	.257**	.165*	.178*	.252**	.273**	.274**	.200**	.262**	.201**	-0.029	.562**	-	.520**	.257**	.375**	0.067	.451**	.538**	.268**	.214*	0.127	3.74	0.80
13 Instr. Ego.	0.087	.217**	.170*	.186*	.175*	.184*	0.117	.190**	.166*	0.056	.301**	.498**	-	.559**	.546**	.384**	.227**	.309**	.494**	.218*	.311**	3.01	0.79
14 Instr. Mach.	-0.075	0.131	0.011	-0.064	-0.041	-0.041	0.017	0.04	-0.109	-0.019	-0.1	0.138	.296**	-	.658**	.639**	0.056	0.144	.692**	.335**	.515**	2.12	0.85
15 Instr. Autorit.	-0.032	0.066	0.128	-0.056	-0.007	-0.114	-0.076	0.11	0.009	0.007	0.075	.292**	.432**	.511**	-	.520**	0.052	.215*	.657**	.417**	.506**	2.44	0.83
16 Rebelde S.	-.161*	0.045	-0.049	-0.095	-0.129	-.169*	-0.133	-0.053	-0.076	0.04	-.300**	-.232**	0.019	.403**	.147*	-	0.073	0.126	.678**	.518**	.637**	1.85	0.84
17 Expres. Afil.	0.113	.175*	0.136	.191**	.249**	.295**	.145*	.177*	.204**	0.066	.410**	.437**	.206**	-0.064	0.025	-.319**	-	.631**	0.154	.309**	.218*	3.67	0.94
18 Romántico S.	0.02	0.047	0.07	0.055	.181*	.211**	0.085	0.118	0.075	-0.03	.266**	.460**	.280**	0.078	.186*	-0.11	.578**	-	.320**	.535**	.383**	3.54	0.89
19 Emo. Neg. Ego.	-.176*	-0.074	-0.034	-.215**	-0.127	-0.049	-0.022	-0.034	-0.052	-0.1	-.299**	-0.001	.170*	.532**	.354**	.325**	-0.003	.215**	-	.601**	.712**	2.14	0.82
20 Vulnerable E.	-0.082	-0.039	-0.068	-0.137	-0.018	0.003	-0.059	-0.019	-0.043	-0.012	0.06	.188*	0.012	.222**	0.134	0.1	.377**	.554**	.329**	-	.750**	2.38	0.90
21 C.E. Pasivo	-.250**	-.146*	-.213**	-.309**	-.273**	-.232**	-.200**	-.249**	-.195**	-0.082	-.271**	-.193**	-.229**	0.143	-0.065	.360**	-0.023	.148*	.352**	.444**	-	2.12	0.89
Media	5.52	5.05	4.95	5.67	5.62	5.62	5.10	5.29	5.88	4.79	3.93	3.60	2.75	1.98	2.49	1.82	3.98	3.94	2.10	3.45	2.49		
D.E.	1.10	2.15	1.66	1.20	1.14	1.36	1.68	1.56	1.37	2.42	0.81	0.82	0.71	0.75	0.76	0.76	0.81	0.82	0.67	0.91	0.83		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Cognoscitivo del Bienestar son: 1-Satisfacción Global con la Vida, 2-Relación de pareja, 3-Economía personal, 4-Armonía personal, 5-Autorrealización, 6-Amigos, 7-Compañeros de trabajo, 8-Educación, 9- Familia, 10-Hijos; mientras que del número 11 en adelante corresponden a factores de Instrumentalidad y expresividad: 11-Instrumental cooperativo, 12-Instrumental Orientado al Logro, 13-Instrumental egocéntrico, 14-Instrumental machismo, 15-Instrumental autoritarismo, 16-Rebelde social, 17-Expresivo afiliativo, 18-Romántico soñador, 19-Emotivo negativo egocéntrico, 20-Vulnerable emocional, 21-Control externo pasivo. \*p<0.05, \*\*p<0.01

### Estilos de Enfrentamiento y Bienestar Subjetivo

Los análisis se llevaron a cabo considerando los seis factores de estilos de enfrentamiento y los diferentes factores de la escala de Bienestar Subjetivo subdividida en sus tres dimensiones: Satisfacción Global con la Vida (1 factor), Satisfacción con la Vida (9 factores) y Afecto positivo/negativo (7 factores). En la Tabla 29 se observan las correlaciones de los estilos de enfrentamiento con la dimensión afectiva del bienestar. En el caso de los hombres, Decepción correlacionó de manera positiva con Evitativo y de manera negativa con Autocontrol. El factor Rabia correlacionó también de manera positiva con Evitativo y de manera negativa con Autocontrol. El factor Tranquilidad correlacionó de manera positiva con Autoafirmación planeada, Apoyo social, Afirmativo, Emocional positivo y Autocontrol. Por su parte, el factor Fatalismo correlacionó de manera positiva con Evitativo y de manera negativa con Afirmativo y Autocontrol. El factor Miedo presentó una correlación negativa con Autocontrol; y finalmente, el factor Apatía tuvo una correlación positiva con Evitativo. Otras correlaciones no fueron significativas. Para el caso de las mujeres, los factores Decepción, Rabia y Miedo correlacionaron con todos los factores de estilos de enfrentamiento, siendo las únicas correlaciones positivas con el factor Evitativo. El factor Tranquilidad correlacionó de manera positiva con Autoafirmación planeada, Emocional positivo y Autocontrol, y de manera negativa con Evitativo. El factor Fatalismo correlacionó de manera negativa con Autoafirmación planeada, Apoyo social, Afirmativo, Emocional positivo y Autocontrol. El factor Culpa correlacionó de manera negativa con Autoafirmación, Apoyo social, Emocional positivo y Autocontrol, y de manera positiva con Evitativo. Por último, el factor Apatía correlacionó de manera negativa con todos los factores de estilos de enfrentamiento excepto con Evitante, en cuyo caso la correlación no fue estadísticamente significativa. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 29

*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de enfrentamiento y la dimensión afectiva del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	Media	D.E.
1 Decepción	-	.892**	.278**	.809**	.838**	.774**	.753**	-0.093	-0.092	-0.151	-0.042	.229**	-.238**	1.96	0.74
2 Rabia	.892**	-	.323**	.806**	.821**	.754**	.743**	-0.118	-0.086	-0.138	-0.045	.239**	-.244**	1.90	0.65
3 Tranquilidad	-0.09	-0.092	-	0.138	.320**	.223**	.387**	.288**	.311**	.237**	.270**	-0.153	.188*	3.24	0.90
4 Fatalismo	.699**	.721**	-.206**	-	.700**	.638**	.651**	-0.142	-0.164	-.229**	-0.146	.268**	-.251**	1.63	0.74
5 Miedo	.851**	.776**	-0.087	.625**	-	.684**	.612**	-0.036	-0.013	-0.025	0.014	0.166	-.207*	1.95	0.76
6 Culpa	.794**	.756**	-0.103	.566**	.747**	-	.636**	-0.074	-0.085	-0.142	0.046	0.141	-0.148	1.93	0.91
7 Apatía	.685**	.728**	-0.091	.648**	.585**	.593**	-	-0.097	-0.025	-0.107	-0.021	.168*	-0.15	1.90	0.82
8 Auto Af.	-.315**	-.290**	.221**	-.341**	-.353**	-.306**	-.287**	-	.526**	.566**	.660**	-0.1	.676**	3.91	0.79
9 Apoyo Soc.	-.288**	-.281**	0.071	-.332**	-.247**	-.188*	-.280**	.558**	-	.587**	.637**	0.159	.433**	3.58	0.86
10 Afirmat.	-.221**	-.202**	0.031	-.176*	-.168*	-0.122	-.190**	.499**	.521**	-	.460**	-0.017	.419**	3.34	0.94
11 Emoc. Posit.	-.231**	-.217**	.228**	-.287**	-.234**	-.194**	-.284**	.656**	.473**	.415**	-	0.025	.560**	3.80	0.92
12 Evitat.	.180*	.186*	-.258**	0.116	.151*	.161*	0.054	-0.053	0.048	0.108	-0.072	-	-0.038	2.10	0.82
13 Autoctrl.	-.273**	-.240**	.256**	-.285**	-.287**	-.255**	-.211**	.694**	.459**	.385**	.573**	-0.054	-	4.97	1.02
Media	2.22	2.09	3.35	1.8	2.22	2.17	2.16	3.78	3.7	3.35	4	2.18	4.84		
D.E.	0.77	0.68	0.77	0.75	0.82	0.84	0.84	0.69	0.82	0.91	0.78	0.78	0.92		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Afectivo del Bienestar abarcan del número 1 al 7; mientras que del número 8 en adelante corresponden a factores de enfrentamiento: 8-Autoafirmación planeada, 9-Apoyo social, 10-Afirmativo, 11-Emocional positivo, 12-Evitativo, 13-Autocontrol. \*p<0.05, \*\*p<0.01

La Tabla 30 muestra las correlaciones entre la dimensión cognoscitiva del bienestar y los estilos de enfrentamiento. En el caso de los hombres, el factor de Satisfacción global con la vida correlacionó de manera positiva con todos los factores de enfrentamiento de manera positiva, excepto en el caso de Evitativo, dado que la correlación fue negativa. En los factores Relación de pareja, Economía personal, Armonía personal, Autorrealización, Amigos, Educación y Familia, las correlaciones fueron positivas con todos los factores de enfrentamiento, excepto con Evitativo, en cuyo caso todas las relaciones no fueron significativas. Para el factor Compañeros de trabajo, las correlaciones con Autoafirmación planeada, Apoyo social, Afirmativo y Autocontrol fueron positivas. Por último, Hijos tuvo una única correlación positiva con Autocontrol. Otras correlaciones no fueron significativas. Otras correlaciones no fueron significativas. Para el caso de las mujeres, el factor Satisfacción global con la vida y Economía personal correlacionaron de manera positiva con todos los factores excepto con Evitativo. Para el factor de Relación de pareja, la única correlación estadísticamente significativa y positiva fue con Autocontrol. El factor Armonía personal correlacionó con Evitativo de manera negativa, pero correlacionó de manera positiva con el resto de los factores. La única correlación negativa del factor Autorrealización fue con Evitativo, ya que con factores de Autoafirmación planeada, Apoyo social, Afirmativo, Emocional positivo y Autocontrol las correlaciones fueron positivas. Para el factor Amigos, las correlaciones fueron positivas con factores de Autoafirmación planeada, Apoyo social, Afirmativo y Autocontrol, y negativa para el caso de Evitativo. El factor Compañeros de trabajo sólo correlacionó de manera negativa con Afirmativo. El factor Educación correlacionó de manera positiva con Autoafirmación planeada, Apoyo social, Afirmativo y Emocional positivo. Finalmente, el factor Familia tuvo correlaciones positivas con Autoafirmación planeada, Apoyo social, Emocional positivo y Autocontrol. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 30

*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de enfrentamiento y la dimensión cognoscitiva del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	Media	D.E.
1 Sat. Global	-	.322**	.375**	.392**	.390**	.250**	.267**	.379**	.353**	-0.067	.284**	.194*	.279**	.246**	-.237**	.329**	5.27	1.21
2 Rel. Pareja	.286**	-	.407**	.729**	.625**	.553**	.457**	.399**	.702**	.354**	.314**	.233**	.261**	.335**	-0.135	.350**	5.63	1.77
3 Economía P.	.483**	.372**	-	.643**	.736**	.554**	.574**	.696**	.588**	.226**	.217*	.307**	.279**	.295**	0.064	.204*	4.92	1.61
4 Armonía P.	.478**	.498**	.566**	-	.866**	.735**	.657**	.596**	.832**	.284**	.411**	.382**	.320**	.390**	-0.065	.432**	5.74	1.40
5 Autorr.	.526**	.432**	.666**	.795**	-	.729**	.707**	.702**	.726**	.228**	.331**	.407**	.277**	.340**	0.037	.400**	5.49	1.33
6 Amigos	.296**	.299**	.450**	.624**	.677**	-	.784**	.476**	.667**	.195*	.315**	.403**	.193*	.295**	0.035	.381**	5.54	1.40
7 Compañeros	.192**	.165*	.379**	.444**	.472**	.571**	-	.536**	.577**	.236**	.259**	.271**	.206*	0.167	0.081	.292**	5.21	1.43
8 Educación	.367**	.296**	.683**	.564**	.644**	.489**	.425**	-	.571**	0.138	.255**	.304**	.259**	.253**	0.059	.266**	4.96	1.68
9 Familia	.426**	.317**	.503**	.753**	.604**	.487**	.327**	.442**	-	.354**	.355**	.325**	.177*	.337**	-0.117	.361**	5.95	1.41
10 Hijos	0.053	.329**	0.135	.194**	0.106	0.027	0.084	0.029	.226**	-	0.06	-0.004	0.122	-0.02	0.034	.201*	4.97	2.49
11 Auto Af.	.467**	0.131	.165*	.282**	.322**	.225**	0.14	.171*	.210**	0.05	-	.526**	.566**	.660**	-0.1	.676**	3.91	0.79
12 Apoyo Soc.	.324**	0.139	.211**	.241**	.283**	.310**	0.128	.235**	.164*	-0.026	.558**	-	.587**	.637**	0.159	.433**	3.58	0.86
13 Afirmat.	.265**	0.067	.213**	.227**	.177*	.172*	.190**	.169*	0.138	-0.022	.499**	.521**	-	.460**	-0.017	.419**	3.34	0.94
14 Emoc. Posit.	.356**	0.135	.180*	.226**	.231**	0.128	0.038	.159*	.222**	0.066	.656**	.473**	.415**	-	0.025	.560**	3.80	0.92
15 Evitat.	-0.054	-0.086	-0.047	-.149*	-.191**	-.153*	-0.111	-0.082	-0.083	0.086	-0.053	0.048	0.108	-0.072	-	-0.038	2.10	0.82
16 Autoctrl.	.314**	.146*	.179*	.269**	.258**	.256**	0.073	0.124	.280**	0.085	.694**	.459**	.385**	.573**	-0.054	-	4.97	1.02
Media	5.52	5.05	4.95	5.67	5.62	5.62	5.1	5.29	5.88	4.79	3.78	3.7	3.35	4	2.18	4.84		
D.E.	1.1	2.15	1.66	1.2	1.14	1.36	1.68	1.56	1.37	2.42	0.69	0.82	0.91	0.078	0.78	0.92		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Cognoscitivo del Bienestar son: 1-Satisfacción Global con la Vida, 2-Relación de pareja, 3-Economía personal, 4-Armonía personal, 5-Autorrealización, 6-Amigos, 7-Compañeros de trabajo, 8-Educación, 9- Familia, 10-Hijos; mientras que del número 11 en adelante corresponden a factores de enfrentamiento: 11-Autoafirmación planeada, 12-Apoyo social. 13-Afirmativo, 14-Emocional positivo, 15-Evitativo, 16-Autocontrol. \*p<0.05, \*\*p<0.01

### Locus de Control y Bienestar Subjetivo

Los análisis se llevaron a cabo considerando los siete factores de locus de control y los diferentes factores de la escala de Bienestar Subjetivo subdividida en sus tres dimensiones: Satisfacción Global con la Vida (1 factor), Satisfacción con la Vida (9 factores) y Afecto positivo/negativo (7 factores). En la Tabla 31 se observan las correlaciones de locus de control con la dimensión afectiva del bienestar. En el caso de los hombres, las correlaciones de Decepción y Rabia fueron positivas con los factores de Control externo Afectivo, Control interno Carisma, Control interno Planeación, Control externo Material y Control Externo Destino. El factor Tranquilidad tuvo dos correlaciones positivas con Control interno Instrumental y Control interno Planeación. Las correlaciones de Fatalismo fueron positivas con Control externo Afectivo, Control interno Carisma, Control externo Material y Control externo Destino. El factor Miedo correlacionó de manera positiva con Control interno Carisma, Control interno Planeación, Control externo Material y Control externo Destino. Los factores de Culpa y Apatía correlacionaron positivamente con factores de Control externo Afectivo, Control interno Carisma, Control interno Planeación, Control externo Material y Control externo Destino; sin embargo, en el caso de Culpa, éste también correlacionó positivamente con Control externo Pareja y Familia. Otras correlaciones no fueron significativas. En el caso de las mujeres, Decepción correlacionó de manera directa con Control externo Afecto, Control interno Carisma y Control externo Destino. Por su parte, Tranquilidad correlacionó con Control interno Instrumental y Control interno Planeación. El factor Fatalismo correlacionó con Control externo Afecto de manera positiva y con Control interno Instrumental de manera negativa. Las últimas dos correlaciones fueron entre Miedo y Control interno Instrumental (de manera negativa) y Apatía con Control interno Carisma (de manera positiva). Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 31

*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de locus de control y la dimensión afectiva del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Media	D.E.
1 Decepción	-	.892**	.278**	.809**	.838**	.774**	.753**	.188*	.231**	0.145	.198*	0.121	.290**	.233**	1.96	0.74
2 Rabia	.892**	-	.323**	.806**	.821**	.754**	.743**	.214*	.250**	0.159	.207*	0.144	.324**	.293**	1.90	0.65
3 Tranquilidad	-0.09	-0.092	-	0.138	.320**	.223**	.387**	-0.117	-0.004	.419**	.397**	0.09	-0.086	0.106	3.24	0.90
4 Fatalismo	.699**	.721**	-.206**	-	.700**	.638**	.651**	.262**	.231**	0.034	0.136	0.079	.281**	.228**	1.63	0.74
5 Miedo	.851**	.776**	-0.087	.625**	-	.684**	.612**	0.147	.230**	0.156	.197*	0.117	.283**	.247**	1.95	0.76
6 Culpa	.794**	.756**	-0.103	.566**	.747**	-	.636**	.190*	.251**	0.16	.234**	.194*	.246**	.276**	1.93	0.91
7 Apatía	.685**	.728**	-0.091	.648**	.585**	.593**	-	.224**	.285**	0.15	.279**	0.164	.251**	.251**	1.90	0.82
8 C.E. Afect.	0.11	.149*	-0.081	.199**	0.054	0.085	0.139	-	.863**	0.089	.232**	.444**	.762**	.610**	1.88	0.77
9 C.I. Carisma	0.128	.163*	0.002	0.133	0.062	0.079	.146*	.832**	-	.226**	.368**	.506**	.749**	.570**	2.15	0.80
10 C.I. Instr.	-0.084	-0.07	.357**	-.166*	-.144*	-0.066	-0.008	0.102	.293**	-	.732**	.347**	0.145	.333**	3.65	0.86
11 C.I. Planeac.	-0.046	-0.071	.251**	-0.102	-0.058	0.02	-0.014	0.058	.175*	.641**	-	.309**	.190*	.411**	3.54	0.84
12 C.E. Par/Fam	-0.002	-0.026	0.04	0.075	-0.055	-0.041	0.04	.412**	.467**	.199**	.252**	-	.486**	.453**	2.69	0.93
13 C.E. Material	0.044	0.097	0.034	0.09	0.002	-0.011	0.034	.729**	.708**	0.124	0.128	.370**	-	.570**	1.99	0.86
14 C.E. Destino	0.133	.171*	0.035	0.144	0.072	0.062	0.117	.509**	.524**	.276**	.273**	.369**	.498**	-	2.46	0.80
Media	2.22	2.09	3.35	1.8	2.22	2.17	2.16	1.92	2.29	3.67	3.65	2.6	1.99	2.56		
D.E.	0.77	0.68	0.77	0.75	0.82	0.84	0.84	0.69	0.72	0.74	0.72	0.86	0.78	0.8		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Afectivo del Bienestar abarcan del número 1 al 7; mientras que del número 8 en adelante corresponden a factores de locus de control: 8-Control externo afectivo, 9-Control interno carisma, 10-Control interno instrumental, 11-Control interno planeación, 12-Control externo pareja y familia, 13-Control externo material, 14-Control externo destino. \*p<0.05, \*\*p<0.01

En la Tabla 32 se observan las correlaciones de locus de control con la dimensión cognoscitiva del bienestar. En el caso de los hombres, el Control externo Afectivo correlacionó de manera inversa con Satisfacción global con la vida y Relación de pareja. El factor Control interno Carisma correlacionó de manera negativa con Relación de pareja. Por su parte, el Control interno Instrumental y el Control interno Planeación correlacionaron con todos los factores de satisfacción excepto Satisfacción global con la vida e Hijos. Por último, el Control externo Material correlacionó de manera negativa con Satisfacción global con la vida, Relación de pareja, Armonía personal y Amigos. Otras correlaciones no fueron significativas. En el caso de las mujeres, el Control interno Instrumental y el Control interno Planeación correlacionaron de manera positiva con Satisfacción global con la vida, Economía personal, Armonía personal, Autorrealización, Amigos, Compañeros de trabajo, Educación y Familia. El factor Control externo Pareja y Familia correlacionó con Satisfacción global con la vida, Economía personal, Armonía personal, y Familia. El factor Control externo Material correlacionó con Compañeros de trabajo e Hijos de manera positiva. Por último, Control externo Destino correlacionó con Hijos de manera positiva. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 32

*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de locus de control y la dimensión cognoscitiva del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	Media	D.E.
1 Sat. Global	-	.322**	.375**	.392**	.390**	.250**	.267**	.379**	.353**	-0.067	-.189*	-0.134	0.112	0.124	0.048	-.192*	-0.041	5.27	1.21
2 Rel. Pareja	.286**	-	.407**	.729**	.625**	.553**	.457**	.399**	.702**	.354**	-.201*	-.171*	.247**	.218*	0.076	-.174*	-0.093	5.63	1.77
3 Economía P.	.483**	.372**	-	.643**	.736**	.554**	.574**	.696**	.588**	.226**	-0.02	-0.011	.251**	.308**	0.095	-0.059	0.083	4.92	1.61
4 Armonía P.	.478**	.498**	.566**	-	.866**	.735**	.657**	.596**	.832**	.284**	-0.164	-0.103	.336**	.347**	0.092	-.204*	0.03	5.74	1.40
5 Autorr.	.526**	.432**	.666**	.795**	-	.729**	.707**	.702**	.726**	.228**	-0.101	-0.033	.362**	.374**	0.112	-0.136	0.057	5.49	1.33
6 Amigos	.296**	.299**	.450**	.624**	.677**	-	.784**	.476**	.667**	.195*	-0.155	-0.115	.262**	.246**	-0.034	-.227**	-0.073	5.54	1.40
7 Compañeros	.192**	.165*	.379**	.444**	.472**	.571**	-	.536**	.577**	.236**	-0.13	-0.116	.317**	.288**	-0.075	-0.148	-0.062	5.21	1.43
8 Educación	.367**	.296**	.683**	.564**	.644**	.489**	.425**	-	.571**	0.138	-0.024	0.023	.306**	.348**	0.148	0.001	0.097	4.96	1.68
9 Familia	.426**	.317**	.503**	.753**	.604**	.487**	.327**	.442**	-	.354**	-0.119	-0.06	.273**	.285**	0.132	-0.144	-0.002	5.95	1.41
10 Hijos	0.053	.329**	0.135	.194**	0.106	0.027	0.084	0.029	.226**	-	-0.037	0.012	0.043	0.062	0.038	0.06	-0.014	4.97	2.49
11 C.E. Afect.	-0.015	-0.056	0.037	0.009	-0.052	0.047	0.121	0.026	0.018	0.142	-	.863**	0.089	.232**	.444**	.762**	.610**	1.88	0.77
12 C.I. Carisma	-0.019	-0.045	0.037	0.014	-0.02	0.035	0.121	0.032	0.013	0.135	.832**	-	.226**	.368**	.506**	.749**	.570**	2.15	0.80
13 C.I. Instr.	.150*	0.074	.166*	.242**	.319**	.296**	.279**	.244**	.200**	0.035	0.102	.293**	-	.732**	.347**	0.145	.333**	3.65	0.86
14 C.I. Planeac.	.200**	0.134	.197**	.276**	.340**	.293**	.310**	.231**	.223**	0.063	0.058	.175*	.641**	-	.309**	.190*	.411**	3.54	0.84
15 C.E. Par/Fam	.157*	0.097	.177*	.187*	0.088	0.022	0.095	0.137	.176*	0.106	.412**	.467**	.199**	.252**	-	.486**	.453**	2.69	0.93
16 C.E. Material	0.017	0.067	0.107	0.108	0.051	0.121	.180*	0.083	0.048	.188*	.729**	.708**	0.124	0.128	.370**	-	.570**	1.99	0.86
17 C.E. Destino	0	0.041	0.097	0.018	0.028	-0.01	0.066	0.069	0.06	.250**	.509**	.524**	.276**	.273**	.369**	.498**	-	2.46	0.80
Media	5.52	5.05	4.95	5.67	5.62	5.62	5.1	5.29	5.88	4.79	1.92	2.29	3.67	3.65	2.6	1.99	2.56		
D.E.	1.1	2.15	1.66	1.2	1.14	1.36	1.68	1.56	1.37	2.42	0.69	0.72	0.74	0.72	0.86	0.78	0.8		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Cognoscitivo del Bienestar son: 1-Satisfacción Global con la Vida, 2-Relación de pareja, 3-Economía personal, 4-Armonía personal, 5-Autorrealización, 6-Amigos, 7-Compañeros de trabajo, 8-Educación, 9- Familia, 10-Hijos; mientras que del número 11 en adelante corresponden a factores de locus de control: 11-Control externo afectivo, 12-Control interno carisma, 13-Control interno instrumental, 14-Control interno planeación, 15-Control externo pareja y familia, 16-Control externo material, 17-Control externo destino. \*p<0.05, \*\*p<0.01

### Autoestima y Bienestar Subjetivo

Los análisis se llevaron a cabo considerando los siete factores de autoestima y los diferentes factores de la escala de Bienestar Subjetivo subdividida en sus tres dimensiones: Satisfacción Global con la Vida (1 factor), Satisfacción con la Vida (9 factores) y Afecto positivo/negativo (7 factores). En la Tabla 33 se observan las correlaciones de autoestima con la dimensión afectiva del bienestar. En el caso de los hombres, Decepción y Rabia correlacionaron de manera positiva con Control externo Pasivo negativo y con Individualismo. El factor Tranquilidad correlacionó de manera positiva con Social expresivo, Inteligencia emocional, Romántico, Ético moral, Control externo Instrumental negativo, e Individualismo. El factor Fatalismo, correlacionó de manera negativa con Inteligencia emocional, y de manera positiva con Control externo Instrumental negativo y Control externo Pasivo negativo. Los factores de Miedo, Culpa y Apatía correlacionaron de manera individual con factores de Control externo Instrumental negativo y Control externo Pasivo negativo. Otras correlaciones no fueron significativas. Para el caso de las mujeres, Decepción, Rabia y Apatía correlacionaron de manera negativa con Social expresivo, Inteligencia emocional, Romántico, e Individualismo; y de manera positiva con Control externo Pasivo negativo. El factor Tranquilidad correlacionó de manera positiva con Social expresivo, Romántico, Ético moral e Individualismo. El factor Fatalismo correlacionó de manera negativa con Social expresivo, Inteligencia emocional, Romántico, Ético moral e Individualismo. El factor Miedo correlacionó de manera negativa con Social expresivo, Inteligencia emocional e Individualismo; y de manera positiva con Control externo Instrumental negativo y Control externo Pasivo negativo. Por último, el factor Culpa correlacionó de manera negativa con Social expresivo, Inteligencia emocional e Individualismo; y de manera positiva con Control externo Pasivo negativo. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 33

*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de autoestima y la dimensión afectiva del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Media	D.E.
1 Decepción	-	.892**	.278**	.809**	.838**	.774**	.753**	0.077	-0.152	-0.036	-0.104	.283**	.319**	-0.117	1.96	0.74
2 Rabia	.892**	-	.323**	.806**	.821**	.754**	.743**	0.084	-0.105	-0.003	-0.055	.371**	.388**	-0.104	1.90	0.65
3 Tranquilidad	-0.09	-0.092	-	0.138	.320**	.223**	.387**	.313**	.346**	.284**	.419**	.194*	0.02	.335**	3.24	0.90
4 Fatalismo	.699**	.721**	-.206**	-	.700**	.638**	.651**	-0.019	-.171*	-0.107	-0.164	.238**	.380**	-0.153	1.63	0.74
5 Miedo	.851**	.776**	-0.087	.625**	-	.684**	.612**	0.063	-0.127	0.013	-0.13	.354**	.341**	-0.099	1.95	0.76
6 Culpa	.794**	.756**	-0.103	.566**	.747**	-	.636**	0.119	-0.013	0.088	-0.116	.238**	.321**	-0.064	1.93	0.91
7 Apatía	.685**	.728**	-0.091	.648**	.585**	.593**	-	0.054	-0.098	-0.038	-0.066	.291**	.391**	-0.115	1.90	0.82
8 Soc. Exp.	-.209**	-.177*	.241**	-.345**	-.191**	-.191**	-.231**	-	.638**	.725**	.739**	.296**	0.133	.708**	5.84	1.08
9 Int. Emo.	-.226**	-.180*	0.096	-.239**	-.221**	-.213**	-.160*	.644**	-	.625**	.757**	0.034	-0.034	.665**	5.45	1.30
10 Romant.	-.174*	-.163*	.200**	-.293**	-0.117	-0.135	-.216**	.759**	.593**	-	.645**	.236**	0.138	.529**	5.57	1.25
11 Ético M.	-0.122	-0.104	.207**	-.223**	-0.095	-0.096	-.165*	.582**	.499**	.530**	-	0.127	-0.068	.702**	6.04	1.15
12 CE. Inst. Neg.	0.13	0.113	0.081	-0.045	.164*	0.124	-0.053	0.097	0.032	.149*	0.033	-	.564**	0.046	3.71	1.51
13 C.E. Pasiv.	.198**	.194**	-0.077	0.137	.188*	.220**	.199**	-0.064	0.026	-0.032	-0.129	.512**	-	-0.091	2.63	1.43
14 Indiv.	-.294**	-.228**	.225**	-.382**	-.260**	-.231**	-.267**	.721**	.512**	.552**	.646**	0.021	-0.125	-	5.65	1.17
Media	2.22	2.09	3.35	1.80	2.22	2.17	2.16	5.83	5.53	5.94	6.3	3.87	2.56	5.75		
D.E.	0.77	0.68	0.77	0.75	0.82	0.84	0.84	1.11	1.12	1.05	0.92	1.51	1.40	1.19		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Afectivo del Bienestar abarcan del número 1 al 7; mientras que del número 8 en adelante corresponden a factores de autoestima: 8-Social expresivo, 9-Inteligencia emocional, 10-Romántico, 11-Ético moral, 12-Control externo instrumental negativo, 13-Control externo pasivo negativo, 14-Individualismo. \*p<0.05, \*\*p<0.01

En la Tabla 34 se observan las correlaciones de autoestima con la dimensión cognoscitiva del bienestar. En el caso de los hombres, el factor Social expresivo correlacionó de manera positiva con todos los factores de satisfacción excepto Satisfacción global con la vida e Hijos. Para los factores de Inteligencia emocional, Ético moral e Individualismo, todas las correlaciones fueron positivas con los factores de satisfacción excepto con Hijos. Por último, en el caso del factor Romántico, todas las correlaciones fueron positivas con los factores de satisfacción. Otras correlaciones no fueron significativas. Para las mujeres, los factores Social expresivo e Inteligencia emocional correlacionaron de manera positiva con factores de Armonía personal, Autorrealización, Amigos y Familia. El factor Romántico correlacionó de manera positiva con Relación de pareja y Familia. El factor de Control externo Instrumental negativo correlacionó de manera positiva con Relación de pareja; y, por último, el factor de Individualismo correlacionó de manera positiva con todos los factores de satisfacción excepto con relación de pareja e Hijos.

Tabla 34

*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de autoestima y la dimensión cognoscitiva del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	Media	D.E.
1 Sat. Global	-	.322**	.375**	.392**	.390**	.250**	.267**	.379**	.353**	-0.067	0.133	.374**	.238**	.210*	-0.16	-0.141	.248**	5.27	1.21
2 Rel. Pareja	.286**	-	.407**	.729**	.625**	.553**	.457**	.399**	.702**	.354**	.303**	.472**	.356**	.488**	0.041	0.083	.361**	5.63	1.77
3 Economía P.	.483**	.372**	-	.643**	.736**	.554**	.574**	.696**	.588**	.226**	.359**	.468**	.298**	.400**	0.042	0.091	.310**	4.92	1.61
4 Armonía P.	.478**	.498**	.566**	-	.866**	.735**	.657**	.596**	.832**	.284**	.419**	.564**	.439**	.561**	0.025	0.059	.507**	5.74	1.40
5 Autorr.	.526**	.432**	.666**	.795**	-	.729**	.707**	.702**	.726**	.228**	.422**	.496**	.406**	.538**	0.084	0.047	.466**	5.49	1.33
6 Amigos	.296**	.299**	.450**	.624**	.677**	-	.784**	.476**	.667**	.195*	.501**	.514**	.374**	.517**	0.006	0.064	.520**	5.54	1.40
7 Compañeros	.192**	.165*	.379**	.444**	.472**	.571**	-	.536**	.577**	.236**	.341**	.429**	.232**	.416**	0.003	0.023	.431**	5.21	1.43
8 Educación	.367**	.296**	.683**	.564**	.644**	.489**	.425**	-	.571**	0.138	.251**	.477**	.284**	.381**	0.099	0.075	.322**	4.96	1.68
9 Familia	.426**	.317**	.503**	.753**	.604**	.487**	.327**	.442**	-	.354**	.435**	.576**	.473**	.585**	0.018	0.085	.456**	5.95	1.41
10 Hijos	0.053	.329**	0.135	.194**	0.106	0.027	0.084	0.029	.226**	-	0.163	0.159	.226**	0.15	-0.07	-0.017	0.156	4.97	2.49
11 Soc. Exp.	0.042	0.08	0.044	.174*	.211**	.360**	0.127	0.126	.147*	0.04	-	.638**	.725**	.739**	.296**	0.133	.708**	5.84	1.08
12 Int. Emo.	0.041	0.083	0.084	.150*	.147*	.237**	0.113	0.058	.160*	-0.005	.644**	-	.625**	.757**	0.034	-0.034	.665**	5.45	1.30
13 Romant.	0.089	.197**	0.076	0.128	.177*	.232**	0.081	0.087	.151*	0.05	.759**	.593**	-	.645**	.236**	0.138	.529**	5.57	1.25
14 Ético M.	0.115	0.003	0.024	0.119	0.111	0.075	0.076	0.022	0.11	0.059	.582**	.499**	.530**	-	0.127	-0.068	.702**	6.04	1.15
15 C.E. Inst. Neg.	0.008	.158*	0.008	0.023	0.023	-0.031	-.147*	-0.032	0.029	0.037	0.097	0.032	.149*	0.033	-	.564**	0.046	3.71	1.51
16 C.E. Pasiv.	-0.057	0.067	-0.064	-0.096	-0.098	-0.118	-.181*	-0.138	-0.014	0.043	-0.064	0.026	-0.032	-0.129	.512**	-	-0.091	2.63	1.43
17 Indiv.	.215**	0.126	.176*	.300**	.325**	.280**	.204**	.305**	.236**	0.068	.721**	.512**	.552**	.646**	0.021	-0.125	-	5.65	1.17
Media	5.52	5.05	4.95	5.67	5.62	5.62	5.10	5.29	5.88	4.79	5.83	5.53	5.94	6.3	3.87	2.56	5.75		
D.E.	1.10	2.15	1.66	1.20	1.14	1.36	1.68	1.56	1.37	2.42	1.11	1.12	1.05	0.92	1.51	1.40	1.19		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Cognoscitivo del Bienestar son: 1-Satisfacción Global con la Vida, 2-Relación de pareja, 3-Economía personal, 4-Armonía personal, 5-Autorrealización, 6-Amigos, 7-Compañeros de trabajo, 8-Educación, 9- Familia, 10-Hijos; mientras que del número 11 en adelante corresponden a factores de autoestima: 11-Social expresivo, 12-Inteligencia emocional, 13-Romántico, 14-Ético moral, 15-Control externo instrumental negativo, 16-Control externo pasivo negativo, 17-Individualismo. \*p<0.05, \*\*p<0.01

Salud mental (ansiedad y depresión) y Bienestar Subjetivo

Los análisis se llevaron a cabo considerando los dos factores de ansiedad, el puntaje de depresión y los diferentes factores de la escala de Bienestar Subjetivo subdividida en sus tres dimensiones: Satisfacción Global con la Vida (1 factor), Satisfacción con la Vida (9 factores) y Afecto positivo/negativo (7 factores). En la Tabla 35 se observan las correlaciones de salud mental con la dimensión afectiva del bienestar. En el caso de los hombres, la Ansiedad Rasgo correlacionó de manera positiva con Tranquilidad; Ansiedad Estado correlacionó de manera positiva con todos los factores de Bienestar; y, por último, la Depresión correlacionó de manera positiva con todos los factores de Bienestar excepto Tranquilidad. Otras correlaciones no fueron significativas. Para el caso de las mujeres, Ansiedad Rasgo correlacionó de manera positiva con Tranquilidad; Ansiedad Estado correlacionó con todos los factores de Bienestar excepto Tranquilidad; y, finalmente, Depresión correlacionó de manera negativa con Tranquilidad y de manera positiva con el resto de los factores de Bienestar. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 35  
*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de Salud mental (Ansiedad y Depresión) y el componente afectivo del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Media	D.E.
1 Decepción	-	.892**	.278**	.809**	.838**	.774**	.753**	0.09	.279**	.450**	1.96	0.74
2 Rabia	.892**	-	.323**	.806**	.821**	.754**	.743**	0.096	.294**	.366**	1.90	0.65
3 Tranquilidad	-0.09	-0.092	-	0.138	.320**	.223**	.387**	.406**	.234**	-0.093	3.24	0.90
4 Fatalismo	.699**	.721**	-.206**	-	.700**	.638**	.651**	-0.004	.253**	.453**	1.63	0.74
5 Miedo	.851**	.776**	-0.087	.625**	-	.684**	.612**	0.104	.222**	.270**	1.95	0.76
6 Culpa	.794**	.756**	-0.103	.566**	.747**	-	.636**	0.066	.226**	.324**	1.93	0.91
7 Apatía	.685**	.728**	-0.091	.648**	.585**	.593**	-	0.092	.228**	.335**	1.90	0.82
8 A. Rasgo	-0.042	-0.024	.278**	-0.031	-0.118	-0.064	-0.024	-	.575**	-0.04	2.23	0.39
9 A. Edo.	.368**	.320**	0.022	.284**	.270**	.303**	.280**	.334**	-	.273**	2.08	0.41
10 Depresión	.404**	.414**	-.231**	.399**	.361**	.339**	.274**	-0.145	.296**	-	6.32	7.57
Media	2.22	2.09	3.35	1.8	2.22	2.17	2.16	2.24	2.24	8.38		
D.E.	0.77	0.68	0.77	0.75	0.82	0.84	0.84	0.37	0.35	8.4		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Afectivo del Bienestar abarcan del número 1 al 7; mientras que del número 8 en adelante corresponden a factores de Ansiedad (8-Ansiedad Rasgo, 9-Ansiedad Estado) y Depresión (10). \*p<0.05, \*\*p<0.01

En la Tabla 36 se observan las correlaciones de locus de control con la dimensión cognoscitiva del bienestar. En el caso de los hombres, Ansiedad Rasgo correlacionó con todos los factores de Satisfacción excepto Hijos; Ansiedad Estado correlacionó de manera positiva con todos los factores excepto Satisfacción global con la vida y Relación de pareja; y, finalmente, Depresión correlacionó de manera negativa con todos los factores de satisfacción excepto Economía personal e Hijos. En el caso de las mujeres, Ansiedad Rasgo correlacionó de manera positiva con todos los factores excepto Satisfacción global con la vida, Relación de pareja e Hijos; y Depresión correlacionó de manera negativa con todos los factores de satisfacción excepto Relación de pareja e Hijos. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 36  
*Correlaciones para hombres y mujeres entre los factores de Salud mental (Ansiedad y Depresión) y el componente cognoscitivo del Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	Media	D.E.
1 Sat. Global	-	.322**	.375**	.392**	.390**	.250**	.267**	.379**	.353**	-0.067	.201*	-0.055	-.442**	5.27	1.21
2 Rel. Pareja	.286**	-	.407**	.729**	.625**	.553**	.457**	.399**	.702**	.354**	.338**	0.162	-.313**	5.63	1.77
3 Economía P.	.483**	.372**	-	.643**	.736**	.554**	.574**	.696**	.588**	.226**	.458**	.262**	-0.173	4.92	1.61
4 Armonía P.	.478**	.498**	.566**	-	.866**	.735**	.657**	.596**	.832**	.284**	.521**	.304**	-.294**	5.74	1.40
5 Autorr.	.526**	.432**	.666**	.795**	-	.729**	.707**	.702**	.726**	.228**	.495**	.272**	-.259**	5.49	1.33
6 Amigos	.296**	.299**	.450**	.624**	.677**	-	.784**	.476**	.667**	.195*	.467**	.218*	-.332**	5.54	1.40
7 Compañeros	.192**	.165*	.379**	.444**	.472**	.571**	-	.536**	.577**	.236**	.403**	.184*	-.207*	5.21	1.43
8 Educación	.367**	.296**	.683**	.564**	.644**	.489**	.425**	-	.571**	0.138	.382**	.233**	-.211*	4.96	1.68
9 Familia	.426**	.317**	.503**	.753**	.604**	.487**	.327**	.442**	-	.354**	.463**	.339**	-.234**	5.95	1.41
10 Hijos	0.053	.329**	0.135	.194**	0.106	0.027	0.084	0.029	.226**	-	0.135	.181*	0.044	4.97	2.49
11 A. Rasgo	0.133	0.114	.181*	.376**	.343**	.271**	.185*	.292**	.315**	0.099	-	.575**	-0.04	2.23	0.39
12 A. Edo.	0.017	-0.029	-0.03	-0.008	-0.034	-0.03	0.002	-0.033	0.031	0.008	.334**	-	.273**	2.08	0.41
13 Depre.	-.310**	-0.145	-.223**	-.447**	-.434**	-.351**	-.259**	-.187*	-.404**	-0.133	-0.145	.296**	-	6.32	7.57
Media	5.52	5.05	4.95	5.67	5.62	5.62	5.1	5.29	5.88	4.79	2.24	2.24	8.38		
D.E.	1.1	2.15	1.66	1.2	1.14	1.36	1.68	1.56	1.37	2.42	0.37	0.35	8.41		

Nota: La parte superior derecha corresponde a los hombres (n= 138) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=186). Los factores correspondientes al Componente Cognoscitivo del Bienestar abarcan: 1-Satisfacción Global con la Vida, 2-Relación de pareja, 3-Economía personal, 4-Armonía personal, 5-Autorrealización, 6-Amigos, 7-Compañeros de trabajo, 8-Educación, 9-Familia, 10-Hijos; mientras que del número 11 en adelante corresponden a factores de Ansiedad (11-Ansiedad Rasgo, 12-Ansiedad Estado) y Depresión (13). \*p<0.05, \*\*p<0.01

## ***Discusión***

A partir de las correlaciones obtenidas, se observa que son los hombres quienes más cargan con las consecuencias del tradicionalismo cultural. En su caso, el gran número de correlaciones estadísticamente significativas está marcando que mantener y preservar el tradicionalismo les está afectando afectivamente, lo que los lleva a experimentar con mayor frecuencia emociones negativas como ira, rabia, decepción, enojo, tristeza, etc. Los hallazgos son congruentes con la propuesta cultural de Díaz Guerrero (1994), quien destacó que en los hombres mexicanos existe un síndrome cuyo denominador común es la culpa. El propio Díaz Guerrero (1994) señala que las mujeres mexicanas buscan constantemente mantener el mandato cultural impuesto, aunque con fines de evitar alteraciones psíquicas, en algunos casos deben romper con dicho patrón. A partir de esto, llama la atención que en el caso de las mujeres no ocurre lo mismo, afectivamente hablando, que con los hombres de este estudio: Ellas presentan menos (muchas menos) correlaciones estadísticamente significativas, por lo que la experiencia displacentera asociada al tradicionalismo cultural es menos frecuente. Aparentemente, aunque con menos consecuencias negativas, las mujeres siguen manteniendo algunas tradiciones culturales, preocupándose por mantener su lugar frente a la autoridad (temor a la autoridad), mantener las cosas tal como están (status quo), y mantener el honor familiar. Si bien el peso cultural y su impacto en el estado afectivo es evidente en hombres y mujeres, son los primeros quienes acarrear peores consecuencias.

En cuanto al componente cognoscitivo, el tradicionalismo cultural está asociado en las mujeres con una menor satisfacción global con la vida. También, está asociado con una menor satisfacción en áreas como la economía personal, la autorrealización personal, amigos, trabajo, educación, familia e hijos. Estos resultados son consistentes con los encontrados en el componente afectivo del bienestar: un mayor tradicionalismo cultural impacta negativamente en el bienestar de las mujeres. Para el caso de los hombres, llama la atención que el machismo correlaciona de manera negativa con la Satisfacción global con la vida, a pesar de que un mayor acuerdo con premisas relacionadas a la Rigidez cultural correlacionan de manera directa sobre la misma evaluación de Satisfacción global. Esto último es consistente con la mayoría del resto de las correlaciones, dado que éstas son directas, denotando una mayor satisfacción en dominios como hijos, amigos, familia, autorrealización personal, entre otras, conforme existe un mayor acuerdo con las normas tradicionales. Estos resultados son congruentes con los hallazgos de Haring et al. (1984), quienes mencionan que los hombres son ligeramente más felices que las mujeres.

En pocas palabras: el tradicionalismo cultural está implicando afecto negativo en hombres y mujeres (más en hombres que en mujeres) y tiene a los hombres más satisfechos que las mujeres en algunos aspectos de sus vidas. De acuerdo a Díaz Guerrero (1994), el patrón psicocultural tradicional de los mexicanos es favorable para el desarrollo de la neurosis cuando se está en acuerdo con éste, y parecería entonces que los hombres podrían ser víctimas de neurosis. Sin embargo, la disparidad entre afecto y cogniciones puede deberse a la temporalidad propuesta por Diener (2009): Las evaluaciones afectivas son un “aquí y ahora” emocional-instantáneo, mientras que las evaluaciones cognoscitivas son más estables dado que requieren una evaluación más sensible de diferentes dimensiones. De acuerdo a Díaz Guerrero (1994), la salud mental de las mujeres va en función de su capacidad de satisfacer los requisitos que las premisas culturales demandan. Entonces, la inhabilidad de vivir de acuerdo a dichas normas debería estar produciendo sentimientos aversivos que podrían verse reflejados en tendencias a la depresión. Sin embargo, son los hombres quienes podrían estar bajo presión al tener que cumplir los mandatos.

Existen posibles explicaciones a lo que está sucediendo. Algunas investigaciones (Riquelme, 2013; Schuler, 1997) afirman que la transición cultural está asociada de manera negativa con índices de satisfacción y/o bienestar de los hombres. Pareciera ser que el choque cultural de independencia, autonomía y el esfuerzo por mantener la estructura tradicional en las relaciones de amigos, pareja y familia está generando un malestar. En otras palabras, un choque entre el *querer ser* y el *deber ser* podría estar afectando el bienestar de los hombres. Para el caso de las mujeres, es posible que la transición cultural de empoderamiento de la mujer. Investigaciones como las de Riquelme (2013) y Schuler (1997) indican que las mujeres actualmente están siendo capaces de manejar eficazmente diferentes ámbitos de su vida, lo que les está permitiendo alcanzar mayor y mejor identidad y autonomía, por lo que la satisfacción de necesidades cognoscitivas y afectivas les está siendo más fácil (Casique, 2004; Padilla, 2000; Riquelme, 2013; Schuler, 1997).

Existe evidencia (Tov & Diener, 2009) de cómo las culturas varían en los correlatos que tiene el bienestar subjetivo. Uno de los hallazgos más recurrentes es que variaciones culturales marcan la diferencia en niveles de satisfacción y por lo tanto son capaces de predecir niveles de bienestar. De acuerdo a algunos autores (Suh, Diener, & Updegraff, 2008), esto se explica en términos de variaciones culturales personales. La distinción entre culturas individualistas y colectivistas ha sido una de las más manejadas dentro de la literatura moderna, y se ha visto que dicha diferencia determina la manera en que ciertos constructos

(autoestima, por ejemplo) correlacionan con diferentes niveles de bienestar subjetivo en algunas naciones (Diener & Diener, 1995; Triandis, 1994).

Todos los individuos dentro de una misma nación o cultura difieren en el grado en que internalizan normas y patrones culturales, muy a pesar de fenómenos como la globalización que día a día van debilitando las fronteras culturales que antes limitaban la transmisión de ideas y conductas (Chirkov, Ryan, & Willness, 2005). Con la globalización, las ideas culturales no se limitan por fronteras políticas, por lo que el intercambio cultural es un fenómeno recurrente, dando como resultado un proceso de aculturación en el que emergen individuos biculturales o multiculturales (Arnett, 2002; Velasco, 2010). Entonces, no es raro que haya individuos dentro de los cuales converjan ideas de diferentes culturas, algunas de las cuales podrían incluso ir en contra de normas o mandatos de la cultura de origen.

Hace algunos años, algunas investigaciones (p.e. Díaz Guerrero, 2003) ya reportaban cómo las mujeres: se sentían menos subordinadas a la autoridad y superioridad del hombre, cómo cambiaba el papel de “dócil” de la mujer en el hogar, y cómo la relación de obediencia ciega se mantenía. Para Díaz Guerrero (1994), las PHSC’s constituyen un constructo que operacionaliza las fuerzas culturales en una sociedad y que encierra tradiciones culturales respecto a valores, creencias, pensamientos y acciones. Parecería ser, en otras palabras, que constityen un “deber ser” cultural. Sin embargo, algunos autores (Díaz Guerrero, 1994; Tánori, Durazo, & Martínez, 2012) hacen referencia a la existencia de fuerzas contraculturales tales como los movimientos juveniles, ciencia, tecnología, educación, modernización, urbanización, movilidad social, migración, comunicación, entre otros, que pueden provocar un re-pensamiento de las normas tradicionales y que puede llevar a la sustitución de ciertas PHSC’s por otras. Díaz Loving (2011), Flores Galaz (2011) y García Campos (2011) coinciden en que es necesario: separar el “deber ser” cultural del “querer ser”; reconocer la temporalidad y momento espacial de las premisas culturales, atendiendo específicamente al momento histórico que se vive al momento de evaluarlas; y considerar diferencias por sexo, edad y nivel educativo, entre otras variables sociodemográficas.

Tal vez, los hombres empiezan a romper algunos de los mandatos culturales establecidos desde hace tiempo, aunque el acuerdo con las reglas ya establecidas sigue mediando su satisfacción en diferentes áreas de la vida. Podría tratarse entonces, tal como lo proponen Díaz Loving, Rivera, Velasco y Montero (2008), de una lenta movilidad en la cual se encuentran premisas culturales.

Los resultados de las correlaciones entre rasgos de género y afecto revelan algunas cosas interesantes. En el caso de las mujeres, a quienes típicamente se les asocia con rasgos expresivos, la presencia de rasgos instrumentales positivos (cooperación, orientación al logro) está provocando una menor presencia de emociones negativas. Por el contrario, para las mismas mujeres, la presencia de rasgos expresivos negativos (vulnerabilidad emocional, control externo pasivo) tiene un efecto negativo (emociones negativas) sobre ellas mismas, tal como lo proponen Matud et al. (2002). Los resultados pertinentes a los rasgos de género y las diferentes áreas de satisfacción con la vida son similares. En el caso de los hombres, rasgos instrumentales positivos (orientación al logro, cooperación) correlacionan con mayores puntajes de satisfacción (global y específica), a la vez que rasgos negativos (machismo) correlacionan con menores puntajes de satisfacción. En cuanto a rasgos expresivos, cuando éstos son deseables (expresividad, romanticismo) correlacionan con mayores índices de satisfacción. Para las mujeres, rasgos instrumentales deseables (cooperación, orientación al logro) y expresivos deseables (expresividad afiliativa, romanticismo) se asocian a mayores niveles de satisfacción (global y específica), mientras que rasgos expresivos indeseables (egocentrismo, control externo pasivo) favorecen puntajes más bajos de satisfacción.

Las mujeres entonces tienen esta dualidad instrumental positiva-expresividad negativa, que –de acuerdo a Bem (1993)- favorece su incursión en el ámbito de la instrumentalidad sin abandonar por completo la expresividad, resultando en rasgos andróginos que podrían promover su salud mental, incidiendo también en su sentido de bienestar global (Díaz Loving, Rivera & Velasco, 2012). Para los hombres, la presencia de rasgos instrumentales negativos (machismo, autoritarismo, egocentrismo) y expresivos negativos (vulnerabilidad emocional, egocentrismo, control externo pasivo) está asociada con mayor frecuencia de afecto negativo y menor satisfacción; mientras que rasgos instrumentales positivos (cooperación, orientación al logro) y expresivos positivos (expresión afiliativa) están asociados a mayor frecuencia de afecto positivo y mayor satisfacción.

La cultura sufre transformaciones que impactan y modifican la forma en la cual se integran y conforman diferentes estereotipos asociados al sexo de las personas. De esta forma, estereotipos que se vinculan con la instrumentalidad (características ligadas a la masculinidad, competitividad, independencia y orientación al logro) y con la expresividad (características ligadas con la femineidad y que involucran la expresión de afectos, el cuidado de otro y la dependencia afectiva) pueden ser perpetuados o modificados en base a variaciones culturales (Díaz Loving et al., 2012).

Autores como Matud, Rodríguez, Marrero y Carballeira (2002) enfatizan el impacto que factores como la masculinidad y feminidad tienen en la salud de las personas. Investigaciones como ésta señalan que valores asociados a los estereotipos de género tradicionales y que se vinculan a las características de personalidad femeninas como la sumisión y la dependencia pueden favorecer la aparición de trastornos mentales como la depresión. En contraparte, Bassof & Glass (1982) proponen que la combinación de rasgos masculinos y femeninos (androginia) y la masculinidad pueden estar asociadas a mejores niveles de salud mental. Así, la racionalidad, el pensamiento lógico, la expresión de ira y la conducta asertiva pueden favorecer la resolución y enfrentamiento de situaciones estresantes.

Tal como proponen Bem (1993), Díaz Loving et al. (2012), Green y Kenrick (1994), y Hegelson y Fritz (1999), mostrar rasgos de masculinidad y feminidad negativa se convierte en falta de estabilidad, satisfacción y desarrollo personal.

Hallazgos como los de este estudio e investigaciones como la de Rocha (2012), Díaz Loving et al. (2007), y Moen et al. (1995), dejan entrever que hombres y mujeres adoptan conductas y rasgos asociadas socialmente al género contrario y que esto puede ser indeseable bajo ciertos contextos, lo que podría reflejarse en cierto grado de malestar. En este sentido, lograr la combinación de rasgos masculinos y femeninos deseables, aunque requiere tiempo y flexibilización asociada a madurez intelectual, es deseable en todos los individuos. Sólo de esta manera se pueden mejorar ámbitos de la vida personal como las relaciones interpersonales, la satisfacción con la vida y otro tipo de relaciones (Green & Kenrick; 1994; Hegelson & Fritz, 1999).

Las correlaciones entre afecto y satisfacción con los estilos de enfrentamiento muestran que estrategias directas de enfrentamiento se vinculan positivamente con afecto positivo (tranquilidad) en el caso de los hombres y mujeres, y que se vinculan de manera indirecta con afecto negativo en el caso de las mujeres. En cuanto a los niveles de satisfacción, mayores puntajes de las estrategias evitantes correlacionan con una menor satisfacción global y por áreas; mientras que estilos directos de enfrentamiento, que conllevan la resolución de un conflicto y por lo tanto disminución del estrés, se correlacionan de manera positiva con mayores niveles de satisfacción en dimensiones como pareja, amigos, compañeros de trabajo, hijos, armonía y economía personal. Estos hallazgos son congruentes con los de investigaciones previas (Alloy et al., 1997; Fresco et al., 2006; Sanjuán & Magallares, 2013), que reportan cómo la resolución directa de problemas y estrategias de enfrentamiento que involucran re-estructuración cognitiva se reflejan en mejores índices de balance afectivo (es decir, mayor presencia de afecto positivo) y una consecuente satisfacción con la vida, mientras que

estrategias evitativas correlacionan con una mayor cantidad de afecto negativo y menor satisfacción con la vida.

Los hallazgos de este estudio son también congruentes cuando se comparan con los estudios hechos por sexo por Sanjuán y Jensen (2013), quienes utilizando muestras independientes de hombres y mujeres encontraron que la asociación entre afecto, satisfacción y estrategias directas de enfrentamiento es positiva, lo que promueve una mejor adaptación a diferentes situaciones, un mejor bienestar global, mayor protección ante situaciones generadoras de ansiedad y depresión, mayor mantenimiento de salud mental y bienestar psicológico y otras situaciones que podrían verse afectadas por estresores de diferentes tipos.

Otras investigaciones (Miller, Catalano, & Ebener, 2010; Snyder, Irving, & Anderson, 1991) corroboran lo anterior, pues han encontrado que estrategias de enfrentamiento exitosas (proactivas, orientadas a la meta, que involucran planeación) se ven reflejadas en menor cantidad de síntomas de enfermedades mentales, mayor bienestar y mejores resultados terapéuticos, así como mayor cantidad de pensamientos positivos (Snyder et al., 1996).

Miller et al. (2010) enfatizan lo ya mencionado al afirmar que los estilos de enfrentamiento pueden estar influenciando la aparición de bienestar subjetivo al aumentar los sentimientos de valía personal. Livneh & Wilson (2003), Miller et al. (2010) y Wollars et al. (2007) creen que individuos que adoptan estrategias evasivas de enfrentamiento conllevan creencias de incapacidad, falta de habilidad, minimización del potencial de la persona y otras cualidades positivas que los individuos pudieran poseer, razón por la cual dichas estrategias están asociadas a mayor afecto negativo y menor satisfacción. Personas que adoptan este tipo de estrategias, de acuerdo a los autores, devalúan sus propias vidas, por lo que presentan menor capacidad adaptativa ante eventos estresantes. En resumen, tal como lo plantean Savelkoul, Post, Witte, y van den Orne (2000), son las estrategias de enfrentamiento directas y de búsqueda de apoyo social las que correlacionan de manera directa y favorable con los componentes del bienestar subjetivo.

Kohn, Hay y Legere (1994) hacen la distinción entre estrategias de enfrentamiento basadas en emoción y otras más de tipo instrumental. Ellos argumentan que las estrategias basadas en emociones son las que tienen mayor efecto sobre el bienestar de las personas. En el presente estudio, las correlaciones muestran que la única estrategia (factor) explícitamente emocional (“Emocional positivo”) correlaciona de manera positiva con afecto positivo y de manera negativa con el resto de los factores de afecto negativo, por lo que al menos en este contexto se

cumple la propuesta de Kohn et al. (1994). En términos cognoscitivos (satisfacción), esta distinción de estrategias emocionales-instrumentales parece no tener efecto pues producen los mismos resultados.

En cuanto a la salud mental, las correlaciones de este estudio arrojan que la depresión funciona como factor significativamente asociado a ambos componentes del bienestar. Tanto para hombres como para mujeres, la depresión está asociada de manera directa a sensaciones negativas de afecto y de manera inversa al afecto positivo. En el caso del componente cognoscitivo, tal es la relación entre depresión y los factores de satisfacción (global y específicos) que hombres y mujeres presentan mayores niveles de satisfacción conforme la depresión disminuye. Si se revisan algunos de los instrumentos que han sido utilizados para evaluar el afecto, la satisfacción y/o la felicidad un terminaría por encontrar que de una u otra manera la depresión es un componente a evaluar. De acuerdo a Palomar (2004, 2005), la asociación entre la depresión y el bienestar subjetivo puede parecer obvia, pero no por ello deben obviarse ciertos análisis. De acuerdo a esta autora, la depresión se ve fuertemente influenciada por los estados de ánimo momentáneos que presenta una persona; en términos de bienestar subjetivo: las evaluaciones afectivas (Diener, 2009). Tal es el vínculo que proponen Palomar (2000, 2005) y Lenz y Demal (2000), entre otros autores, que los niveles referidos de bienestar pueden ser más o menos elevados dependiendo del estado de ánimo que presente un individuo al momento de la evaluación.

En México, García y García y Barragán (2012) encontraron diferencias significativas en puntajes de bienestar subjetivo entre una muestra clínicamente deprimida y otra sin rasgos depresivos. Ellos argumentan que la depresión funciona como lente a través del cual se evalúan los eventos de vida, y que a partir de ello podrían estar dándose las diferencias observadas. Los resultados aquí obtenidos complementan lo hallado por los autores ya mencionados. La diferencia radica en la correlación explícita entre los puntajes la depresión y los de bienestar subjetivo que fueron utilizados en el presente estudio. En ambos estudios, el presente y el de García y García y Barragán (2012), se confirma lo propuesto por Lenz y Demal (2000) al hallar correlaciones entre ambas variables.

Las correlaciones aquí expuestas confirman también lo propuesto por Banda, González y Félix (2010), quienes al validar una escala de calidad de vida y salud, encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre indicadores de salud mental y calidad de vida objetiva y bienestar. Investigaciones como las de Córdoba, Rodríguez-Küri y Díaz-Negrete (2012) también mencionan el vínculo entre rasgos depresivos y su impacto en el afecto y satisfacción de jóvenes mexicanos.

Cuando se analizan las tablas de correlaciones entre ansiedad y bienestar, se puede observar que el efecto de la ansiedad sobre el afecto de las personas está dado por la Ansiedad Estado, por lo que son los factores situacionales lo que está determinando el malestar de las personas, congruente con la temporalidad afectiva (“aquí y ahora”) mencionada por Diener (2009). Para las mujeres es la Ansiedad Rasgo, y para los hombres la Ansiedad Rasgo y Estado, lo que está afectando sus niveles de satisfacción. Es probablemente la interiorización del rasgo lo que permite que se vea como un rasgo de personalidad inherente a la persona y por ello sirve de manera adaptativa, causando mayores niveles de satisfacción.

Los resultados de correlaciones aquí mostrados son también congruentes con los hallazgos de Smalbrugge, Margriet, Jongenelis, Gundy, Beekman y Eefstring (2006), quienes encontraron hallaron que la ansiedad tiene una fuerte asociación con el bienestar. De acuerdo a los autores, la correlación es tal que la ansiedad puede causar una disminución de hasta 25% en los puntajes de bienestar, siendo igual o mayor el impacto cuando ansiedad y depresión aparecen juntos.

A pesar de que la literatura menciona que la satisfacción con la vida está correlacionada negativamente con depresión, ansiedad, neuroticismo, soledad, desórdenes psicológicos, y otros trastornos (Huebner, 1991, McKnight, Huebner, & Suldo, 2002; Park, 2004), otras investigaciones (Benetti & Kambouropoulos, 2006) han encontrado una fuerte asociación entre la ansiedad como rasgo y la resiliencia como rasgo. Esta asociación, de acuerdo a los autores, está funcionando como factor protector dado que la condición ansiosa del individuo lo hiper-sensibiliza a las consecuencias negativas de su estado, por lo que la resiliencia entra en acción promoviendo estados de ánimo positivos, lo que podría significar mayor afecto positivo y mayores niveles de satisfacción en el individuo (Benetti & Kambouropoulos, 2006; Carver & White, 1994).

Al igual que en otras investigaciones (Kong, Zhao, & You, 2012) se encontró en este estudio que los puntajes de autoestima correlacionan con todos los componentes del bienestar subjetivo. En el caso de las mujeres, mayores puntajes de autoestima están correlacionados con menores niveles de afecto negativo y mayores niveles de afecto positivo; y para el caso de los hombres mayores niveles de autoestima correlacionan con afecto positivo. Sin embargo, en el caso de los hombres, dos factores de autoestima, que corresponden a estilos negativos, las correlaciones son directas con afecto negativo. Los hallazgos para ambos sexos son congruentes con investigaciones previas (Kahn et al., 2003; Kong et al., 2012; Zhang & Leung, 2002) que explican lo anterior afirmando que individuos con altos

niveles de apoyo social son quienes reportan mayores puntajes de bienestar en sus distintos componentes, muy probablemente a partir de que las relaciones sociales favorecen la evaluación positiva de la vida, por lo que aumenta el afecto positivo y disminuye el negativo.

Otras teorías (Leary, 2004; Leary & Baumeister, 2000) mencionan que resultados como los ya mencionados pueden analizarse a la luz de la teoría sociométrica. Esta teoría afirma que la autoestima funciona como sistema motivacional-afectivo ya que continuamente evalúa y monitorea el medio social de la persona en búsqueda de aceptación y rechazo. La teoría asume que la baja autoestima tiene sus raíces en experiencias recurrentes de rechazo social y crítica, que dejan vulnerables, sensibles y preocupados a los individuos por una potencial exclusión social. Por lo tanto, se puede asumir que los individuos del presente estudio presentan buenas relaciones sociales que promueven tanto su autoestima como sus consecuencias favorables afectivas.

En el caso de los factores de satisfacción, los factores de Hijos y Satisfacción global con la vida son los que menos correlaciones tienen con la autoestima. Sin embargo, en el caso de Satisfacción global con la vida su menor cantidad de correlaciones se comporta igual que el resto de los factores. Esto es, mayores niveles de autoestima se correlacionan con mayores niveles de satisfacción, particularmente en el caso de los hombres. Los hallazgos de este estudio concuerdan con los de Kong et al. (2012), quienes encontraron que mayores niveles de autoestima correlacionan y predicen mayores niveles de satisfacción. Inclusive, los mismos autores comentan que aun cuando un individuo presente niveles bajos de autoestima, el efecto negativo que éstos pudieran tener se ven moderados cuando las personas cuentan con una buena red social (amigos, pareja, hijos, compañeros de trabajo), manteniendo relaciones armoniosas que se ven reflejadas en buenos niveles de satisfacción y afecto positivo.

Investigaciones como la de Karatas y Tagay (2012) plantean que cuando se llevan a cabo investigaciones que incluyen autoestima y otras variables de personalidad (p.e. perfeccionismo), es la autoestima la que tiene mayor número de correlaciones directas sobre los componentes del bienestar, llegando incluso a poder predecir niveles de éste (Bosson et al., 2000; Karatas & Tagay, 2012; Schimmack & Diener, 2003). Sin embargo, la magnitud con la cual puedan interpretarse las correlaciones entre los diferentes factores de autoestima y bienestar subjetivo en sus distintos componentes deben interpretarse con cautela, ya que existe evidencia (Karatas & Tagay, 2012; Lyubomirsky, 2001; Lyubomirsky, Tkach, DiMatteo, & Lepper, en prensa) que personas con altos niveles de felicidad pueden exhibir bajos niveles de autoestima, llegando al punto en el que el agrado

con el atractivo físico no es capaz de distinguir por sí solo entre individuos muy felices y sus pares menos felices (Diener & Seligman, 2002). Muy a pesar de que la autoestima sí correlaciona con el bienestar, de acuerdo a Diener y Seligman (2002, p. 83) no representa *condición suficiente* para altos niveles de bienestar/felicidad.

Para el caso del locus de control y el bienestar, tanto para hombres como mujeres un control interno está asociado con mayores niveles de tranquilidad (afecto positivo), a la vez que puntajes altos en diferentes tipos de control externo se asocian con afecto negativo. Sin embargo, para el caso de los hombres, locus de control asociados a la expresión afectiva y carisma, que podrían considerarse típicamente rasgos femeninos, están siendo asociados con mayores niveles de afecto negativo. En el caso de la satisfacción, la mayoría de las correlaciones para hombres y mujeres indican que mayores niveles de satisfacción son alcanzados cuando el locus de control hace referencia a habilidades propias del individuo; y, para el caso específico de las mujeres, cuando el control externo es depositado en otros significativos como la pareja y familia.

Estas correlaciones son congruentes con algunas investigaciones que vinculan locus de control externo con mayores niveles de estrés psicológico (Holder & Levi, 1988) y vulnerabilidad a la depresión (Ganellen & Blaney, 1984). Otros estudios corroboran lo anterior mostrando que en culturas que fomentan una alta percepción de control externo existen mayores índices de suicidio (Marks, 1998). Por el contrario, tal como mencionan Carrim, Basson & Coetzee (2006), locus de control interno está asociado con mayores niveles de felicidad, menores tasas de ausentismo laboral y mayor involucramiento en actividades diarias.

Cabe recordar que el locus de control es la creencia del grado de control que se tienen sobre lo que sucede en la vida, y que por lo tanto es un elemento nuclear en el entendimiento de cómo se vive en el mundo (Shapiro, Schwartz, & Austin, 1996). Por ende, no sólo se trata de un constructo de personalidad que refleja una percepción personal de control, sino de control sobre el medio ambiente que rodea a un individuo (Connolly, 1980; Lefcourt, 1976). Personas con un locus de control interno tienden a pensar que las consecuencias de sus actos resultan de sus propios esfuerzos (Andrisani & Nestel, 1976), habilidades (Carrim et al., 2006), o características *permanentes* (Littunen & Storhammar, 2000). En otras palabras, son dueños de sus destinos (Boone, van Olffen & van Witteloostuijn, 2005). Por el contrario, personas con locus de control externo creen que sus acciones dependen de factores que escapan de su control (Landy & Contre, 2004), y por ello es poco probable que se muestren accesibles a cambios en sus patrones de conducta (Marks, 1998).

Los resultados en las correlaciones mostradas en este trabajo van a la par de lo mencionado por algunos autores (Marks, 1988; Torun & April, 2006) en cuanto a que el extremo externo de locus de control se encuentra típicamente asociado a bajos niveles de bienestar global (evaluación conjunta de afecto y satisfacción) y se vincula a su vez con mayores índices de depresión y indefensión, incapacidad aprendida (Connolly, 1980) y pérdida de esperanza (Minkoff, Bergman, Beck & Beck, 1973). Inclusive, April, Dharani y Peters (2012) reportan un estudio en el que los propios participantes expresaron verbalmente su sentir, declarando que su falta de satisfacción y sentimientos de inadecuación dependían de causas ajenas a ellos.

A pesar de la evidencia que asocia locus de control externo a menores niveles de bienestar, algunas investigaciones (April et al., 2012) argumentan que la orientación hacia un locus de control interno puede también reflejarse en menor bienestar. De acuerdo a April et al. (2012), Hiers y Heckel (1977) y McCullough et al. (1994) un locus de control interno puede causar estrés dado que el individuo asume demasiada responsabilidad, puede causar ansiedad dada la falta de vías alternativas de asignación de responsabilidad, puede causar sentimientos de culpa en caso de no alcanzar alguna meta, pérdida de confianza, sentimientos de inseguridad y soledad. Así, podría pensarse que los hombres participantes en este estudio están asumiendo demasiadas responsabilidades por sus actos y están siendo afectados, por lo que sus niveles de bienestar no son los más óptimos en términos afectivos.

Aún con lo ya revisado hasta el momento, queda lugar para el análisis de otras investigaciones. En palabras de Alevesson (1993), todos los individuos buscan resolver situaciones de ambigüedad e incertidumbre, es decir, buscan certeza. Aunque poco socorridos, existen enfoques como el que proponen Wong & Sproule (1984), quienes afirman que individuos “bi-locales” tienden a manejar mejor las situaciones, al hacer una combinación efectiva de expectativas, en donde se administran tanto las responsabilidades personales (locus interno) como la fe en recursos ajenos a la persona (locus externo). April et al. (2012) concluyen que un punto medio en este continuo de locus interno-locus externo es lo que podría representar un cambio a la polarización que representaría, tal como en los rasgos andróginos de personalidad, una maximización en los niveles de afecto positivo y satisfacción de las personas.

## FASE 2. C

### Predictores del Bienestar Subjetivo

Con base en el estudio correlacional previo, en el que se encontró que las variables propuestas [variables sociodemográficas (p.e. sexo), la cultura (Premisas Histórico Socio-Culturales), rasgos de género (Instrumentalidad-Expresividad), enfrentamiento, salud mental (ansiedad y depresión), autoestima, y locus de control-bienestar] se correlacionan con el bienestar subjetivo, el siguiente paso es el desarrollo y comprobación del modelo predictivo.

#### ***Pregunta de investigación***

¿Cómo influyen las PHSC's, los rasgos de género (instrumentalidad y expresividad), el locus de control, los estilos de enfrentamiento, la autoestima y la salud mental (ansiedad y depresión) con el bienestar subjetivo de adultos mexicanos?

#### ***Objetivo general***

Desarrollar y probar un modelo que permita predecir y explicar el bienestar subjetivo de una muestra de mexicanos a partir de las PHSC's, los rasgos de género (instrumentalidad y expresividad), el locus de control, los estilos de enfrentamiento, la autoestima y la salud mental (ansiedad y depresión).

#### ***Objetivos específicos***

- Identificar variables predictoras del bienestar subjetivo
- Comprobar el modelo teórico propuesto sobre bienestar subjetivo

#### ***Hipótesis conceptuales***

- Palomar et al. (2004) encontraron que la depresión y la motivación al logro pueden predecir niveles de bienestar subjetivo: motivación al logro predice positivamente y la depresión negativamente.
- Utilizando sólo medidas de autoestima *negativa*, locus de control *interno*, y estrategias de enfrentamiento *directas*, Palomar et al. (2004) elaboraron un modelo cuyo objetivo era evaluar la pobreza como fenómeno multidimensional. En ese trabajo, Palomar encontró que existe relación entre el bienestar subjetivo y algunas variables psicológicas.
- Variables psicológicas y sociales predicen el bienestar subjetivo y son vitales en la comprensión de un fenómeno; sin embargo, es necesario profundizar la investigación al respecto (Palomar et al., 2004).

### ***Hipótesis estadísticas***

#### PHSC's y bienestar subjetivo

H0: Las PHSC's no predicen el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Las PHSC's predicen el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

#### Estilos de enfrentamiento y bienestar subjetivo

H0: Los estilos de enfrentamiento no predicen el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Los estilos de enfrentamiento predicen el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

#### Rasgos de género y bienestar subjetivo

H0: Los rasgos de género no predicen el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: Los rasgos de género predicen el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

#### Autoestima y bienestar subjetivo

H0: La autoestima no predice el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: La autoestima predice el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

#### Locus de control y bienestar subjetivo

H0: El locus de control no predice el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: El locus de control predice el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

#### Ansiedad y bienestar subjetivo

H0: La ansiedad no predice el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: La ansiedad predice el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

#### Depresión y bienestar subjetivo

H0: La depresión no predice el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

H1: La depresión predice el bienestar subjetivo en adultos mexicanos.

### ***Definición de variables***

Las variables utilizadas en esta fase son las mismas que las de la fase anterior (Fase 2.B).

## Muestreo

Se utilizó un muestreo no probabilístico de 839 personas voluntarias (39.1% hombres, 56.5% mujeres), de edades entre 18 y 91 años. La media de edad fue de 34.19 años (D.E. = 12.33), la mayoría de las personas eran casados (39.3%) o solteros (38%), y la mayoría de la muestra (75.7%) se encontraba en una relación de pareja. Todos los participantes fueron de nacionalidad mexicana, residentes del Distrito Federal. El resto de los datos sociodemográficos se pueden observar en la Tabla 37.

Tabla 37

### Características sociodemográficas de la muestra

Variable	Frecuencia	%
<i>Sexo</i>		
Respuestas nulas	37	4.4
Hombre	328	39.1
Mujer	474	56.5
Total	839	100
<i>Escolaridad</i>		
Respuestas nulas	7	0.8
Primaria	28	3.3
Secundaria	125	14.9
Técnico	119	14.2
Preparatoria	180	21.5
Licenciatura	352	42
Maestría	24	2.9
Doctorado	4	0.5
Total	839	100
<i>Estado civil</i>		
Respuestas nulas	17	2
Soltero	319	38
Casado	330	39.3
Unión libre	116	13.8
Divorciado	28	3.3
Separado	29	3.5
Total	839	100
<i>¿Tiene trabajo?</i>		
Respuestas nulas	25	3
Si	556	66.3
No	258	30.8
Total	839	100

(sigue)

Tabla 37. *Características sociodemográficas de la muestra (continuación)*

Variable	Frecuencia	%
<i>¿Trabaja fuera de casa?</i>		
Respuestas nulas	93	11.1
Si	492	58.6
No	254	30.3
Total	839	100
<i>Número de hijos</i>		
0	333	39.7
1	154	18.4
2	218	26
3	99	11.8
4	22	2.6
5 ó más	14	1.5
Total	839	100
<i>¿Tiene relación de pareja?</i>		
Respuestas nulas	20	2.4
Si	635	75.7
No	184	21.9
Total	839	100
<i>Edad</i>	<i>Años</i>	
Edad mínima	18	
Edad máxima	91	
Media	34.19	
D.E.	12.33	
<i>Tiempo en la relación de pareja</i>	<i>Meses</i>	
Tiempo mínimo	1	
Tiempo máximo	510	
Media	101.88	
D.E.	116.94	

**Tipo de estudio**

Se trata de un estudio correlacional, transversal de un solo grupo (Kerlinger & Lee, 2001).

## ***Instrumentos***

Los instrumentos utilizados en esta fase son los mismos que se utilizaron en la fase previa (fase 2.B):

1. Premisas Histórico Socio-Culturales (Díaz Guerrero, 2003)
2. Escala de Estilos de enfrentamiento (López et al., 2009)
3. Escala de Autoestima (Reyes-Lagunes & Hernández, 1998)
4. Inventario para Evaluar las Dimensiones Atributivas de la Instrumentalidad y Expresividad (EDAIE) (Díaz Loving et al., 2007)
5. Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) (Spielberger & Díaz Guerrero, 2005)
6. Inventario de Depresión de Beck (Beck et al., 1988)
7. Escala de Locus de Control-Bienestar Subjetivo. Descrita en la fase 2.A
8. Escala de Bienestar Subjetivo. Descrita en la primera fase. No se tomó en cuenta la sub-escala de “Dimensiones del Bienestar Subjetivo” por no ser componente *fundamental* estructural-conceptual del Bienestar Subjetivo.

## ***Procedimiento***

La aplicación se llevó a cabo en lugares públicos del Distrito Federal y Área Metropolitana, solicitando la colaboración voluntaria y anónima de los participantes. Cada uno de los participantes fue informado de manera general sobre el propósito de la investigación. A todos los participantes se les explicaron las instrucciones y se les pidió que trataran de contestar la batería de instrumentos en su totalidad, asegurándoles que la información proporcionada sería utilizada únicamente con fines estadísticos y de investigación, considerando además la muestra total y nunca casos individuales para la interpretación de los resultados. Al terminar, se les agradeció su participación y se les garantizó la confidencialidad de los datos.

## Resultados

Con la finalidad de contar con dimensiones globales y evitar efectos de multicolinealidad, se llevó a cabo un análisis factorial de segundo orden para cada uno de los instrumentos utilizados. Con las dimensiones globales se realizaron correlaciones producto-momento de Pearson por sexo.

### Factores de segundo orden

#### *Factorial de segundo orden para la escala de Premisas Histórico Socio-Culturales*

El análisis factorial de segundo orden con rotación ortogonal arrojó dos factores que en conjunto explican el 61.008% de varianza. A partir de la conformación original de la escala de PHSC's y el contenido que obtuvo cada nuevo factor de segundo orden, los nuevos factores se denominaron de la siguiente manera:

- Premisas Tradicionales: Creencias asociadas a los roles tradicionalmente establecidos por la cultura y apegarse a la estructura determinada por creencias fundamentales del hombre y la mujer. Sus indicadores son: Machismo, honor familiar, respeto sobre amor, rigidez cultural y virginidad.
- Premisas en Transición: Creencias asociadas al cambio cultural. Integra creencias del pasado pero está abierto a la posibilidad de cambio. Sus indicadores son: Status quo, temor a la autoridad, obediencia afiliativa y consentimiento.

Tabla 38

#### *Factores de segundo orden para la escala de PHSC*

Factor original	Premisas Tradicionales	Premisas En transición
Machismo	<b>.835</b>	.282
Honor familiar	<b>.775</b>	.193
Respeto sobre amor	<b>.724</b>	.042
Rigidez cultural	<b>.708</b>	.361
Virginidad	<b>.673</b>	.307
Status quo	.212	<b>.798</b>
Temor a la autoridad	.039	<b>.764</b>
Obediencia afiliativa	.394	<b>.684</b>
Consentimiento	.322	<b>.614</b>
No. De factores por factor de segundo orden	5	4
Varianza explicada	34.24	26.76
Varianza acumulada		61.008
Media	1.09	1.33
Desviación Estándar	0.11	0.18
KMO		0.88

*Factorial de segundo orden para el EDAIE*

El análisis factorial de segundo orden con rotación ortogonal arrojó cuatro factores divididos en dos dimensiones. La primera dimensión es Instrumentalidad, compuesta por dos factores que en conjunto explican el 66.9% de varianza. La segunda dimensión es Expresividad, compuesta por dos factores que explican el 71.17% de la varianza. Esta conformación factorial es idéntica a la de Díaz Loving et al. (2007). La denominación de los factores y sus propiedades psicométricas se presentan a continuación.

- Instrumentalidad
  - Instrumentalidad positiva: Posesión de características o rasgos vinculados a la producción, competencia, progreso e individualidad.
  - Instrumentalidad negativa: Posesión de rasgos vinculados al dominio, control, poder, agresividad, falta de flexibilidad y desinterés social.
- Expresividad
  - Expresividad positiva: Posesión de rasgos que reflejan afectividad, favoreciendo intercambio e interacción social.
  - Expresividad negativa: Posesión de rasgos que reflejan la parte negativa de la emotividad, favoreciendo inestabilidad emocional, abnegación, sumisión e inmadurez.

Tabla 39

*Factores de segundo orden para el Instrumentalidad*

Factor original	Instrumentalidad negativa	Instrumentalidad positiva
Instrumental machismo	<b>.852</b>	.020
Instrumental autoritarismo	<b>.782</b>	.186
Rebelde social	<b>.688</b>	-.351
Instrumental orientado al logro	.143	<b>.857</b>
Instrumental cooperativo	-.204	<b>.805</b>
Instrumental egocéntrico	.540	<b>.556</b>
No. De factores por factor de segundo orden	3	3
Varianza explicada	36.07	30.83
Varianza acumulada		66.9
Media	2.16	3.52
Desviación Estándar	0.64	0.59
KMO		0.67

Tabla 40  
*Factores de segundo orden para el Expresividad*

Factor original	Factores de Segundo Orden	
	Expresividad positiva	Expresividad negativa
Expresivo afiliativo	<b>.889</b>	-.118
Romántico soñador	<b>.852</b>	.193
Control externo pasivo	.080	<b>.850</b>
Emotivo-negativo-egocéntrico	-.028	<b>.765</b>
Vulnerable emocional	.560	<b>.603</b>
No. De factores por factor de segundo orden	2	3
Varianza explicada	36.7	34.46
Varianza acumulada		71.17
Media	3.78	2.48
Desviación Estándar	0.75	0.65
KMO		0.61

*Factorial de segundo orden para la escala de Estilos de Enfrentamiento*

El análisis factorial de segundo orden con rotación ortogonal arrojó dos factores que en conjunto explican el 66.25% de varianza. A partir de la conformación original de la escala y el contenido que obtuvo cada nuevo factor de segundo orden, éstos se denominaron de la siguiente manera:

- Enfrentamiento directo: Uso de habilidades que de manera propositiva intentan resolver o hacer frente a un problema.
- Enfrentamiento evasivo: Uso de habilidades que no resuelven de manera directa un problema, evitando o escapando de éste.

Tabla 41  
*Factores de segundo orden para la Escala de Estilos de Enfrentamiento*

Factor original	Directo	Evasivo
Autoafirmación planeada	<b>.817</b>	-.242
Emocional positivo	<b>.778</b>	-.183
Autocontrol	<b>.747</b>	-.282
Apoyo social	<b>.727</b>	.268
Afirmativo	<b>.712</b>	.195
Evitativo	-.049	<b>.908</b>
No. De factores por factor de segundo orden	5	1
Varianza explicada	47.831	18.419
Varianza acumulada		66.25
Media	3.94	2.16
Desviación Estándar	0.62	0.79
KMO		0.803

*Factorial de segundo orden para la escala de Locus de Control-Bienestar*

El análisis factorial de segundo orden con rotación ortogonal arrojó dos factores que en conjunto explican el 70.325% de varianza. A partir de la conformación original de la escala y el contenido que obtuvo cada nuevo factor de segundo orden, éstos se denominaron de la siguiente manera:

- Locus de Control Externo-Bienestar: Grado en el que los individuos consideran que el bienestar de su vida es atribuible a agentes externos.
- Locus de Control Interno-Bienestar: Grado en el que los individuos consideran que el bienestar de su vida es atribuible a sus propias acciones o capacidades.

Tabla 42  
*Factores de segundo orden para la escala de Locus de Control-Bienestar*

Factor original	Control Externo	Control Interno
Control externo afectivo	<b>.908</b>	-.070
Control interno carismático	<b>.889</b>	.122
Control externo material	<b>.851</b>	.001
Control externo destino	<b>.650</b>	.277
Control externo pareja y familia	<b>.617</b>	.208
Control interno Instrumental	.081	<b>.907</b>
Control interno planeación táctica	.116	<b>.893</b>
No. De factores por factor de segundo orden	5	2
Varianza explicada	45.193	25.132
Varianza acumulada		70.325
Media	2.26	3.64
Desviación Estándar	0.603	0.64
KMO		0.775

### *Factorial de segundo orden para la escala de Autoestima*

El análisis factorial de segundo orden con rotación ortogonal arrojó dos factores que en conjunto explican el 85.68% de varianza. A partir de la conformación original de la escala y el contenido que obtuvo cada nuevo factor de segundo orden, éstos se denominaron de la siguiente manera:

- Autoestima positiva: Conjunto de rasgos deseables (p.e. amoroso, tolerante, honrado, realizado, seguro) que tienden a reflejar una valoración individual favorable.
- Autoestima negativa: Conjunto de rasgos socialmente indeseables (p.e. necio, rebelde, criticón, flojo, inepto) que tienden a infra-valorizar al individuo.

Tabla 43

*Factores de segundo orden para la Escala de Autoestima*

Factor original	Autoestima positiva	Autoestima negativa
Social expresivo	<b>.961</b>	-.044
Ético moral	<b>.946</b>	-.128
Individualismo	<b>.927</b>	-.108
Romántico	<b>.924</b>	-.044
Inteligencia emocional	<b>.885</b>	-.112
Control externo instrumental	.097	<b>.939</b>
negativo		
Control externo pasivo	-.544	<b>.672</b>
negativo		
No. De factores por factor de segundo orden	5	2
Varianza explicada	65.991	19.698
Varianza acumulada		85.689
Media	5.07	3.54
Desviación Estándar	1.71	1.33
KMO		0.885

*Factorial de segundo orden para sub-escala de Satisfacción con la Vida*

El análisis factorial de segundo orden con rotación ortogonal arrojó dos factores que en conjunto explican el 67.624% de varianza. A partir de la conformación original de la escala y el contenido que obtuvo cada nuevo factor de segundo orden, éstos se denominaron de la siguiente manera:

- Satisfacción personal: Sentimientos y pensamientos de satisfacción en actividades o dimensiones relacionadas con la vida personal.
- Hijos y pareja: Sentimientos y pensamientos de satisfacción en actividades o dimensiones relacionadas con la relación de pareja y los hijos.

Tabla 44  
*Factores de segundo orden para Satisfacción con la Vida*

Factor original	Satisfacción personal	Hijos y pareja
Autorrealización	<b>.865</b>	.260
Amigos	<b>.817</b>	.101
Educación	<b>.811</b>	.039
Armonía personal	<b>.805</b>	.401
Economía personal	<b>.761</b>	.169
Compañeros de trabajo	<b>.707</b>	.013
Familia	<b>.661</b>	.504
Hijos	-.089	<b>.861</b>
Relación de pareja	.368	<b>.663</b>
No. De factores por factor de segundo orden	7	2
Varianza explicada	48.693	18.932
Varianza acumulada		67.624
Media	5.43	4.75
Desviación Estándar	1.151	1.92
KMO		0.883

*Factorial de segundo orden para sub-escala de Afecto positivo-Afecto negativo*

El análisis factorial de segundo orden con rotación ortogonal arrojó dos factores que en conjunto explican el 81.255% de varianza. A partir de la conformación original de la escala y el contenido que obtuvo cada nuevo factor de segundo orden, éstos se denominaron de la siguiente manera:

- Afecto negativo: Estados emocionales y afectivos que son desagradables y representan reacciones afectivas desfavorables en respuesta a la vida.
- Afecto positivo: Estados emocionales y afectivos que son agradables y representan reacciones afectivas favorables en respuesta a la vida.

Tabla 45  
Factores de segundo orden para Afecto

Factor original	Afecto negativo	Afecto positivo
Decepción	<b>.944</b>	-.064
Rabia	<b>.939</b>	-.061
Miedo	<b>.878</b>	-.019
Culpa	<b>.865</b>	-.056
Fatalismo	<b>.831</b>	-.184
Apatía	<b>.816</b>	.083
Tranquilidad	-.048	<b>.993</b>
No. De factores por factor de segundo orden	6	1
Varianza explicada	66.437	14.818
Varianza acumulada		81.255
Media	3.34	2.05
Desviación Estándar	0.78	0.68
KMO		0.922

*Factorial de segundo orden para la sub-escala de Satisfacción Global con la Vida, Ansiedad y Depresión*

Por tratarse de escalas cuya conformación factorial es de uno o dos factores máximo por escala, los análisis factoriales de segundo orden no fueron necesarios en estos casos. El factor único de Satisfacción Global con la Vida, los dos factores de Ansiedad Rasgo y Ansiedad Estado, así como el único puntaje de Depresión quedaron intactos.

Correlaciones de segundo orden

En la Tabla 46 se muestran las correlaciones entre factores de segundo orden de PHSC's y Bienestar Subjetivo. En el caso de los hombres, el factor de Premisas Tradicionales presentó dos correlaciones directas con los factores de hijos-y-pareja y afecto negativo, y una correlación inversa con el factor de Satisfacción Global con la Vida. El factor de Premisas en Transición sólo presentó dos correlaciones directas: con Afecto negativo y Afecto positivo. Para las mujeres, el factor de Premisas en Transición presentó dos correlaciones inversas con los factores de Satisfacción Personal y Satisfacción Global con la Vida. Por último, ese mismo factor presentó una única correlación directa con Afecto negativo. Otras correlaciones no fueron significativas.

Tabla 46

*Correlaciones entre factores de segundo orden de PHSC's y Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	M.	D.E.
1 P. TRAD.	-	.569**	-0.05	.116*	.286**	0.052	-.197**	1.11	0.14
2 P. TRANS.	.539**	-	-0.017	0.093	.235**	.137*	-0.059	1.34	0.20
3 PERSONAL	-0.077	-.157**	-	.398**	-.312**	.407**	.544**	5.38	1.15
4 HIJPARE	0.075	0.007	.340**	-	-.175**	.208**	.182**	4.82	1.92
5 AFECTNEG	0.07	.172**	-.537**	-.285**	-	.113*	-.404**	1.94	0.65
6 AFECTPOS	-0.083	-0.02	.406**	0.079	-.255**	-	.180**	3.32	0.79
7 SatGlob	-0.076	-.100*	.508**	.201**	-.347**	.264**	-	5.30	1.16
M.	1.08	1.33	5.45	4.64	2.14	3.37	5.44		
D.E.	0.09	0.18	1.15	1.93	0.719	0.759	1.1		

Nota: La mitad superior derecha de la tabla corresponde a los hombres (n=328) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=474). Factores de PHSC: 1: Premisas tradicionales, 2: Premisas en Transición. Factores de Bienestar Subjetivo: 3: Satisfacción personal, 4: Hijos y pareja, 5: Afecto negativo, 6: Afecto positivo, 7: Satisfacción Global con la vida. \*\*p<0.01, \*p<0.05

En cuanto a Rasgos de Género y Bienestar Subjetivo, para el caso de los hombres el factor de Satisfacción Personal presentó dos correlaciones directas con los factores de Instrumentalidad Positiva y Expresividad Positiva, y dos correlaciones inversas con los factores de Instrumentalidad Negativa y Expresividad Negativa. El Afecto Negativo presentó dos correlaciones directas con los factores de Instrumentalidad Negativa y Expresividad Negativa. El factor de Afecto Positivo presentó tres correlaciones directas: con Instrumentalidad Positiva, Expresividad Positiva y Expresividad Negativa. Por último, la Satisfacción Global con la Vida presentó correlaciones directas con los factores de Instrumentalidad Positiva y Expresividad Positiva y una correlación inversa con el factor de Instrumentalidad

Negativa. Para las mujeres los factores de Satisfacción Personal, Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida correlacionaron de manera directa con Instrumentalidad y Expresividad Positivas y de manera inversa con Instrumentalidad y Expresividad Negativas. El factor de Hijos y Pareja correlacionó de manera directa con Instrumentalidad Positiva y de manera inversa con Expresividad Negativa. Afecto Negativo correlacionó de manera positiva con Instrumentalidad y Expresividad Negativas y de manera inversa con Instrumentalidad y Expresividad Positivas. Otras correlaciones no fueron significativas (ver Tabla 47).

Tabla 47

Correlaciones entre factores de segundo orden de Instrumentalidad-Expresividad y Bienestar Subjetivo

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	M.	D.E.
1 PERSONAL	-	.398**	-.312**	.407**	.544**	-.197**	.237**	.173**	-.131*	5.38	1.15
2 HIJPARE	.340**	-	-.175**	.208**	.182**	-0.076	0.1	0.081	-0.08	4.82	1.92
3 AFECTNEG	-.537**	-.285**	-	.113*	-.404**	.332**	-0.072	0.039	.441**	1.94	0.65
4 AFECTPOS	.406**	0.079	-.255**	-	.180**	-0.001	.319**	.343**	.134*	3.32	0.79
5 SatGlob	.508**	.201**	-.347**	.264**	-	-.170**	.169**	.203**	-0.08	5.30	1.16
6 INSTNEG	-.169**	-0.063	.323**	-.142**	-.185**	-	.265**	0.015	.587**	2.22	0.68
7 INSTPOS	.321**	.111*	-.238**	.280**	.264**	-0.01	-	.439**	0.056	3.60	0.59
8 EXPPOS	.266**	0.078	-.120**	.227**	.156**	-.168**	.423**	-	.323**	3.62	0.75
9 EXPNEG	-.262**	-.121**	.403**	-.165**	-.243**	.365**	-.179**	.205**	-	2.29	0.67
M.	5.45	4.64	2.14	3.37	5.44	2.13	3.47	3.91	2.62		
D.E.	1.15	1.93	0.71	0.75	1.1	0.6	0.577	0.722	0.594		

Nota: La mitad superior derecha de la tabla corresponde a los hombres (n=328) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=474). Factores de Bienestar subjetivo: 1: Satisfacción personal, 2: Hijos y pareja, 3: Afecto negativo, 4: Afecto positivo, 5: Satisfacción global con la vida. Factores de género: 6: Instrumentalidad negativa, 7: Instrumentalidad positiva, 8: Expresividad positiva, 9 Expresividad negativa. \*\*p<0.01, \*p<0.05

Respecto al locus de control y el bienestar, para el caso de los hombres el Locus de Control Externo correlacionó de manera positiva, directa con Afecto Negativo; mientras que el Locus de Control Interno correlacionó de manera directa con Satisfacción Personal, Afecto Negativo y Afecto Positivo. En cuanto a las mujeres, el Locus de Control Externo correlacionó de manera positiva con Afecto Negativo y de manera negativa con Afecto positivo; mientras que el Locus de Control Interno correlacionó de manera positiva con Satisfacción Personal, Afecto Positivo y Satisfacción General con la Vida. Otras correlaciones no fueron significativas (ver Tabla 48).

Tabla 48

*Correlaciones entre factores de segundo orden de Locus de Control y Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	M.	D.E.
1 PERSONAL	-	.398**	-.312**	.407**	.544**	-0.052	.208**	5.38	1.15
2 HIJPARE	.340**	-	-.175**	.208**	.182**	-0.012	0.011	4.82	1.92
3 AFECTNEG	-.537**	-.285**	-	.113*	-.404**	.268**	.143**	1.94	0.65
4 AFECTPOS	.406**	0.079	-.255**	-	.180**	-0.021	.346**	3.32	0.79
5 SatGlob	.508**	.201**	-.347**	.264**	-	-0.068	0.082	5.30	1.16
6 LCEXT	-0.06	-0.006	.207**	-.095*	-0.033	-	.290**	2.29	0.64
7 LCINT	.249**	-0.03	-0.064	.232**	.133**	.198**	-	3.66	0.68
M.	5.45	4.64	2.14	3.37	5.44	2.24	3.66		
D.E.	1.15	1.93	0.71	0.75	1.1	0.58	0.61		

Nota: La mitad superior derecha de la tabla corresponde a los hombres (n=328) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=474). Factores de Bienestar subjetivo: 1: Satisfacción personal, 2: Hijos y pareja, 3: Afecto negativo, 4: Afecto positivo, 5: Satisfacción global con la vida. Factores de Locus de control: 6: Locus de control externo, 7: Locus de control interno. \*\*p<0.01, \*p<0.05

Referente a la autoestima y el bienestar, para los hombres el factor de Autoestima Positiva correlacionó de manera positiva, directa con factores de Satisfacción Personal e Hijos y Pareja; mientras que el factor de Autoestima Negativa correlacionó de manera positiva con Afecto Negativo y de manera negativa con Satisfacción Global con la Vida. Para las mujeres, se presentaron correlaciones directas entre Autoestima Positiva y Satisfacción Personal, Autoestima Positiva y Satisfacción Global con la Vida, y Autoestima Negativa y Afecto Negativo; también se presentaron correlaciones inversas entre Autoestima Positiva y Afecto Negativo, y Autoestima Negativa y Satisfacción Personal. Otras correlaciones no fueron significativas (ver Tabla 49).

Tabla 49

*Correlaciones entre factores de segundo orden de Autoestima y Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	M.	D.E.
1 PERSONAL	-	.398**	-.312**	.407**	.544**	.238**	-0.092	5.38	1.15
2 HIJPARE	.340**	-	-.175**	.208**	.182**	.118*	-0.035	4.82	1.92
3 AFECTNEG	-.537**	-.285**	-	.113*	-.404**	-0.104	.309**	1.94	0.65
4 AFECTPOS	.406**	0.079	-.255**	-	.180**	0.082	0.04	3.32	0.79
5 SatGlob	.508**	.201**	-.347**	.264**	-	0.098	-.183**	5.30	1.16
6 AutPos	.126**	0.028	-.144**	0.073	.095*	-	-.297**	5.06	1.68
7 AutNeg	-.102*	-0.062	.206**	-0.033	-0.066	-.427**	-	3.51	1.36
M.	5.45	4.64	2.14	3.37	5.44	5.05	3.61		
D.E.	1.15	1.93	0.71	0.75	1.1	1.75	1.32		

Nota: La mitad superior derecha de la tabla corresponde a los hombres (n=328) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=474). Factores de Bienestar subjetivo: 1: Satisfacción personal, 2: Hijos y pareja, 3: Afecto negativo, 4: Afecto positivo, 5: Satisfacción global con la vida. Factores de autoestima: 6: Autoestima positiva, 7: Autoestima negativa. \*\*p<0.01, \*p<0.05

En cuanto al enfrentamiento y el bienestar, en los hombres el estilo de Enfrentamiento Directo presentó correlaciones positivas con los factores de Satisfacción Personal, Hijos y Pareja, Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida, y únicamente una correlación negativa con Afecto Negativo. El estilo de Enfrentamiento Evasivo presentó una correlación positiva con Afecto Negativo y dos correlaciones inversas: con Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida. Para las mujeres, el estilo de Enfrentamiento Directo correlacionó de manera inversa con Afecto Negativo y de manera positiva con Satisfacción Personal, Hijos y Pareja, Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida. Por último, el Enfrentamiento Evasivo correlacionó de manera positiva con Afecto Negativo y de manera negativa con Satisfacción Personal, Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida. Otras correlaciones no fueron significativas (ver Tabla 50).

Tabla 50

*Correlaciones entre factores de segundo orden de Estilos de Enfrentamiento y Bienestar Subjetivo*

	1	2	3	4	5	6	7	M.	D.E.
1 PERSONAL	-	.398**	-.312**	.407**	.544**	.444**	-0.095	5.38	1.15
2 HIJPARE	.340**	-	-.175**	.208**	.182**	.185**	-0.106	4.82	1.92
3 AFECTNEG	-.537**	-.285**	-	.113*	-.404**	-.236**	.249**	1.94	0.65
4 AFECTPOS	.406**	0.079	-.255**	-	.180**	.289**	-.109*	3.32	0.79
5 SatGlob	.508**	.201**	-.347**	.264**	-	.388**	-.164**	5.30	1.16
6 ENFDIRECT	.380**	.098*	-.354**	.261**	.469**	-	-0.076	3.94	0.64
7 ENFEVASIV	-.158**	-0.017	.218**	-.291**	-.162**	-.135**	-	2.17	0.79
M.	5.45	4.64	2.14	3.37	5.44	3.95	2.17		
D.E.	1.15	1.93	0.71	0.75	1.1	0.62	0.79		

Nota: La mitad superior derecha de la tabla corresponde a los hombres (n=328) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=474). Factores de Bienestar subjetivo: 1: Satisfacción personal, 2: Hijos y pareja, 3: Afecto negativo, 4: Afecto positivo, 5: Satisfacción global con la vida. Factores de enfrentamiento: 6: Enfrentamiento directo, 7: Enfrentamiento evasivo. \*\*p<0.01, \*p<0.05

En los hombres, las correlaciones entre Ansiedad Rasgo y los factores de Satisfacción Personal, Hijos y Pareja, Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida fueron positivas; las correlaciones entre Rasgo Estado y Satisfacción Personal y Afecto Negativo fueron también positivas. La correlación entre Depresión y Afecto Negativo fue directa, mientras que las correlaciones con los factores de Satisfacción Personal, Hijos y Pareja, Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida fueron negativas. En el caso de las mujeres, la Ansiedad Rasgo correlacionó de manera positiva con Satisfacción Personal, Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida, y de manera negativa con Afecto Negativo. Para el caso de Ansiedad Estado, las correlaciones fueron inversas con Satisfacción Personal, Hijos y Pareja, y se presentó una correlación directa con Afecto Negativo. Por último, Depresión estuvo relacionado de manera inversa con Satisfacción Personal, Hijos y Familia, Afecto Positivo y Satisfacción Global con la Vida; mientras que estuvo relacionado de manera directa con Afecto Negativo. Otras correlaciones no fueron significativas (ver Tabla 51).

Tabla 51

*Correlaciones entre factores de segundo orden de Bienestar Subjetivo y factores originales de Ansiedad y Depresión*

	1	2	3	4	5	6	7	8	M.	D.E.
1										
PERSONAL	-	.398**	-.312**	.407**	.544**	.397**	.156**	-.352**	5.38	1.15
2 HIJPARE	.340**	-	-.175**	.208**	.182**	.150**	0.037	-.163**	4.82	1.92
3										
AFECTNEG	-.537**	-.285**	-	.113*	-.404**	0.059	.280**	.481**	1.94	0.65
4										
AFECTPOS	.406**	0.079	-.255**	-	.180**	.301**	.135*	-.122*	3.32	0.79
5 SatGlob	.508**	.201**	-.347**	.264**	-	.220**	-0.012	-.390**	5.30	1.16
6 ARasgo	.262**	0.038	-.115*	.220**	.192**	-	.536**	-0.048	2.28	0.33
7 AEdo	-.165**	-.109*	.335**	-0.028	-0.048	.358**	-	.203**	2.13	0.36
8 Depresion	-.480**	-.144**	.463**	-.231**	-.371**	-.130**	.391**	-	6.09	7.13
M.	5.45	4.64	2.14	3.37	5.44	2.26	2.22	7.7		
D.E.	1.15	1.93	0.71	0.75	1.1	0.32	0.31	7.76		

Nota: La mitad superior derecha de la tabla corresponde a los hombres (n=328) y la parte inferior izquierda corresponde a las mujeres (n=474). Factores de Bienestar subjetivo: 1: Satisfacción personal, 2: Hijos y pareja, 3: Afecto negativo, 4: Afecto positivo, 5: Satisfacción global con la vida. Factores de ansiedad: 6: Ansiedad rasgo, 7: Ansiedad estado. El número 8 corresponde al único factor de Depresión. \*\*p<0.01, \*p<0.05

## ***Discusión***

### Factores de segundo orden

Al llevar a cabo análisis factoriales de segundo orden se pudieron organizar los factores de las escalas en factores más globales que evitaron efectos de multicolinealidad. Para la escala de PHSC's, los factores que resultaron fueron dos: tradicionales y en transición. Estos resultados son idénticos a la conformación que otros estudios (Cruz, 2013; García, 2007; Pozos, 2012) han encontrado, en donde ya se discutía que el proceso cultural está en constante evolución y cambio, proceso al que Díaz Guerrero (2003) ya se refería como cultura-contracultura. Parece ser que desde unos años a la fecha las normas, valores, reglas, tradiciones y costumbres se ven influenciados por movimientos contraculturales (educación, globalización, movimientos sociales, entre otros) de tal manera que terminan por ser re-pensados, llevando al cuestionamiento del tradicionalismo cultural (Díaz Guerrero, 2003; Díaz Loving et al., 2008; Tánori et al., 2012). Cabe mencionar, también, que las afirmaciones con las que se trabajó datan de más de hace medio siglo, lo que sugiere que en futuras investigaciones se evalúe la vigencia de la escala original de PHSC (Díaz Loving et al., 2008).

Para el caso del EDAIE, la conformación factorial pone en evidencia dos cosas: la estabilidad temporal de la escala al replicar la distribución factorial original (Díaz Loving et al., 2007), y el gran acierto teórico que propuso Bem (1974) hace casi medio siglo. Como ya se revisó anteriormente, originalmente masculinidad y feminidad se conceptuaban como dimensiones opuestas, mutuamente excluyentes, y fue cuando Bem diseñó un instrumento que evaluaba ambas dimensiones de manera independiente que se sentaron bases para lo que hoy vemos como la conformación masculina/femenina-positiva/negativa. A partir de esta clasificación de masculinidad positiva, masculinidad negativa, feminidad positiva y feminidad negativa es posible no sólo evaluar niveles de cada una de manera independiente, sino evaluar a las personas en términos de rasgos deseables e indeseables para hombres y mujeres, lo que sienta base para evaluar niveles de salud mental y bienestar en función de lo que culturalmente es deseable o indeseable para cada sexo. La distinción de estos nuevos cuatro factores de segundo orden será particularmente importante dada la condición multifactorial del género, en donde las situaciones sociales vigentes para hombres y mujeres no son estáticas y se ven reflejadas en cambios sociales, culturales e individuales (Rocha, 2004) que matizan el desarrollo particular vinculado al hecho de ser hombre o mujer y las características que esto conlleva.

La conformación factorial de los estilos de enfrentamiento es similar a lo que Díaz Guerrero (1967, 1972) ya planteaba como filosofía de vida: se encara la

vida de manera activa o se encara la vida de manera pasiva. Esta dicotomía podría implicar un reflejo secundario de características de personalidad y cultura. Podría pensarse que la dicotomía directo-evasivo (activo-pasivo) es un reflejo de la dualidad instrumental-expresiva. Algunas investigaciones (Miller et al., 2010) mencionan que algunos estilos de enfrentamiento tienden a ser proactivos, orientados a metas, planeados; mientras que otros tienden a ser más socialmente dependientes, de apoyo social y pasivas. Podría tratarse, tal como lo proponen Kohn et al. (1994), de una dicotomía activo (directa)-pasiva (evasiva) equivalente a estrategias de enfrentamiento basadas en acción (instrumental) y emoción (expresiva).

Es pertinente recordar que la escala de Locus de Control-Bienestar fue planteada como un intento a responder la interrogante de Diener (2009) de si son internas o externas las causas del bienestar de las personas. Al respecto, a pesar de que el locus de control ha sido utilizado de manera multifactorial en diferentes investigaciones (p.e. Díaz-Loving & Andrade-Palos, 1984; La Rosa, 1986; Montero, et al., , 2008; Montero et al., 2010; Navarro, 2006; Reyes, 2007; Reyes-Lagunes & García-Campos, 1998), la dicotomía obtenida de causas internas-causas externas del bienestar parecería ser congruente con la propuesta original de Rotter (1966) y adecuada y pertinente para responder la pregunta de Diener tal como fue planteada (¿Son causas internas o externas?).

Para el caso de la autoestima, ésta se subclasificó en Autoestima positiva y Autoestima negativa. Recordando que la autoestima es la valoración que uno hace sobre su propia persona (Reyes, 1998), ésta entonces puede ser favorable o desfavorable. Por lo tanto, un continuo (o una dicotomía) de autoestima positiva y negativa debe servir como un continuo de juicios positivos (a favor) y negativos (en contra) sobre la persona. Este continuo tiene sentido si se ve la autoestima como un comparativo de lo que la persona es y quiere ser, lo que tiene y lo que le gustaría tener; en ese sentido, podría resultar ser un equivalente de satisfacción proveedor de identidad y autoimagen (Oubrayne et al., 1994).

Por último, el bienestar subjetivo tuvo una acomodación similar a la que proponen Zou, Schimmack y Gere (2013). Los autores proponen un modelo en el que, congruente con investigaciones previas (Bradburn & Caplovitz, 1965; Diener, 1984, 2009; Veenhoven, 1994), la dimensión afectiva es independiente de la cognoscitiva. Dentro de la dimensión afectiva, este estudio, congruente con el de Zou et al. (2013), dos dimensiones son independientes pero complementarias: afecto positivo y afecto negativo. Para el caso de la dimensión cognoscitiva la sugerencia ha sido evaluarla en dos partes: una global y una "más específica". El instrumento construido en este estudio se pensó bajo tal enfoque, tomando en cuenta que los instrumentos

de reactivos únicos (Satisfacción Global con la Vida) y los de reactivos múltiples (Satisfacción con la Vida-en diferentes áreas) son complementarios. En este estudio se mantuvo el único factor de Satisfacción Global con la Vida obtenido desde la primera fase y en el caso de los factores de segundo orden se obtuvieron dos dimensiones: Satisfacción personal, e Hijos y pareja. Éstas últimas engloban áreas en las que el individuo puede desarrollarse en el plano personal (en ámbitos como el trabajo, los amigos, la educación, el trabajo) y en el plano de la familia nuclear (hijos y pareja). Así, congruente con el modelo de Zou et al. (2013), el bienestar subjetivo resultó ser holístico (integrando aspectos globales y específicos, afecto y cognición) y teóricamente congruente (Diener, 2009).

### Correlaciones de segundo orden

Los resultados de las correlaciones entre Premisas y Bienestar Subjetivo son congruentes con los resultados de la fase anterior. Los hombres siguen cargando con el peso del mandato tradicional cultural, lo que se ve reflejado en menor satisfacción y mayor afecto negativo. Para el caso de las mujeres, no es lo tradicional sino lo contracultural lo que está jugando en contra. Tal como lo propone Pozos (2012), el continuo de cultura (tradicional)-contracultura (en transición) está afectando la felicidad (bienestar, satisfacción) de los individuos. Como se dijo antes, un choque entre el *querer ser* y el *deber ser* podría estar afectando el bienestar de los mexicanos. A nivel social, lo tradicional implica normas de comportamiento rígidas que en lo público se ven como apropiadas, pero que no hacen precisamente feliz a la persona en el ámbito de lo privado (Pozos, 2012). No se puede negar que la cultura siempre proveerá un constante sistema de transmisión de normas, creencias y valores que moldean a la persona durante su vida (Díaz-Loving, Rivera-Aragón, Cruz-Martínez & Rocha, 2014). Así, se puede asumir que la cultura siempre influirá en la manera en que se desarrolla la personalidad (Keller & Demuth, 2007) y la salud mental.

Algo similar ocurre con los rasgos instrumentales y expresivos. Los rasgos positivos, favorables están vinculados positivamente con Afecto positivo y Satisfacción (en sus múltiples expresiones) y negativamente con afecto negativo; y viceversa: Afecto negativo y poca satisfacción están vinculados con rasgos negativos, indeseables. Así, es claro que Instrumentalidad positiva y Expresividad positiva son las más vinculadas de manera favorable con el Bienestar Subjetivo. Tanto en hombres como en mujeres la presencia de rasgos instrumentales y expresivos positivos está asociada con buenos niveles de salud mental y bienestar (Díaz Loving et al., 2012), aunque las mujeres parecieran tener mayor flexibilidad dado que son capaces de “abandonar” su rol expresivo para incursionar en el plano instrumental, reflejando buenos niveles de bienestar (Bem, 1993). Al igual que con las premisas socioculturales, se debe considerar que los estereotipos vinculados

a cada sexo están sujetos a ser perpetuados o modificados con base en variaciones culturales, sociales y temporales (Díaz Loving et al., 2012).

En torno al locus de control, los resultados indican que es el Locus de control Interno el que está asociado con buenos niveles de bienestar (tanto en el plano afectivo como cognitivo). Parece entonces que los individuos se están evaluando como capaces de proveer y procurar su propio bienestar y eso los hace sentir a gusto y satisfechos. En palabras de Boone et al. (2005), Shapiro et al. (1996), y Carrim et al. (2006), los individuos están siendo capaces de monitorear su entorno, hallar explicaciones en torno a su bienestar y de adjudicarse tal responsabilidad. En resumen, los individuos parecen ser capaces de controlar su medio ambiente, por lo que su bienestar depende de ellos y no de causas ajenas, externas, congruente con la propuesta de Flores y Cortés (2014) y Österman et al. (1999).

Al principio de este trabajo se hablaba de cómo Wilson (1967), en su intento por describir a una persona feliz mencionaba que ésta debía tener, entre otras cosas, una buena autoestima. Más recientemente, Diener (2005, 2006, 2009) ha mencionado que altos niveles de autoestima es uno de los mejores predictores de bienestar subjetivo, sobretodo en culturas colectivistas (E. Diener & M. Diener, 1995). E. Diener y M. Diener (2009) mencionan que gran parte de esto se da porque las personas presentan una tendencia a sentirse bien sobre sí mismos; es decir, sus autoevaluaciones tienden a ser favorables. Resulta entonces natural que cuando una persona se evalúe en función de características socialmente indeseables su bienestar irá en decremento.

Los resultados de estilos de enfrentamiento son congruentes con los de locus de control: Si una persona está atribuyendo que su bienestar depende de él mismo, se podría pensar que posee (o cree poseer) las habilidades necesarias para hacer frente a todo lo que la vida le presente. Por otro lado, podría pensarse que si una persona se comporta evasiva es porque delega el control de lo que sucede en su vida a agentes externos, lo que se ve reflejado en un menor bienestar. Así, de acuerdo a Miller et al. (2010), Snyder et al. (1991, 1996), Livneh y Wilson (2003) y Wollars et al. (2007) una persona con estrategias de enfrentamiento *exitosas* será proactivo, orientado a la meta (instrumental), planeador, responsable, con sentimientos de valía personal (buena autoestima), con sentimientos de capacidad, control y otras cualidades que fomenten su bienestar y satisfacción.

Parece ser que la Ansiedad como Rasgo internalizado de personalidad está funcionando como característica deseable para individuos con buenos niveles de bienestar. De acuerdo a Villaseñor-Ponce (2010), el bienestar es resultado de enfrentar adecuadamente situaciones de estrés y ansiedad de la vida

cotidiana. Para este autor, una persona con altos niveles de bienestar está mejor preparada para los desafíos del medio ambiente, por lo que niveles “estables” de ansiedad (entendiendo la estabilidad como rasgo) dotan a la persona de habilidades de resiliencia, fomentando su bienestar. En cambio, la Ansiedad como Estado probablemente se esté comportando como un malestar emocional, escasamente controlable por parte del individuo, lo que podría estar impactando de manera negativa sobre su bienestar (Cia, 2002; De la Gándara, 1999; Varela, 2002). En la medida en que un individuo logre conocer la razón aparente de su ansiedad, será capaz de controlarla, disminuyendo el impacto negativo que tiene sobre su vida (De la Gándara, 1999).

Para Palomar (2004) la asociación entre depresión y bienestar subjetivo está constantemente influenciada por estados de ánimo momentáneos. Los resultados aquí son similares a los obtenidos en la fase anterior. Para García y García-Barragán (2012) la depresión funciona como lente a través del cual se evalúa el resto de los eventos de la vida, por lo que una persona deprimida presentaría una tendencia “natural” a evaluar cualquier aspecto de su vida de manera negativa.

## Regresiones lineales

### **Afecto positivo**

Se llevó a cabo un análisis de regresión múltiple paso a paso siendo el *Afecto Positivo* la variable dependiente y *Premisas Tradicionales*, *Premisas en Transición*, *Instrumentalidad Positiva*, *Instrumentalidad Negativa*, *Expresividad Positiva*, *Expresividad Negativa*, *Locus de Control Interno*, *Locus de Control Externo*, *Enfrentamiento Directo*, *Enfrentamiento Evasivo*, *Autoestima Positiva*, *Autoestima Negativa*, *Ansiedad Rasgo*, *Ansiedad Estado* y *Depresión* las variables independientes. La Tabla 52 Muestra los coeficientes de regresión no estandarizados (B), los estandarizados ( $\beta$ ), los coeficientes de determinación ( $R^2$ ) y los intervalos de confianza.

En el primer paso del análisis, se incorporó en la ecuación la Instrumentalidad Positiva como predictor, explicando el 8.6% de la varianza,  $F(1, 744)=70.38$ ,  $p<0.001$ . En el segundo paso se incluyó en la ecuación el Locus de Control Interno como predictor, lo que explica el 13.3% de la varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.047$ ,  $F_{incrementada}(1, 743)=40.23$ ,  $p<0.001$ . Para el tercer paso, se incluyó la Expresividad Positiva, explicando el 16% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.027$ ,  $F_{incrementada}(1, 742)=23.68$ ,  $p<0.001$ . El cuarto paso incluyó el Enfrentamiento Evasivo, explicando el 18.2% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.021$ ,  $F_{incrementada}(1, 741)=19.43$ ,  $p<0.001$ . El quinto paso incluyó la Ansiedad Rasgo, explicando 19.6% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.014$ ,  $F_{incrementada}(1,740)=12.907$ ,  $p<0.001$ . El sexto paso incluyó la Depresión, explicando 20.6% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.01$ ,  $F_{incrementada}(1,739)=9.61$ ,  $p<0.01$ . Un séptimo paso incluyó Premisas en Transición, explicando un 21.5% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.009$ ,  $F_{incrementada}(1,738)=8.026$ ,  $p<0.01$ . Por último, un octavo paso incluyó Locus de Control Externo, explicando 22% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.006$ ,  $F_{incrementada}(1,737)=5.46$ ,  $p<0.05$ .

Tabla 52

*Resumen del análisis de regresión paso a paso para los predictores de Afecto Positivo*

Variables	B	EE	$\beta$	Intervalo de Confianza	
				Mínimo	Máximo
1er Paso					
Instrumentalidad Positiva	0.147	0.049	0.112	0.051	0.243
2do Paso					
Locus Interno	0.233	0.042	0.196	0.15	0.316
3er Paso					
Expresividad Positiva	0.151	0.037	0.146	0.078	0.224
4to Paso					
Enfrentamiento Evasivo	-0.104	0.033	-0.109	-0.17	-0.039
5to Paso					
Ansiedad Rasgo	0.283	0.081	0.121	0.124	0.443
6to Paso					
Depresión	-0.011	0.003	-0.109	-0.018	-0.004
7mo Paso					
Premisas en Transición	0.41	0.136	0.1	0.143	0.677
8vo Paso					
Locus Externo	-0.105	0.045	-0.083	-0.194	-0.017

Nota:  $R^2=0.086$  para el paso 1 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.133$  para el paso 2 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.16$  para el paso 3 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.182$  para el paso 4 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.196$  para el paso 5 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.205$  para el paso 6 ( $p<0.01$ ),  $R^2=0.215$  para el paso 7 ( $p<0.01$ ),  $R^2=0.22$  para el paso 8 ( $p<0.05$ ).

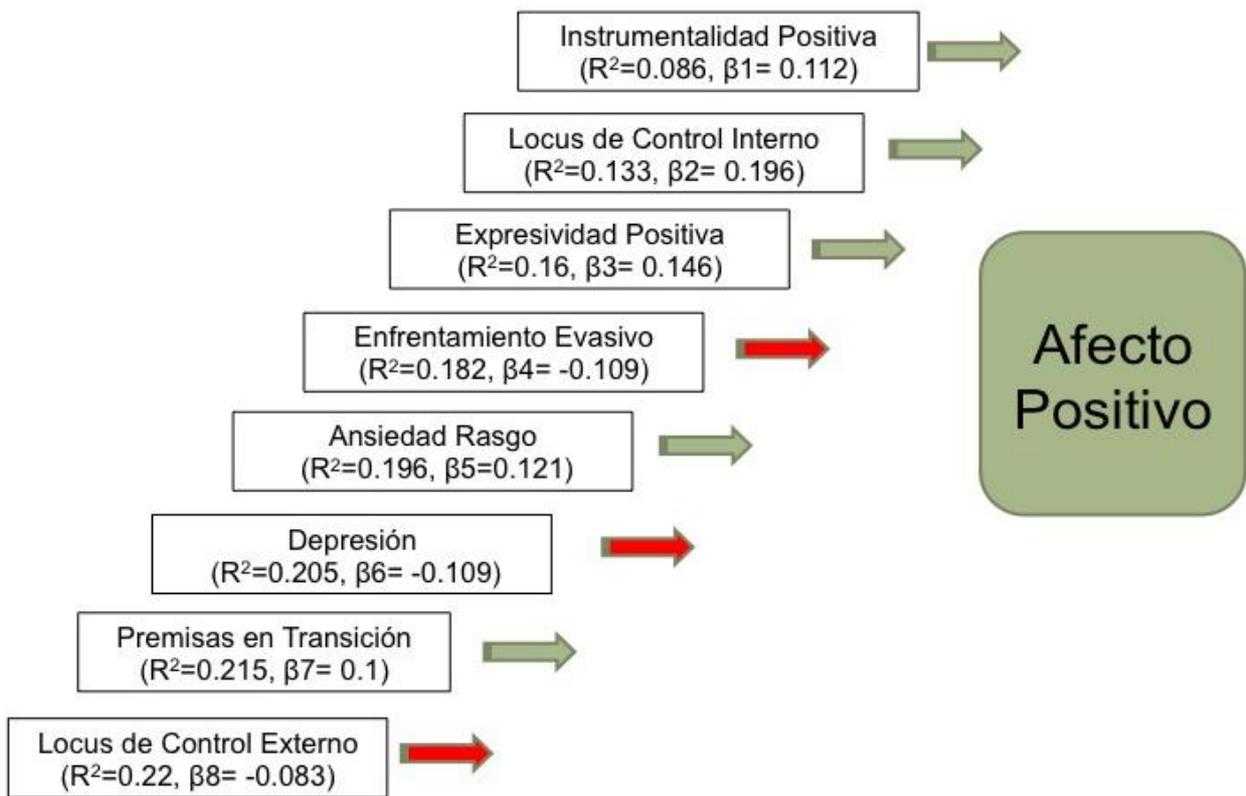


Figura 13. Modelo de regresión paso por paso para predecir Afecto Positivo

### Afecto negativo

Se llevó a cabo un análisis de regresión múltiple paso a paso siendo el *Afecto Negativo* la variable dependiente y *Premisas Tradicionales*, *Premisas en Transición*, *Instrumentalidad Positiva*, *Instrumentalidad Negativa*, *Expresividad Positiva*, *Expresividad Negativa*, *Locus de Control Interno*, *Locus de Control Externo*, *Enfrentamiento Directo*, *Enfrentamiento Evasivo*, *Autoestima Positiva*, *Autoestima Negativa*, *Ansiedad Rasgo*, *Ansiedad Estado* y *Depresión* las variables independientes. La Tabla 52 Muestra los coeficientes de regresión no estandarizados (B), los estandarizados ( $\beta$ ), los coeficientes de determinación ( $R^2$ ) y los intervalos de confianza.

En el primer paso del análisis, se incorporó en la ecuación la *Depresión* como predictor, explicando el 23.1% de la varianza,  $F(1, 741)=222.894$ ,  $p<0.001$ . En el segundo paso se incluyó en la ecuación la *Expresividad Negativa* como predictor, lo que explica el 31.5% de la varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.084$ ,  $F_{incrementada}(1, 740)=90.571$ ,  $p<0.001$ . Para el tercer paso, se incluyó la *Autoestima Negativa*, explicando el 34% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.025$ ,  $F_{incrementada}(1, 739)=27.727$ ,  $p<0.001$ . El cuarto paso incluyó el *Enfrentamiento Directo*, explicando el 35.1% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.012$ ,  $F_{incrementada}(1, 738)=13.25$ ,  $p<0.001$ . El quinto paso incluyó el *Enfrentamiento Evasivo*, explicando 35.9% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.008$ ,  $F_{incrementada}(1,737)=8.716$ ,  $p<0.01$ . El sexto paso incluyó las *Premisas en Transición*, explicando 36.7% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.007$ ,  $F_{incrementada}(1,736)=8.664$ ,  $p<0.01$ . Un séptimo paso incluyó el *Locus de Control Interno*, explicando un 37.3% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.006$ ,  $F_{incrementada}(1,735)=7.259$ ,  $p<0.01$ . Por último, un octavo paso incluyó la *Expresividad Positiva*, explicando 37.7% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.004$ ,  $F_{incrementada}(1,734)=4.671$ ,  $p<0.05$ .

Tabla 52

Resumen del análisis de regresión paso a paso para los predictores de Afecto Negativo

Variables	B	EE	$\beta$	Intervalo de Confianza	
				Mínimo	Máximo
1er Paso					
Depresión	0.029	0.003	0.327	0.023	0.035
2do Paso					
Expresividad Negativa	0.277	0.037	0.26	0.205	0.35
3er Paso					
Autoestima Negativa	0.076	0.016	0.148	0.046	0.107
4to Paso					
Enfrentamiento Directo	-0.131	0.037	-0.12	-0.203	-0.059
5to Paso					
Enfrentamiento Evasivo	0.074	0.026	0.087	0.023	0.124
6to Paso					
Premisas en Transición	0.32	0.108	0.089	0.109	0.531
7mo Paso					
Locus de Control Interno	0.094	0.032	0.09	0.031	0.157
8vo Paso					
Expresividad Positiva	-0.065	0.03	-0.072	-0.124	-0.006

Nota:  $R^2=0.231$  para el paso 1 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.315$  para el paso 2 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.34$  para el paso 3 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.351$  para el paso 4 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.359$  para el paso 5 ( $p<0.01$ ),  $R^2=0.361$  para el paso 6 ( $p<0.01$ ),  $R^2=0.373$  para el paso 7 ( $p<0.01$ ),  $R^2=0.377$  para el paso 8 ( $p<0.05$ ).

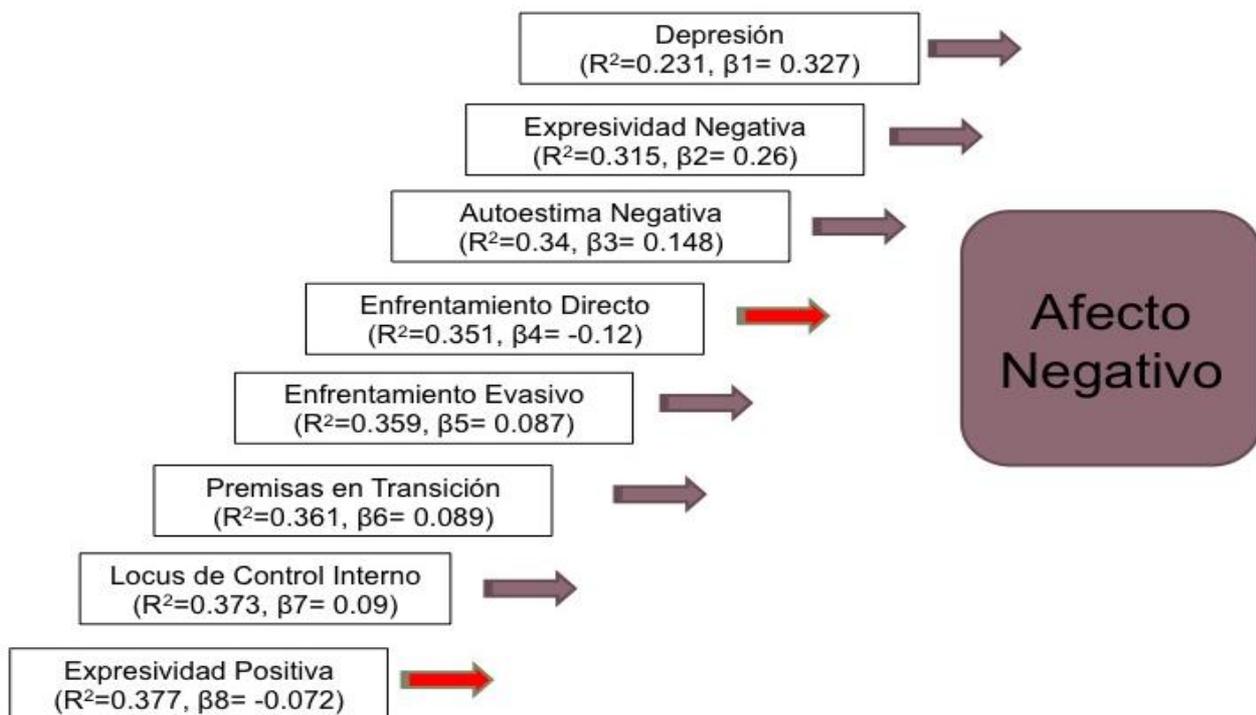


Figura14. Modelo de regresión paso por paso para predecir Afecto Negativo

### Satisfacción Global con la Vida

Se llevó a cabo un análisis de regresión múltiple paso a paso siendo la *Satisfacción Global con la Vida* la variable dependiente y *Premisas Tradicionales*, *Premisas en Transición*, *Instrumentalidad Positiva*, *Instrumentalidad Negativa*, *Expresividad Positiva*, *Expresividad Negativa*, *Locus de Control Interno*, *Locus de Control Externo*, *Enfrentamiento Directo*, *Enfrentamiento Evasivo*, *Autoestima Positiva*, *Autoestima Negativa*, *Ansiedad Rasgo*, *Ansiedad Estado* y *Depresión* las variables independientes. La Tabla 53 Muestra los coeficientes de regresión no estandarizados (B), los estandarizados ( $\beta$ ), los coeficientes de determinación ( $R^2$ ) y los intervalos de confianza.

En el primer paso del análisis, se incorporó en la ecuación el Enfrentamiento Directo como predictor, explicando el 19.6% de la varianza,  $F(1, 744)=181,912$ ,  $p<0.001$ . En el segundo paso se incluyó en la ecuación la Depresión como predictor, lo que explica el 25.3% de la varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.057$ ,  $F_{incrementada}(1, 743)=56.636$ ,  $p<0.001$ . Para el tercer paso, se incluyó la Expresividad Positiva, explicando el 26.7% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.014$ ,  $F_{incrementada}(1, 742)=14.28$ ,  $p<0.001$ . El cuarto paso incluyó las Premisas Tradicionales, explicando el 27.7% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.01$ ,  $F_{incrementada}(1, 741)=9.81$ ,  $p<0.01$ . El quinto paso incluyó la Ansiedad Rasgo, explicando 28.3% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.006$ ,  $F_{incrementada}(1,740)=6.246$ ,  $p<0.05$ . El sexto paso incluyó el Enfrentamiento Evasivo, explicando 28.7% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.004$ ,  $F_{incrementada}(1,739)=4.518$ ,  $p<0.05$ .

Tabla 53

Resumen del análisis de regresión paso a paso para los predictores de Satisfacción Global con la Vida

Variables	B	EE	$\beta$	Intervalo de Confianza	
				Mínimo	Máximo
1er Paso					
Enfrentamiento Directo	0.561	0.062	0.31	0.439	0.684
2do Paso					
Depresión	-0.033	0.005	-0.224	-0.043	-0.023
3er Paso					
Expresividad Positiva	0.153	0.049	0.101	0.056	0.25
4to Paso					
Premisas Tradicionales	-0.98	0.318	-0.1	-1.603	-0.356
5to Paso					
Ansiedad Rasgo	0.271	0.112	0.079	0.052	0.491
6to Paso					
Enfrentamiento Evasivo	-0.097	0.046	-0.069	-0.187	-0.007

Nota:  $R^2=0.196$  para el paso 1 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.253$  para el paso 2 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.267$  para el paso 3 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.273$  para el paso 4 ( $p<0.01$ ),  $R^2=0.283$  para el paso 5 ( $p<0.05$ ),  $R^2=0.282$  para el paso 6 ( $p<0.05$ ).

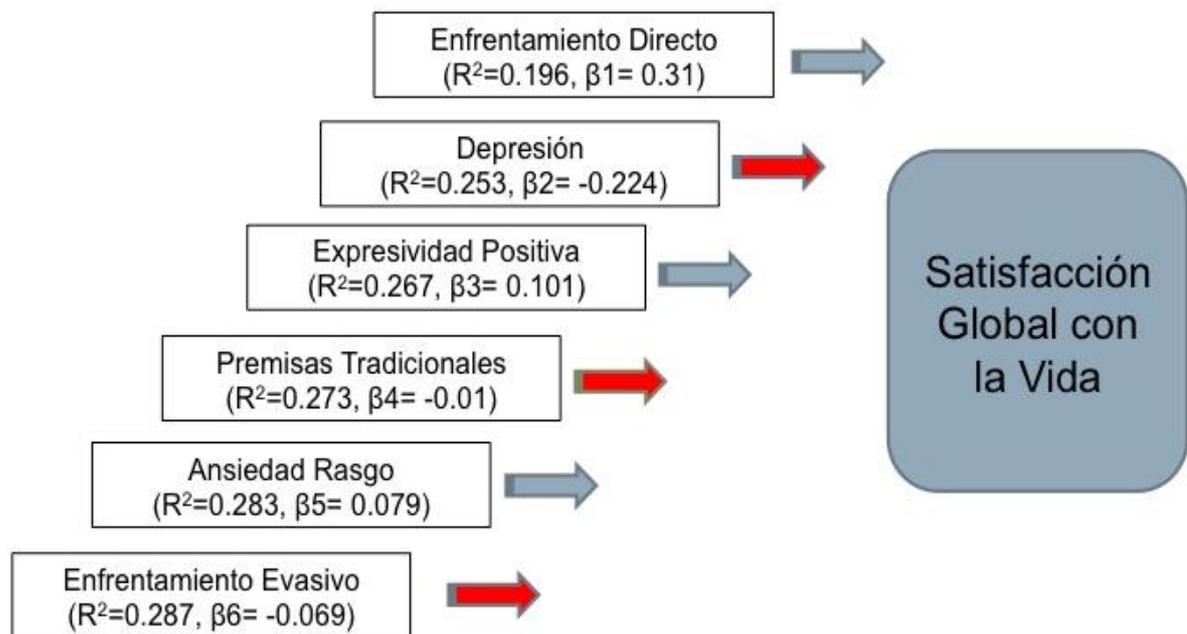


Figura 15. Modelo de regresión paso por paso para predecir Satisfacción Global con la Vida

## Satisfacción Personal

Se llevó a cabo un análisis de regresión múltiple paso a paso siendo la *Satisfacción Personal* la variable dependiente y *Premisas Tradicionales*, *Premisas en Transición*, *Instrumentalidad Positiva*, *Instrumentalidad Negativa*, *Expresividad Positiva*, *Expresividad Negativa*, *Locus de Control Interno*, *Locus de Control Externo*, *Enfrentamiento Directo*, *Enfrentamiento Evasivo*, *Autoestima Positiva*, *Autoestima Negativa*, *Ansiedad Rasgo*, *Ansiedad Estado* y *Depresión* las variables independientes. La Tabla 54 Muestra los coeficientes de regresión no estandarizados (B), los estandarizados ( $\beta$ ), los coeficientes de determinación ( $R^2$ ) y los intervalos de confianza.

En el primer paso del análisis, se incorporó en la ecuación la Depresión como predictor, explicando el 18.1% de la varianza,  $F(1, 743)=163.953$ ,  $p<0.001$ . En el segundo paso se incluyó en la ecuación el Enfrentamiento Directo como predictor, lo que explica el 27% de la varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.089$ ,  $F_{incrementada}(1, 742)=90.419$ ,  $p<0.001$ . Para el tercer paso, se incluyó la Ansiedad Rasgo, explicando el 32.2% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.053$ ,  $F_{incrementada}(1, 741)=57.423$ ,  $p<0.001$ . El cuarto paso incluyó la Expresividad Positiva, explicando el 33.3% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.011$ ,  $F_{incrementada}(1, 740)=11.821$ ,  $p<0.001$ . El quinto paso incluyó las Premisas en Transición, explicando 34% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.007$ ,  $F_{incrementada}(1,739)=7.927$ ,  $p<0.01$ . El sexto paso incluyó la Autoestima Positiva, explicando 34.5% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.005$ ,  $F_{incrementada}(1,738)=6.049$ ,  $p<0.05$ . Un séptimo paso incluyó la Expresividad Negativa, explicando un 35% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.005$ ,  $F_{incrementada}(1,737)=5.255$ ,  $p<0.05$ . Por último, un octavo paso incluyó el Locus de Control Interno, explicando 35.4% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.004$ ,  $F_{incrementada}(1,736)=4.313$ ,  $p<0.05$ .

Tabla 54

Resumen del análisis de regresión paso a paso para los predictores de Satisfacción Personal

Variables	B	EE	$\beta$	Intervalo de Confianza	
				Mínimo	Máximo
1er Paso					
Depresión	-0.043	0.005	-0.286	-0.053	-0.033
2do Paso					
Enfrentamiento Directo	0.377	0.064	0.203	0.251	0.503
3er Paso					
Ansiedad Rasgo	0.749	0.11	0.214	0.532	0.965
4to Paso					
Expresividad Positiva	0.197	0.053	0.128	0.094	0.301
5to Paso					
Premisas en Transición	-0.503	0.187	-0.082	-0.869	-0.137
6to Paso					
Autoestima Positiva	0.047	0.02	0.07	0.007	0.087
7mo Paso					
Expresividad Negativa	-0.136	0.062	-0.075	-0.258	-0.014
8vo Paso					
Locus de Control Interno	0.117	0.056	0.066	0.006	0.227

Nota:  $R^2=0.181$  para el paso 1 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.27$  para el paso 2 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.322$  para el paso 3 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.333$  para el paso 4 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.34$  para el paso 5 ( $p<0.05$ ),  $R^2=0.345$  para el paso 6 ( $p<0.05$ ),  $R^2=0.35$  para el paso 7 ( $p<0.05$ ),  $R^2=0.354$  para el paso 8 ( $p<0.05$ ).

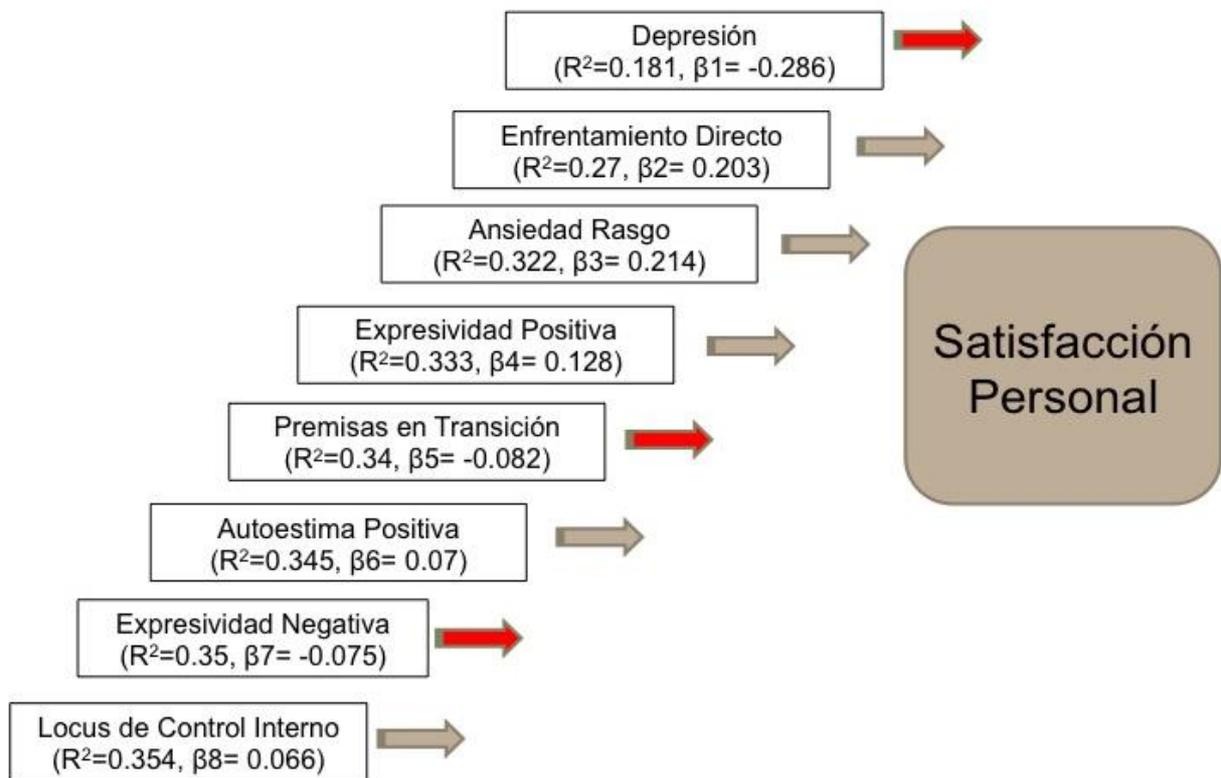


Figura 16. Modelo de regresión paso por paso para predecir Satisfacción Personal

### Satisfacción Hijos y Pareja

Se llevó a cabo un análisis de regresión múltiple paso a paso siendo la *Satisfacción con Hijos y Pareja* la variable dependiente y *Premisas Tradicionales*, *Premisas en Transición*, *Instrumentalidad Positiva*, *Instrumentalidad Negativa*, *Expresividad Positiva*, *Expresividad Negativa*, *Locus de Control Interno*, *Locus de Control Externo*, *Enfrentamiento Directo*, *Enfrentamiento Evasivo*, *Autoestima Positiva*, *Autoestima Negativa*, *Ansiedad Rasgo*, *Ansiedad Estado* y *Depresión* las variables independientes. La Tabla 55 Muestra los coeficientes de regresión no estandarizados (B), los estandarizados ( $\beta$ ), los coeficientes de determinación ( $R^2$ ) y los intervalos de confianza. Cabe señalar que por tratarse de condiciones muy particulares, para este análisis sólo fueron incluidas las personas que tuvieran una relación de pareja e hijos (uno o más).

En el primer paso del análisis, se incorporó en la ecuación la Depresión como predictor, explicando el 11.3% de la varianza,  $F(1, 382)=48.886$ ,  $p<0.001$ . En el segundo paso se incluyó en la ecuación la Ansiedad Rasgo como predictor, lo que explica el 21.4% de la varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.105$ ,  $F_{incrementada}(1, 381)=50.922$ ,  $p<0.001$ . Para el tercer paso, se incluyó la Expresividad Positiva, explicando el 25.4% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.036$ ,  $F_{incrementada}(1, 380)=18.474$ ,  $p<0.001$ . El cuarto paso incluyó la Instrumentalidad Positiva, explicando el 26.8% de varianza, observándose un incremento en  $R^2=0.014$ ,  $F_{incrementada}(1, 379)=7.265$ ,  $p<0.01$ .

Tabla 55

*Resumen del análisis de regresión paso a paso para los predictores de Satisfacción con Hijos y Pareja*

Variables	B	EE	$\beta$	Intervalo de Confianza	
				Mínimo	Máximo
1er Paso					
Depresión	-0.054	0.008	-0.308	-0.07	-0.039
2do Paso					
Ansiedad Rasgo	0.945	0.185	0.24	0.581	1.309
3er Paso					
Expresividad Positiva	0.254	0.088	0.144	0.08	0.428
4to Paso					
Instrumentalidad Positiva	0.304	0.113	0.139	0.082	0.526

Nota:  $R^2=0.113$  para el paso 1 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.218$  para el paso 2 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.254$  para el paso 3 ( $p<0.001$ ),  $R^2=0.268$  para el paso 4 ( $p<0.01$ ).

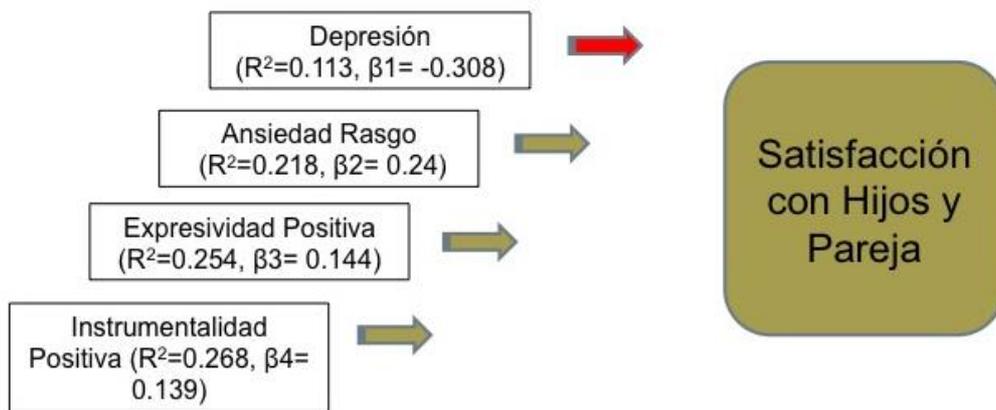


Figura 17. Modelo de regresión paso por paso para predecir Satisfacción con Hijos y Pareja

## Discusión

Para el caso del Afecto Positivo, la primer variable que lo predice es la Instrumentalidad Positiva, que se refiere a todas aquellas características vinculadas a la responsabilidad, competencia, desarrollo, satisfacción y progreso de los individuos. La segunda variable que predice es el Locus de Control Interno, referente a todas aquellas causas atribuibles al individuo como responsable de su bienestar. La tercera variable predictora es la Expresividad Positiva, es decir, rasgos relacionados a la afectividad, a la interacción social, el cuidado, la sensibilidad y el bienestar común. Una cuarta variable que predice es *no* presentar Enfrentamiento Evasivo, en otras palabras, *no* presentar habilidades que no resuelven de manera directa un problema. La quinta variable que predice Afecto Positivo es la Ansiedad Rasgo, la cual denota estilos o tendencias temperamentales a responder de la misma manera, sin importar la situación. La sexta variable que predice es *no* presentar Depresión, es decir, no sentirse triste, melancólico, infeliz o apático. La penúltima variable que predice Afecto Positivo son las Premisas en Transición, las cuales reflejan creencias asociadas al cambio cultural (o a la posibilidad de cambio). La octava y última variable que predice es *no* presentar Locus de Control Externo, es decir, *no* atribuir el bienestar personal a causas ajenas al individuo.

La primer variable que predice Afecto Negativo es la Depresión, estando presentes rasgos de tristeza, melancolía, infelicidad y apatía. La segunda variable que predice es la Expresividad Negativa, que se refiere a todas aquellas características que concentran la parte negativa de la emotividad, fomentando inmadurez, debilidad e inestabilidad emocional, abnegación y sumisión. La tercera variable que predice es la Autoestima Negativa, que contiene rasgos socialmente indeseables que infra-valoran al individuo. La cuarta variable que predice es *no* presentar Enfrentamiento Directo, es decir *no* presentar habilidades que resuelvan o hagan frente a un problema. La siguiente variable que predice es el Enfrentamiento Evasivo, que son habilidades que no resuelven de manera directa un problema. La sexta variable que predice son las Premisas en Transición, es decir, creencias asociadas al cambio cultural. La séptima variable que predice es el Locus de Control Interno, es decir causas atribuibles al individuo como responsable de su bienestar. La octava variable que predice es *no* presentar Expresividad Positiva, es decir *no* presentar rasgos afectivos, de interacción, cuidado y sensibilidad.

Por otro lado, la primer variable que predice la Satisfacción Global con la Vida es el Enfrentamiento Directo, es decir, habilidades que resuelven y hacen frente a un problema. La segunda variable que predice es *no* presentar

Depresión, estando ausentes rasgos de tristeza, melancolía, infelicidad y apatía. La tercera variable predictora es la Expresividad Positiva, que contiene rasgos de afecto, interacción, cuidado y sensibilidad. El siguiente predictor es *no* presentar Premisas Tradicionales, es decir *no* presentar creencias tradicionales rígidas ya establecidas. La quinta variable que predice es la Ansiedad Rasgo, que denota estilos o tendencias relativamente permanentes de responder ante diferentes situaciones. Por último, la sexta variable que predice Satisfacción Global con la Vida es *no* presentar Enfrentamiento Evasivo, es decir, *no* poseer un estilo de enfrentamiento que evade los problemas, evitando problemas o escapando de éstos.

Para la Satisfacción Personal, la primera variable que predice es *no* presentar Depresión, es decir, *no* presentar rasgos de tristeza, melancolía, infelicidad y apatía. La segunda variable que predice es el Enfrentamiento Directo, es decir, habilidades que resuelven y hacen frente a un problema. La tercera variable que predice es la Ansiedad Rasgo, la cual hace referencia a estilos relativamente permanentes de responder ante diferentes situaciones. La cuarta variable que predice es la Expresividad Positiva, que contiene rasgos de afecto, interacción, cuidado y sensibilidad. La quinta variable que predice es *no* presentar Premisas en Transición, es decir, *no* presentar creencias asociadas al cambio cultural. La sexta variable que predice es la Autoestima Positiva, que se refiere al conjunto de rasgos deseables que reflejan una valoración individual favorable. La séptima variable que predice es *no* presentar Expresividad Negativa, es decir, *no* presentar características que concentran la parte negativa de la emotividad, fomentando inmadurez, debilidad e inestabilidad emocional, abnegación y sumisión. Por último, la octava variable que predice es el Locus de Control Interno, es decir, causas atribuibles al individuo como responsable de su bienestar.

Por último, para la Satisfacción con Hijos y Pareja, la primera variable que predice es *no* presentar Depresión, es decir, *no* presentar rasgos de tristeza, melancolía, infelicidad y apatía. La segunda variable que predice es la Ansiedad Rasgo, la cual hace referencia a estilos relativamente permanentes de responder ante diferentes situaciones. La siguiente variable que predices es la Expresividad Positiva, que contiene rasgos de afecto, interacción, cuidado y sensibilidad. Por último, la cuarta variable que predice es la Instrumentalidad Positiva, que se refiere a todas aquellas características vinculadas a la responsabilidad, competencia, desarrollo, satisfacción y progreso de los individuos.

Tov y Diener (2009) postulan que la cultura puede influir en lo que causa o se correlaciona con los componentes del bienestar subjetivo. Uno de los

hallazgos más recientes de estos autores es que las culturas difieren en la importancia que le dan hacia la persona y hacia las relaciones sociales, lo que eventualmente predice niveles de bienestar. Estos hallazgos, según los autores, pueden explicarse en parte por variaciones culturales en cuanto a la construcción de una identidad propia (Suh, Diener, & Updegraff, 2008) o a los valores culturales (Oishi, Diener, Lucas, & Suh, 1999).

En este estudio, el papel de la cultura juega un papel importante. Particularmente en las Premisas en Transición, parece ser que éstas muestran una tendencia a predecir buenos niveles de bienestar. Estudios como el de Tam, Lau y Jiang (2012) mencionan que el establecimiento de nuevos patrones culturales, algo a lo que ellos se refieren como “tendencias biculturales”, proveen de un marco referencial dinámico que dota a las personas de mejores estrategias adaptativas, mostrando mayores niveles de afecto y satisfacción.

De acuerdo a algunos autores (p.ej. Keltner & Haidt, 1999; Tomkins, 1962, 1963) la cultura crea normas que dictan la regulación de emoción y son motivadores primarios de la conducta. Estas normas son expectativas de conductas, pensamientos y sentimientos que derivan de significados asociados adscritos a contextos, relaciones y eventos. Este rango de “conductas permitidas” permite a las personas funcionar de manera efectiva. Así, una perspectiva cultural *en transición* (bicultural) permitiría mayor flexibilidad emocional, cognitiva y conductual, lo que haría posible que las personas enfrenten con mejores herramientas y habilidades los mandatos culturales y sus respectivas sanciones (causadas por la desviación cultural). En palabras de Matsumoto y Hwang (2012), las personas serían así capaces de negociar y balancear la complejidad cultural humana.

Investigaciones como las de Díaz Loving et al. (2012), Pozos (2012), Riquelme (2013) y Velasco, Rivera, García y Arita (2014) hablan de cómo el cambio cultural juega en dos sentidos. La transición cultural juega a favor y en contra de las personas debido al choque de ideas asociadas a la tradición cultural e ideas contra-culturales. El choque cultural entre el querer ser y el deber ser depende de la temporalidad y momento espacial de las premisas culturales, y es cada individuo el que maneja de manera eficaz o no las normas culturales (Díaz Loving, 2011; Flores Galaz, 2011; García Campos, 2011). Por lo tanto, para entender por completo el efecto de la cultura sobre el afecto y niveles de satisfacción de las personas valdría la pena considerar futuros análisis por sexo, edad, escolaridad, estado civil, entre otras variables sociodemográficas.

Otras investigaciones (Diener, Scollon, & Lucas, 2003; Gottman & Notarius, 2002) han indicado que uno de los componentes básicos del bienestar es la interacción social, tanto en términos de su efecto sobre bienestar físico como en términos de bienestar psicológico. En el caso de la relación de pareja, las investigaciones han demostrado que la resolución positiva del conflicto es fundamental para la calidad marital y estabilidad (Bodenmann, 2001).

Dentro de la investigación hecha sobre relaciones de pareja y familia, se ha visto que el conflicto y bajos niveles de satisfacción están asociados a conductas caracterizadas por críticas, quejas, y demandas por parte de la pareja, así como confrontaciones directas y evasión (Christensen & Heavey, 1990; Eldridge, Sevier, Jones, Atkins, & Christensen, 2007). Uebelacker, Courtnage y Whisman (2003) encontraron una correlación directa entre este patrón de comportamiento y el afecto negativo; mientras que Denton et al. (2001) encontraron adicionalmente que dicho patrón está correlacionado con respuestas vinculadas a altos niveles de estrés. Todo lo anterior es congruente con Christensen & Heavey (1990), quienes desde hace tiempo encontraban más estos patrones de conducta en parejas no satisfechas.

Klinetob y Smith (1996) han mencionado que las parejas sanas son las que demuestran mayor flexibilidad en su comunicación. Investigaciones como la de Siffert y Schwarz (2012) indican cómo las mujeres cuyo comportamiento se vincula más hacia el conflicto, el alejamiento, la violencia, privación de autonomía, crítica, ataques de culpa, entre otras, está vinculado con menores niveles de satisfacción en hombres. Para el caso de los hombres, los autores encontraron que el mismo patrón de conductas, predice menores niveles de satisfacción en mujeres.

Estos hallazgos son congruentes con otros hallazgos (Díaz Loving et al., 2007, 2012), los cuales mencionan, desde la perspectiva de género, cómo rasgos como el ejercicio de dominio, control excesivo, agresividad, rudeza, manipulación, falta de flexibilidad, desinterés, entre otros, están asociados con bajos niveles de salud mental (p.ej. depresión). Por el contrario, rasgos instrumentales (masculinos) positivos como la responsabilidad, competencia, orden, precaución y respeto, junto con rasgos expresivos (femeninos) positivos como el cariño, comunicación efectiva, el cuidado, y la comprensión están asociados con niveles favorables de salud mental, cuyos indicadores pueden figurar como niveles de satisfacción o afecto positivo (Seligowski et al., 2012).

Estudios como los de Elavsky et al. (2005) y Ruthig et al. (2007) han demostrado que cierto grado de control percibido y autoeficacia están

vinculados fuertemente con buenos niveles de calidad de vida y de bienestar. También, estudios como los de Kuo y Kwantes (2014) y Whitehead y Bergeman (2011) han demostrado que altos niveles de estrés y afecto negativo están directamente asociados con estrategias de enfrentamiento vinculadas a la emoción o evasivas, mientras que estrategias menos emocionales, más directas y proactivas de enfrentamiento están asociadas con niveles favorables de afecto positivo, niveles bajos de ansiedad y niveles elevados de satisfacción.

Autores como Sanjuán y Magallares (2013) y Mezulis et al. (2004) mencionan que la mayoría de los individuos presentan una tendencia a explicar situaciones positivas a través de causas atribuibles a ellos mismos, es decir, causas internas (proveniente de ellos), estables (la causa permanecerá en un futuro), y globales (la consecuencia favorable se verá reflejada en más de una dimensión); por el contrario, situaciones desfavorables serán atribuidas a causas externas (otra persona o una situación ajena a la persona), inestables (las causas de las situaciones adversas no se repetirán en el futuro) y específicas (las causas de situaciones adversas sólo suceden en contextos específicos). A esta teoría se le llama Sesgo de Atribución (*Self Serving Attributional Bias*, SSAB, por sus siglas en inglés).

Congruente con lo anterior, autores como Baumeister (1998), Taylor y Brown (1988), y Campbell y Sedikies (1999) refieren que este marco referencial muestra a los individuos como auto-eficaces, motivados, con buenos niveles de autoestima y que todas éstas son predictores de niveles de bienestar. En resumen, este sesgo está asociado de manera directa con el bienestar.

En cuanto a la capacidad predictiva de la atribución, Sanjuán y Magallares (2013) probaron que estrategias evitantes de enfrentamiento están asociadas con bajos niveles de bienestar (en términos afectivos y de satisfacción), congruente también con hallazgos de Folkman y Moskowitz (2000), Litman y Lunsford (2009) y Stanton et al. (2007). Para todos estos autores, el SSAB actúa como moderador o filtro con el cual las personas tratan de resolver problemas de manera *saludable*, atribuyendo éxitos o consecuencias favorables a su propia persona, protegiendo así su autoestima y estructura cognitiva/afectiva, reduciendo además sus niveles de ansiedad y depresión, sobretodo en situaciones en las que se tiene poco control, maximizando (o tratando de maximizar) los niveles de bienestar y de autoestima.

Singh y Mansi (2009) menciona que personas con locus de control interno muestran mejores niveles de bienestar. Personas con esta orientación muestran mayor control sobre su conducta, y son más activos en la búsqueda

de información y conocimiento. También, obtienen mayor beneficio del apoyo social, presentan mejores niveles de salud mental y mayor recuperación de salud física, así como menores niveles de depresión e incapacidad aprendida. Sin embargo, demasiada responsabilidad auto-atribuida tiende también a jugar en contra: personas con un locus interno muestran en algunos casos mayores niveles de ansiedad, depresión y culpa cuando las cosas no salen como quieren y se vuelven un fracaso o desilusión.

El autoconcepto y la autoestima son estructuras dinámicas que se desarrollan durante la niñez y hasta la edad adulta. Durante el proceso de desarrollo, el autoconcepto y la autoestima se ven influenciados por la cercanía con los padres y el afecto que éstos demuestran, por los pares que muestran aprobación o rechazo, por el contexto escolar en el que se viven éxitos y fracasos, etc. Por ende, el autoconcepto y la autoestima pueden afectar la salud física y mental de un individuo, sus relaciones con otros, éxitos académicos, la elección de carrera, etc.

Estudios como el de Palomar (2004) han encontrado que una baja autoestima (una autoevaluación desfavorable) implica generalmente tendencias depresivas y eventualmente llevan a bajos niveles de bienestar. Es tanto el efecto que tiene la autoestima sobre el bienestar, que de acuerdo a Karatas y Tagay (2012) ésta es una de las variables que más efecto tienen sobre el bienestar. Así, opiniones favorables y apreciaciones positivas sobre uno mismo tienden a aumentar el bienestar. Investigaciones como las de Ayyash-Abdo y Alamuddin (2007), Bosson et al. (2000), Schimmack y Diener (2003) han llegado incluso a la conclusión de que la autoestima predice significativamente los niveles de afecto y satisfacción.

Galinha y Pais-Ribeiro (2011) utilizaron análisis de regresión para predecir el bienestar y hallaron, entre otras cosas, que la ansiedad *rasgo* y la depresión (ambas como parte de un indicador global) predicen niveles de Satisfacción con la Vida (como un todo global), niveles de Satisfacción en diferentes dominios y ambos tipos de afecto (positivo y negativo). Para el caso de la depresión, cabe aclarar que la predicción fue negativa en el caso de los niveles de satisfacción y afecto positivo, mientras que para el caso del afecto negativo la predicción fue positiva. Por su parte, la ansiedad fue predictor positivo en el caso de niveles de satisfacción y afecto positivo.

Los hallazgos de este estudio son congruentes con los de Galinha y Pais-Ribeiro (2011), Veenhoven (1996) y Sirgy (2002). Todos estos autores están de acuerdo en que los componentes de bienestar involucran procesos afectivos y cognitivos que pueden estar afectados por situaciones como la

comparación de estándares, niveles de afecto, logros obtenidos, entre otros. Para el caso de la depresión, Cummins, Gullone y Lau (2002) así como Diener y Seligman (2002) sugieren que ésta resulta un predictor importante del bienestar porque esencialmente su ausencia denota la existencia de afecto positivo y satisfacción. Así, la *presencia* de afecto positivo y de satisfacción implica la *ausencia* de depresión y viceversa. Para el caso del afecto negativo, la presencia de éste implica la *presencia* de depresión.

***Niveles de Bienestar Subjetivo***

A continuación se presentan los valores de medidas de tendencia central y de dispersión de los factores de primer orden del Bienestar Subjetivo. Cabe recordar que para fines de este trabajo se trabajó con 4 dimensiones del BS (Afecto positivo, Afecto negativo, Satisfacción Global con la vida y Satisfacción con la vida por áreas) y que el continuo de respuesta fue el siguiente para cada una de las secciones: 1 (Completamente en Desacuerdo) – 7 (Completamente de Acuerdo) para Satisfacción Global con la Vida; 1 (Nada Satisfecho) – 7 (Muy Satisfecho); y, 1 (Nunca) – 5 (Siempre) para Afecto Positivo y Negativo. Puede observarse que la gente se siente satisfecha y presenta mayores niveles de afecto positivo que negativo.

Tabla 56

*Valores descriptivos de los factores de primer orden de Satisfacción Global con la Vida y Satisfacción por áreas*

	Satisfacción Global	Satisfacción por Áreas			
		Armonía		Autorrealización	Amigos
		Familia	Personal		
Media	5.4	5.8	5.7	5.6	5.6
Mediana	5.6	6.2	6.0	5.8	6.0
Moda	6.0	7.0	7.0	7.0	7.0
D.E.	1.1	1.4	1.3	1.3	1.4
Valor mínimo	1	1	1	1	1
Valor máximo	7	7	7	7	7

Tabla 57

*Valores descriptivos de los factores de primer orden de Satisfacción Global con la Vida y Satisfacción por áreas (continuación)*

	Educación	Satisfacción por Áreas			
		Relación de pareja	Compañeros de Trabajo	Economía Personal	Hijos
Media	5.3	5.2	5.2	5.0	4.3
Mediana	5.8	6.0	5.5	5.3	5.3
Moda	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0
D.E.	1.5	2.0	1.6	1.6	2.7
Valor mínimo	1	1	1	1	1
Valor máximo	7	7	7	7	7

Tabla 58

*Valores descriptivos de los factores de primer orden de Afecto positivo y negativo*

	Afecto Positivo			Afecto Negativo			
	Tranquilidad	Miedo	Decepción	Rabia	Culpa	Apatía	Fatalismo
Media	3.3	2.2	2.1	2.1	2.1	2.1	1.8
Mediana	3.5	2.0	2.1	2.0	2.0	2.0	1.8
Moda	3.7	2.0	1.0	1.0	2.0	2.3	1.0
D.E.	0.8	0.8	0.8	0.7	0.9	0.8	0.8
Valor mínimo	1	1	1	1	1	1	1
Valor máximo	5	5	5	5	5	5	5

Así como se presentaron los valores descriptivos de los factores de primer orden, y debido a que los últimos análisis de este trabajo consideran factores de segundo orden, la siguiente tabla presenta valores de tendencia central y de dispersión de los factores de segundo orden del Bienestar Subjetivo. Se puede observar que los mexicanos presentan buenos niveles de satisfacción, niveles aceptables de afecto positivo y niveles deseables, bajos, de afecto negativo.

Tabla 59

*Valores descriptivos de factores de segundo orden de Bienestar Subjetivo*

	Sat. Personal	Hijos y Pareja	Sat. Global	A. Negativo	A. Positivo
Media	5.4	4.8	5.4	2.1	3.3
Mediana	5.7	5.1	5.6	2.0	3.5
Moda	7.0	7.0	6.0	1.0	3.7
D.E.	1.2	1.9	1.1	0.7	0.8
Valor mínimo	1	1	1	1	1
Valor máximo	7	7	7	5	5

Nota: "Satisfacción Personal" incluye los factores de primer orden de Autorrealización, Amigos, Educación, Armonía Personal, Economía Personal, Compañeros de Trabajo y Familia; "Hijos y Pareja" incluye los factores de primer orden de Hijos y Relación de Pareja; "Afecto Negativo" considera los factores de primer orden de Decepción, Rabia, Miedo, Culpa, Fatalismo y Apatía; "Afecto Positivo" considera el factor de primer orden de Tranquilidad.

Los resultados obtenidos en este estudio son directamente comparables con los del Bienestar Auto-Reportado del INEGI y los del Ranking de Felicidad en México. Dividiendo ambos continuos de respuesta (el propio/el del Ranking

de Felicidad<sup>4</sup> y el del BIARE), los puntajes del BIARE se ubican en el límite del tercer y cuarto cuartil cuando se trata de bienestar, satisfacción y felicidad (puntajes aproximados entre 7 y 8.5), lo que indica niveles moderados de estas variables, excepto para la situación económica, cuyos valores disminuyen un poco (6.5), aunque se ubica en el límite de lo poco satisfecho-moderadamente satisfecho. Para el enojo y tristeza, los puntajes se ubican en el límite del primer y segundo cuartil, indicando la poca presencia de estos fenómenos en la muestra mexicana. Los resultados obtenidos en este estudio también ubican al puntaje de Satisfacción Global y los puntajes de Satisfacción por Áreas en el límite del tercer y cuarto cuartil (valores entre 5 y 6), excepto para Satisfacción con los Hijos, que se ubica más cercano al 4, que corresponde a la media teórica que funciona como punto neutral del continuo de respuesta. Estos últimos valores son directamente equivalentes a los del Ranking de Felicidad en México, cuyos valores son muy similares y se ubican en el mismo límite de cuartiles para el caso de los municipios con mayores niveles de satisfacción/bienestar; para el caso de los municipios menos satisfechos, los valores se ubican en el tercer cuartil, muy cercanos a 5. En resumen, en términos de satisfacción, los tres estudios (INEGI, Ranking de Felicidad, el propio) reportan que los mexicanos están satisfechos; más precisamente, en el límite de lo moderado y lo muy satisfecho.

Para el caso de estados afectivos, los resultados del BIARE presentan datos un poco superiores a los obtenidos en este trabajo. Los propios se ubican en el tercer quintil del continuo de respuesta (valores cercanos al 3) mientras que observando los del INEGI se observan en el cuarto quintil (valores cercanos al 7), cuando se trata de Afecto Positivo; al hablar de Afecto Negativo, los valores propios se ubican en el segundo quintil, mientras que los reportados por el INEGI se ubican en el primero. En pocas palabras, la muestra utilizada por el INEGI presenta un poco más de afecto positivo y un poco menos de afecto negativo.

---

<sup>4</sup> El continuo de respuesta para este trabajo y para el Ranking de Felicidad fue de 1 a 7 para el caso de satisfacción; el del INEGI fue de 0 a 10.

### ***Discusión Final***

La primera fase de este trabajo consistió en hacer la conceptualización teórico-empírica del bienestar subjetivo en una muestra de hombres y mujeres mexicanos. De acuerdo a algunos investigadores (Lu, 1999), términos como “Satisfacción”, “Bienestar” y “Felicidad” son muchas veces utilizados como sinónimos, lo que se presta a confusión conceptual, sobretodo porque según muchos autores (p.e. Diener, 2005, 2009) la distinción entre cada término puede ser clara.

Así, a partir de las redes semánticas y las preguntas abiertas, se buscó obtener una conceptualización clara del Bienestar Subjetivo que pudiera servir como base para este trabajo. A grandes rasgos, mediante el uso de las redes semánticas se encontró que la mejor definidora de “Bienestar” fue “Felicidad”; y mediante el uso de preguntas abiertas, lo que mejor define el bienestar son respuestas alrededor de “sentirse bien, estar satisfecho y ver el lado bueno de las cosas”. Cabe recordar que para el caso de las preguntas abiertas un análisis posterior mostró la multi-dimensionalidad del fenómeno. Comparando las definidoras obtenidas de este trabajo con el Ranking de Felicidad en México (Gómez, 2012), se observan coincidencias en el contenido de las definidoras. Palabras como amor, alegría, salud, tranquilidad, bienestar y satisfacción aparecen en el Ranking de Felicidad y en este trabajo. Una diferencia y aportación importante que presenta el trabajo realizado en esta tesis radica en las ventajas que ofrece la técnica de redes semánticas. El Ranking de Felicidad solamente indica los porcentajes con los cuales la muestra encuestada menciona las palabras, mas no indica la jerarquía de las mismas. El trabajo aquí expuesto (Fase 1.A) divide la muestra utilizada en cinco grupos de edad para profundizar el análisis de información y, aunque no se incluye mas que el núcleo de red para cada grupo, se tiene la certeza de que la estructura *semántica* presenta cierta jerarquización en la utilización de las definidoras. Si bien el contenido es similar en diferentes investigaciones, hay palabras que pueden servir a futuro como mejor referencia en la conceptualización del fenómeno.

Durante esta primera fase se encontró que la estructura cognoscitiva de los mexicanos contiene dos de las tres dimensiones mencionadas por la literatura (Diener, 2005, 2009). En un primer acercamiento, los mexicanos no mencionan de primera intención nada relacionado con el componente afectivo negativo del bienestar, probablemente porque, tal como el nombre lo indica, se trata de *sentirse bien*. Para Veenhoven (1994), el afecto positivo puede obviar la parte afectiva negativa, aunque según la literatura (Diener, 1984, 2009; Diener et al., 1991; Kozma & Stones, 1983), deberían evaluarse *ambas* dimensiones y no obviar ninguna.

A partir de los resultados de la primera conceptualización del bienestar, se decidió construir una escala de bienestar subjetivo para una muestra de hombres y mujeres mexicanos. Algunas de las principales características de este instrumento fueron: la evaluación de la frecuencia de los estados emocionales (, la inclusión de mediciones positivas y negativas (que corresponde a dos terceras partes de la definición conceptual del bienestar), la incorporación de indicadores que a pesar de ser extranjeros (Escala de Satisfacción con la Vida de Diener et al., 1985) han sido probados y validados en México con buenos indicadores, la multi-dimensionalidad del fenómeno obtenida de los primeros resultados, la inclusión de un indicador global de satisfacción con la vida y el desglose de varios indicadores específicos de satisfacción por dominios, lo cual constituyó el tercer componente (satisfacción) del bienestar. Cabe mencionar que a pesar de que el indicador global se trabajó como un indicador de Satisfacción, éste incluyó un reactivo sobre felicidad, uno sobre bienestar y otro de satisfacción, tratando de obtener puntajes diferenciales (aunque similares, dada la relativa sinonimia) para cada concepto, funcionando así como un indicador más sensible.

La escala demostró tener buenas propiedades psicométricas en cada una de sus áreas, haciéndola válida y confiable para una muestra mexicana. A grandes rasgos, la escala muestra la importancia de evaluar el bienestar a partir de la *presencia* del afecto positivo y la *ausencia* del afecto negativo como dimensiones complementarias, además de los indicadores de satisfacción. Así, un indicador completo que refleje bienestar subjetivo en sus diferentes expresiones debería incluir mostrar un frecuente afecto positivo, un infrecuente afecto negativo, altos niveles de satisfacción en diferentes áreas y altos niveles de satisfacción en la vida como un todo (Fase 1.B).

Para la segunda parte de este trabajo, el primer esfuerzo fue construir una escala de Locus de Control-Bienestar Subjetivo. Diener (2009) plantea como punto importante dentro del estudio del BS la evaluación de las causas, motivos, factores o elementos que provocan el bienestar de las personas. La literatura se ha polarizado hacia dos opciones (causas internas, propias del individuo o causas ajenas, externas al individuo) y mucho se ha hecho tratando de vincular cada opción hacia ciertas variables. El trabajo hecho aquí fue una nueva aproximación al vínculo locus de control-bienestar subjetivo, tratando de evaluar directamente las razones del bienestar más que correlacionando una medida de locus de control “pura” con una de bienestar subjetivo. Se trató de una medida explícita de *causas* del bienestar (Fase 2.A).

Resulta interesante que los factores obtenidos son similares a los de otras investigaciones y son multi-situacionales; sin embargo, sí logran agruparse

dentro de dos grandes rubros que corresponden a lo propuesto por Rotter (1966). Parte de la propuesta de la Psicología Positiva (Seligman, 2011) es la de promover estados de felicidad y bienestar en las personas, para lo cual primero hay que identificar “áreas de oportunidad” de las personas. Sabiendo con relativa precisión qué factores identifica la persona como detonantes o causantes de su bienestar, es relativamente lógico pensar que pudieran diseñarse a futuro estrategias para fomentar el bienestar de las personas. En palabras de Seligman y Csikszentmihalyi (2000), los esfuerzos en torno al bienestar, felicidad y satisfacción deben comprender y fomentar los factores que permiten a las personas, a las comunidades y sociedades prosperar.

Con una base sólida conceptual y operacional, lo siguiente fue encontrar la relación entre las variables del estudio. Inicialmente con factores de primer orden (Fase 2.B) y posteriormente con factores de segundo orden (Fase 2.C) se fue delimitando un perfil que podía ir sugiriendo el modelo final. La reducción de factores se debió a la necesidad de eliminar efectos de multicolinealidad, facilitando así la lectura de los datos. A grandes rasgos, todas las variables del estudio presentaron correlaciones estadísticamente significativas con los factores de Bienestar Subjetivo, aunque con pequeñas variaciones entre hombres y mujeres (Fase 2.C).

Respecto al objetivo general de este trabajo, poner a prueba un modelo teórico que prediga niveles de bienestar vale la pena mencionar algunas cuestiones.

Bajo la perspectiva de que la mayor parte del conocimiento que existe sobre Bienestar Subjetivo proviene de datos obtenidos en países occidentales, lo cual incluye propuestas para su medición, conceptualización e interpretación, el esfuerzo de muchos estudios en México ha sido el definir, explorar, describir, medir e interpretar el bienestar subjetivo dentro de la cultura mexicana, con un enfoque etnopsicológico. En palabras de Anguas (2005), no hacer solamente comparaciones transculturales sino intraculturales.

Así, cuando se revisan estudios en torno al bienestar subjetivo en México se parte de dicho enfoque, algunos incluso parten del supuesto de que existen y prevalecen las premisas socio-culturales que enfatizan las relaciones interpersonales, que hablan de filosofía de vida activa/pasiva, y donde los grupos de referencia son muchas veces más valorados e importantes que el individuo (Díaz-Guerrero, 1967; Anguas, 2005). Para este trabajo, el modelo de Díaz Guerrero fue tomado como punto de partida para la predicción/explicación del bienestar subjetivo de una muestra mexicana.

El modelo a comprobar se planteó congruente a la postura de Díaz Guerrero: con la cultura como *base* fundamental que permite el desarrollo de normas,

personalidad, valores, creencias, evaluaciones, estilos de convivencia, etc. A partir de ello, considerando que la cultura dicta normas y premisas de comportamiento, se supuso que determinaría ciertos rasgos de género en las personas y que éstos, a su vez, determinarían entonces un sistema de variables de personalidad (locus de control, enfrentamiento) y un par de indicadores evaluativos (salud mental, compuesto por ansiedad y depresión, y autoestima como componente auto-evaluativo) que eventualmente podrían predecir niveles de evaluaciones cognoscitivas y afectivas.

Como tal, el modelo propuesto no se cumplió; las variables del estudio no se acomodaron como originalmente se propusieron. Esto puede deberse a que el modelo propuesto planteaba variables globales, que conceptualmente hacen referencia a un fenómeno. Si se toma en cuenta que cada variable se subdividía en varios componentes, y que algunos de éstos podían contraponerse a otros, es lógico pensar que la acomodación de las variables pudiera ser distinta. Aún así, sólo mediante el desglose de los componentes de cada variable el análisis hacia dentro de cada una de éstas permite entender las relaciones concretas que se tienen con el bienestar subjetivo y cada uno de sus componentes; sólo así es posible entender qué aspectos concretos son los que relacionan, marcan diferencia y eventualmente son capaces de predecir niveles de bienestar en los mexicanos.

El modelo de Díaz Guerrero (1972) originalmente se planteó como una explicación tentativa de la conducta humana. A continuación se presenta un intento por empatar los conceptos y nociones básicas con los principales resultados de este estudio.

Como procesos culturales, la endoculturación y la socialización son directamente responsables de delimitar conductas, normas, creencias y patrones de interacción “típicas” que un individuo hace propias y que en la medida que exprese o no, mostrará variaciones en sus niveles de bienestar.

Los niveles de felicidad, bienestar y satisfacción reportados por el INEGI, utilizando una muestra de hombres y mujeres mexicanos de todo el país, son similares a los niveles obtenidos en este estudio. La muestra del INEGI (2015) es más grande y mucho más representativa que la de cualquier otro estudio hecho en México. Triandis, Bontempo, Leung y Hui (1990) plantean un nivel cultural (región geográfica), un nivel demográfico (características sociodemográficas), y un nivel individual como estratos en los cuales puede vivirse la cultura y todo lo que ésta implica, lo que de primera intención haría pensar que los niveles de felicidad, bienestar y satisfacción deberían ser distintos en diferentes zonas geográficas; sin embargo, no es así. A grandes rasgos, los promedios son similares considerando una muestra grande de todo el país y una muestra notablemente más pequeña de la Ciudad de

México. Esto hace pensar que hay por lo menos rasgos comunes en todas las personas que eventualmente expresan niveles similares de las variables ya mencionadas.

Si el motor fundamental del comportamiento humano es la cultura, debería considerarse también el proceso de aculturación (Berry, 1980; Velasco, 2010). Retomamos la estratificación apenas mencionada de Triandis et al. (1990), tenemos que todos los individuos dentro de una misma nación o cultura difieren en el grado en que internalizan dicha cultura, lo cual, sumado a la postura de Chirkov et al. (2005) quienes mencionan que las fronteras culturales hoy en día se debilitan cada vez más, es lógico pensar que dentro de cada individuo se presenta un choque entre culturas. Este proceso de aculturación puede resultar en individuos biculturales o multiculturales (Arnett, 2002) en los que convergen diferentes culturas, diferentes ideas, diferentes patrones, ideas, sentimientos, etc. Así, la cultura/aculturación puede funcionar como un marco referencial *dinámico* (Berry, 1980, 2015) que dote a las personas de mejores estrategias adaptativas, lo que eventualmente se reflejará en mayores niveles de afecto y satisfacción. Un nuevo marco de referencia cultural permite un mejor ajuste en torno a los mandatos culturales y sus respectivas sanciones.

A pesar de que Díaz Guerrero (1972) postula que la mejor manera de encarar los problemas es la manera pasiva, los resultados obtenidos en este trabajo *parecen* indicar lo contrario. Los resultados indican que son los estilos directos los que predicen de manera negativa afecto negativo y los estilos evasivos los que predicen de manera positiva afecto negativo; mientras que para el caso de la satisfacción, ésta es predicha de manera positiva por estrategias directas. Sin embargo, los resultados no contradicen directamente la postura de Díaz Guerrero: si se analiza el contenido de los factores de primer orden del enfrentamiento, puede verse que el único factor conceptual y operacionalmente directo es el de Autoafirmación Planeada; todos los demás factores a pesar de ser considerados directos (Apoyo social, Afirmativo, Emocional positivo, Autocontrol) son social-expresivos. En otras palabras, no son precisamente instrumentales, u orientados a la tarea y la solución proactiva del problema que genera estrés, al menos no de manera explícitamente directa. Estos otros factores “directos”, son socialmente dependientes, de apoyo social, relativamente pasivas y orientadas a las emociones (Kohn et al., 1994; Miller et al., 2010), pero siguen siendo esfuerzos por encarar y resolver el problema. Dado que el factor de segundo orden de Enfrentamiento Directo (que es el que predice niveles de afecto positivo y satisfacción) no es completamente directo debido a la conceptualización teórica de sus factores de primer orden, y debido a que tampoco se trata de evasión o evitación de la situación generadora de conflicto, se propone una nueva tipología de estilos de enfrentamiento que

podiera utilizarse para futuras referencias: estilos directos, indirectos y evasivos; siendo los primeros dos, respectivamente hablando, los que a la luz del presente trabajo predicen niveles adecuados de bienestar.

El momento histórico de la postura de Díaz Guerrero resulta particularmente relevante para el encuadre de los resultados obtenidos. Este elemento intenta acentuar que el “por qué” del comportamiento humano depende de la historia cultural y que para los individuos el desarrollo o evolución es fundamental. Los resultados presentados en este trabajo sólo tendrán sentido a la luz de la postura Histórico-Socio-Cultural si se considera el momento histórico-cultural de México. Por este motivo fue importante incluir los datos levantados por el INEGI, que permitieron una mejor comparación de la información. También cabe mencionar que el momento histórico plantea la posibilidad de *cambio o evolución*. Si los individuos cambian, la cultura cambia y la estipulación de normas, costumbres, patrones de interacción, etc., también cambian. Cualquier investigación que se realice a futuro debe considerar que resultados previos podrían no replicarse. Se recomienda también llevar a cabo estudios longitudinales en torno al bienestar que complementen la gran cantidad de estudios transversales que se han llevado a cabo en los últimos años.

El momento histórico sienta las bases para todos los rasgos de personalidad que se desarrollan posteriormente y que en este proyecto predicen el bienestar. Mecanismos de socialización determinan la “normalidad” del comportamiento de los mexicanos, y determinan también la consecuencia “punitiva” a la desviación de dicha normalidad. En un sentido estrictamente teórico, la aparición de Premisas Histórico-Socio-Culturales “En Transición” habla de cómo el patrón de comportamiento está cambiando, lo que podría estar influenciando nuevas estrategias psíquicas y conductuales de vivir la vida: ya no se polariza el género, ya no se polariza la atribución causal a factores externos o internos de lo que sucede en la vida, se utilizan estrategias que rozan el límite de lo directo y lo evitante.

Según el Banco Mundial (2015), México clasifica como un país *en desarrollo*, y de acuerdo a lo reportado por Veenhoven (2005), una de las razones por las cuales las personas son capaces de decir que son “felices”, o que están “satisfechos”, o que se sienten “bien”, es porque sobrepasan el mínimo necesario para subsistir. Esto significa que cualquier persona que se evalúe por arriba del nivel de subsistencia ya disfruta la vida. Explicaciones adicionales incluirían un proceso de comparación con los que tienen menos, que son menos felices, la negación de la propia miseria, o una tendencia a ver las cosas más agradables de lo que realmente son (Autores varios de teorías). En resumen, la gente se sentirá feliz cuando sus condiciones de vida

son por lo menos tolerables y se sentiría infeliz sólo cuando vive en condiciones miserables (Veenhoven, 2005).

Según Veenhoven (2005), las relaciones sociales pueden, por sí solas, explicar hasta el 10% de las variaciones observadas en la felicidad/satisfacción. De acuerdo a este autor, sentirse bien está directamente vinculado con la presencia y calidad de las relaciones privadas y públicas. Los resultados de este trabajo tienen un fuerte componente social en el área de satisfacción: factores como amistades, compañeros de trabajo, pareja, familia e hijos tienen todos un componente de lazos con otras personas. Rojas (2005) afirma incluso que son los dominios asociados a la familia (particularmente pareja e hijos) los más importantes en términos de lazos sociales, seguidos por el “resto de la familia”, las amistades, y por último las relaciones laborales.

Retomando la clasificación de los tipos de felicidad hecha por Veenhoven (2005), podría suponerse, con base en los resultados de niveles de bienestar reportados en este trabajo, que los mexicanos se ubican dentro de las categorías de Satisfacción de dominio y Felicidad. Es difícil creer que los mexicanos se encuentren dentro de las satisfacciones instantáneas o de las experiencias máximas por dos motivos: 1) El afecto fue evaluado mediante frecuencia, y se obtuvo que el Afecto Positivo es frecuente y el Afecto Negativo es infrecuente, y 2) Por definición, la Satisfacción se considera como el componente más estable del Bienestar Subjetivo. También, si se retoman los datos reportados por el INEGI (2015) se podrá notar que los valores promedio de felicidad, bienestar y satisfacción tienden a permanecer relativamente estables, congruente con otras investigaciones (Bass, 1995; Diener & Suh, 1997; Horley & Lavery, 1995; Inglehart, 1990).

El bienestar subjetivo se encuentra dentro de los tópicos que la psicología positiva aborda, y aunque el modelo PERMA (Seligman, 2011) no es culturalmente específico, vale la pena revisar cómo se ajustan los resultados de este trabajo al modelo de Seligman. El modelo PERMA plantea que las emociones positivas tienen un impacto en toda la vida de las personas: trabajo, escuela, pareja, amistades, etc. Uno de los pilares de la expresión de emociones positivas es el reconocimiento de las emociones. De acuerdo a Seligman (2011), la identificación de emociones permite enfocar la atención en las positivas, lo que eventualmente permite disfrutar el momento.

Uno de las aportaciones de este trabajo es la utilización del afecto negativo (su poca frecuencia) como indicador del bienestar. Bajo la perspectiva del PERMA, parecería que se requiere de procesos de regulación emocional (reapreciación cognoscitiva o supresión emocional) para modular la frecuencia de emociones negativas, de tal manera que no tengan efecto

significativo sobre dimensiones importantes del individuo. Vale la pena mencionar que la regulación emocional podría funcionar también con el afecto positivo, modulando su frecuencia para potenciar y prolongar estados de bienestar.

Algunas de las dimensiones de la satisfacción con la vida evaluadas en este trabajo incluyen aspectos como la actividad laboral, actividades económicas, actividades de realización personal, amistades, educación, y familia. Si se considera que todas son actividades en las que se requiere que el individuo dedique tiempo y esfuerzo para la convivencia, armonía y satisfacción, entonces deben ser actividades que no aburran a la persona y que la hagan sentir útil. La identificación de actividades que pueden ser cultivadas con el tiempo tienen un impacto directo en las fortalezas de la persona, sus virtudes y talentos (Seligman, 2011; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000), por lo que los individuos crecerán en confianza, productividad y valor. Un buen involucramiento en las actividades también hará sentir autoeficaz a la persona, resiliente y capaz.

Si las personas efectivamente somos seres sociales, y si la interacción social requiere que nos involucremos en actividades sociales, la idea básica será asociar actividades y personas a estímulos placenteros, tal como proponen los enfoques asociacionistas en torno al bienestar. Sólo así las relaciones interpersonales podrán cubrir necesidades básicas de seguridad, compañía, afecto, amor, entre otras, como menciona Díaz Guerrero (1972). Si las relaciones son *necesarias*, tal como lo propone Seligman, y si éstas son capaces de cubrir las necesidades recién mencionadas entonces podría pensarse que son capaces de formar redes de apoyo, redes de pertenencia, que permiten crecer saludablemente (física y psíquicamente), en las que se puede compartir y escuchar, y que por supuesto fomentan niveles de bienestar y felicidad.

Derivado de lo anterior, si dejamos de ser *uno* y pasamos a ser algo (o parte de algo) que trasciende, bajo la postura del modelo PERMA, entonces deberíamos ser felices. Una explicación tentativa a que las personas muestren buenos niveles de bienestar en este trabajo podría ser que además de estar involucradas en sus actividades, éstas poseen un significado que los trasciende a ellos. La trascendencia puede darse en el ámbito social (amigos, trabajo, familia nuclear y extendida), pero también en el plano personal (autorrealización). Si estas actividades además son congruentes con el sistema de creencias y valores es probable que los niveles de bienestar permanezcan estables y se mantengan con el tiempo.

Ninguna aproximación, teórica o empírica, es capaz de explicar al 100% el bienestar subjetivo. Sin dejarlo explícito, la mayoría de las investigaciones

que se realizan hoy en día caen dentro de las investigaciones que asumen la existencia de varios componentes que eventualmente se suman para formar un puntaje (o una evaluación) al que llamamos “bienestar”. En México, la mayoría de las investigaciones no sólo asumen la postura recién mencionada sino que muchas se etiquetan como investigaciones “etnopsicológicas” por tratarse de esfuerzos culturalmente dirigidos a población mexicana en términos de conceptualización, medición e interpretación. Además de estas dos posturas, este trabajo buscó tomar como punto de referencia una teoría socialmente relevante a partir de la cual se construyó un modelo de trabajo que eventualmente no ajustó como originalmente se planteó. Aún así, los resultados son interesantes y las aportaciones de este trabajo ya fueron discutidos a la luz de otras investigaciones similares.

No queda mas que terminar este trabajo con algunas sugerencias a futuro que pudieran dirigir la investigación sobre el tema hacia nuevos caminos y que puedan enriquecer el estado del arte.

### Futuras direcciones

Ningún trabajo es perfecto, pero si es perfectible. Lo aquí expuesto no marca el final del camino, por lo que se sugieren algunos caminos que podrían ser considerados para futuras investigaciones.

- La equivalencia “cultural” de las investigaciones transculturales. En otros países, principalmente anglosajones, no entienden (y miden) cultura igual que en México. Estos países la evalúan principalmente en función de individualismo-colectivismo, lo que limita las comparaciones con los resultados obtenidos en este trabajo. Se recomienda a futuro utilizar mediciones más directamente comparables.
- Una premisa básica implícita en algunos modelos teóricos: aquello que está más cercano (físicamente, emocionalmente o cognoscitivamente) tiene mayor efecto sobre las personas, suele ser más importante y determinante para el bienestar de los individuos. Palomar (2000, 2004, 2005), Cummins (2000) y Arita (2005a, 2005b, 2005c) son algunos de los teóricos que han manejado bajo esta premisa. Se recomienda a futuro trabajar con “ponderaciones” (puntajes cruzados) entre puntajes que la gente otorga sobre un constructo y su importancia relativa. Por ejemplo, qué tan satisfecha está una persona con su automóvil y qué tan importante es para dicha persona tener un automóvil.
- Algunas posturas teóricas plantean que el bienestar está en función de las actividades que realizamos. Esto plantea dos directrices futuras: una, considerar el *involucramiento* en dichas actividades; dos, la capacidad que tiene la persona para llevar a cabo una actividad. Ambas son premisas básicas de otros conceptos, aunque no han sido evaluadas a profundidad en relación al bienestar.
- Evaluar la *interacción* de variables con mayor precisión. Este trabajo es una aproximación de carácter exploratorio, por lo que otro tipo de análisis estadísticos podría ser conveniente. Con una base teórico-metodológica distinta, otro tipo de modelos (ecuaciones estructurales, modelos jerárquicos, por ejemplo) podrían aportar información relevante.
- Aproximaciones cualitativas y/o mixtas al estudio del bienestar subjetivo. Gran parte de la investigación mundial en torno a la felicidad y el bienestar se ha hecho con enfoques primordialmente cuantitativos. Nuevas maneras de abordar el fenómeno pueden enriquecer el campo de estudio
- Continuar con la investigación sobre las *causas* (locus de control-bienestar) del bienestar. Lograr identificar factores que pueden potenciar la aparición y mantener estados de bienestar puede ayudar a formular estrategias y planes de intervención.
- Trabajar con la combinación de intensidad y frecuencia de estados afectivos. Un indicador que combine ambos aspectos de forma exitosa sería un gran avance al estado del arte.

# Referencias

- Abramson, L.Y., Metalsky, G.I., & Alloy, L.B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96, 358-372.
- Abramson, L.Y., Seligman, M.E., & Teasdale, J.D. (1987). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74.
- Afifi, M. (2007). Gender differences in mental health. *Singapore Medical Journal*, 48(5), 385-391.
- Alevesson, M. (1993). Organizations as rhetoric: Knowledge intensive firms and the struggle with ambiguity. *Journal of Management Studies*, 30(6), 997-1015. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-486.1993.tb00476.x>
- Alkire, S. (2002). *Dimensions of human development*, The World Bank, Washington: Elsevier Science Ltd.
- Alloy, L.B., Just, N. & Panzarella, C. (1997). Attributional style, daily life events, and hopelessness depression: Subtype validation by prospective variability and specificity of symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 21, 321-344
- Alloy, L.B., Lipman, A.J., & Abramson, L.Y. (1992). Attributional style as a vulnerability factor for depression: Validation by past history of mood disorders. *Cognitive Therapy and Research* (Ejemplar especial: Cognitive vulnerability to psychological dysfunction), 16, 391-407.
- Ancer, L., Meza, C., Pompa, E., Torres, F., y Landero, R. (2011). Relación entre los niveles de autoestima y estrés en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16(1), 91-101.
- Andrews, F.M. & Withey, S.B. (1976). *Social indicators of wellbeing: America's perception of life quality*. New York: Plenum Press.
- Andrews, F.M., & Withey, S.B. (1974). Developing measures of perceived life quality: Results from several national surveys. *Social Indicators Research*, 1 (1), 1-26.
- Andrisani, P. J., & Nestel, G. (1976). Internal-external control as contributor to and outcome of work experience. *Journal of Applied Psychology*, 61(2), 156-165. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-9010.61.2.156>
- Anguas Plata, A. M. (2000). *El bienestar subjetivo en la cultura mexicana*. Tesis de doctorado no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Anguas Plata, A.M y Reyes Lagunes, I. (1998). El significado del Bienestar Subjetivo, su valoración en México. *La Psicología Social en México*, VII. México: Asociación Mexicana de Psicología social.

- Anguas Plata, A.M. (1997). El significado el Bienestar Subjetivo, su valoración en México. Tesis de maestría no publicada. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Anguas, A. (2005). Bienestar subjetivo en México: Un enfoque etnopsicológico. En: L. Garduno, B. Salinas y M. Rojas (Coords.), *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (pp. 167-196), México: Plaza y Valdés S.A. de C.V.
- April, K., Dharani, B., & Peters, K. (2012). Impact of Locus of Control Expectancy on Level of Well-being. *Review of European Studies*, 4(2), 124-137
- Arens, D.A. (1982). Widowhood and Well-being: An examination of sex differences within a causal model. *International Journal of Aging and Human Development*, 15, 27-40.
- Argyle, M., Martin, M. & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. En J.P. Forgas & J.M. Innes (Eds.). *Recent advances in social psychology: An international perspective* (pp.189-203). North Holland, Holand: Elsevier.
- Arita Watanabe, B.Y. (2005a). La Capacidad y el Bienestar Subjetivo Como Dimensiones de Estudio de la Calidad de Vida. *Revista Colombiana de Psicología*, 14, 73-79.
- Arita Watanabe, B.Y. (2005b). Satisfacción por la vida y teoría homeostática del Bienestar. *Psicología y Salud*, 15(1), 121-126.
- Arita, B. (2005c). Percepción de la calidad de vida en la zona urbana de Culiacán: Integración de enfoques alternativos. En: L. Garduno, B. Salinas y M. Rojas (Coords.), *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (pp. 197-216), México: Plaza y Valdés S.A. de C.V.
- Arita, B., Romano, S., García, N., y Del Refugio, F. (2005). Indicadores objetivos y subjetivos de la calidad de vida. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(1), 93-102.
- Arnett, J.J. (2002). The psychology of globalization. *American Psychologist*, 57, 774-783
- Atchley, R.C. (1975). Adjustment to loss of job at retirement. *International Journal of Aging and Human Development*, 6, 17-27.
- Atienza, F.L., Pons, D., Balaguer, I., y García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319.
- Ayyash-Abdo, H., & Alamuddin, R. (2007). Predictors of subjective well-being among college youth in lebanon. *The Journal of Social Psychology*, 147 (3), 265-284. <http://dx.doi.org/10.3200/SOCP.147.3.265-284>
- Baker, E.K. (1977). Relationships of retirement and satisfaction with life events to locus of control. *Dissertation Abstract International*, 37, 4748B. (University of Microfilms no. 76-28, 900).

- Baker, L.A., Cesa, I.L., Gatz, M., & Grodsky, A. (1992). Genetic and environmental influences on positive and negative affect: Support for a two-factor theory. *Psychology and Aging, 7*, 158-163.
- Barnett, R.C. (1998). Toward a review and reconceptualization of the work/family literature. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs, 124*(2), 125-182.
- Bass, S.A. (1995). *Older and Active: How Americans over 55 are contributing to society*. Connecticut, New Haven: Yale University Press.
- Bassof, E.S. & Glass, G.V. (1982). The relationship between sex roles and mental health: A meta-analysis of twenty six studies. *The Counseling Psychologist, 10*, 105-112
- Baumeister, R. F. (1998). The self. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (pp. 680–740). New York: McGraw-Hill.
- Beck, A. T., Steer, R.A., & Garbin, M.G. (1988) Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review, 8*(1), 77-100.
- Beck, A.T., Steer, R.A., & Brown, G.K. (1996). Beck Depression Inventory-II: Manual. Texas, USA: The Psychological Corporation
- Beck, A.T., Steer, R.A., & Brown, G.K. (2006). *BDI-II Inventario de Depresión de Beck Segunda Edición-Manual*. Argentina: Paidós.
- Beck, A.T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961) An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry, 4*, 561-571.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 42*, 155-162.
- Bem, S.L. (1981). Gender Schema Theory: A Cognitive account of sex-typing. *Psychological Review, 88*, 354-364.
- Bem, S.L. (1993). *The lenses of gender: transforming the debate on sexual inequality*. Yale University.
- Bendezú, A.V. (1998). *Los estereotipos de género y el riesgo de embarazo no planeado en la adolescencia*. Tesis de licenciatura. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Benetti, C., & Kambouropoulos, N. (2006). Affect-regulated indirect effects of trait anxiety and trait resilience on self-esteem. *Personality and Individual Differences, 41*, 341-352.
- Block, J. (1995). A contrarian view of the five-factor approach to personality description. *Psychological Bulletin, 117*, 187-215.
- Bodenmann, G. (2001). Illness: Dyadic and collective coping. In N. J. Smelser & P. B. Baltes (Eds.), *The International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences*. Oxford: Elsevier.
- Boone, C., van Olffen, W., & van Witteloostuijn, A. (2005). Team locus of control composition and leadership structure information and acquisition, and financial performance: A business study simulation. *Academy of*

- Management Journal*, 48(5), 889-909.  
<http://dx.doi.org/10.5465/AMJ.2005.18803929>
- Bosson, J. K., Swann, W. B., & Pennebaker, J. W. (2000). Stalking the perfect measure of implicit self-esteem: The blind men and the elephant revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 631–643.
- Bower, G.H. (1981). Mood and memory. *American Psychologist*, 36, 129-148.
- Bradburn, N.M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Bradburn, N.M. & Caplovitz, D. (1965). *Reports on happiness*. Chicago: Aldine.
- Brandstätter, H. (1987). *Emotional responses to everyday life-situations: An individual difference approach*. Conferencia presentada en el Coloquio sobre Bienestar Subjetivo. Bad Homburg, Alemania.
- Brandt, A.S. (1980). Relationship of Locus of Control, Environmental Constraint, Length of time in the Institution and Twenty-one other variables to morals and life satisfaction in the institutionalized elderly. *Dissertation Abstracts International*, 40, 5802B. (University Microfilms no. 80-12, 153).
- Braun, P.M.W. (1977). Psychological well-being and location in the social structure (Doctoral dissertation, University of Southern California, 1976). *Dissertation Abstracts International*, 38, 2351A.
- Brickman, P., Coates, D. & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36 (8), 917-927.
- Brunstein, J.C., Schultheiss, O.C., & Grassman, R. (1988). Personal goals and emotional well-being: The moderating role of motive dispositions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 494-508.
- Bryant, F.B., & Veroff, J. (1982). The structure of the psychological well-being: A sociohistorical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 142-153.
- Bulman, R.J., & Wortman, C.B. (1977). Attributions of blame and coping in the "real world": Severe accident victims react to their lot. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 351-363.
- Burt, M.R. (2002). Reasons to invest in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 31, 136-152.
- Buunk, B.P., Collins, R.L., Taylor, S.E., Van Yperen, N.W., & Dakof, G.A. (1990). The affective consequences of social comparison: Either direction has its ups and downs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1238-1249.
- Cameron, P. Titus, D.G., Kostin, J., & Kostin, M. (1973). The life satisfaction of nonnormal persons. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 41, 207-214.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. *American Psychologist*, 31, 117-124.

- Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America: Recent patterns and trends*. New York: McGraw Hill.
- Campbell, A., Converse, P.E., & Rodgers, W.L. (1976). *The quality of American life*. New York: Russell Sage Foundation.
- Campbell, K., & Sedikies, C. (1999). Self-threat magnifies the self-serving bias: A meta-analytic integration. *Review of General Psychology*, 3, 23–43.
- Campbell, K.K. (1993). *Men, women and aggression*. New York: Basic Books.
- Cantor, N. (1994). Life task problem solving: Situational affordances and personal needs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 235-243.
- Cantor, N. & Sanderson, C.A. (1988). Life task participation and well-being: The importance of taking part in daily life. En D. Kahneman, E. Diner, & N. Schwarz (Eds.), *Well being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Cantrill, H. (1967). *The pattern of human concerns*. New Brunswick, NJ: Rutgers Univ. Press.
- Carrim, N. M. H., Basson, J., & Coetzee, M. (2006). The relationship between job satisfaction and locus of control in a South African call centre environment. *South African Journal of Labour Relations*, 30(2), 66-81.
- Carver, C.S., & White, T.L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: the BIS/BAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319-333.
- Casique, I. (2004). *Poder de decisión y autonomía de la mujer mexicana. Análisis de algunos condicionantes*. UNAM-Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias, Cuernavaca, Morelos.
- Chamberlain, K. (1988). On the structure of the subjective well-being. *Social Indicators Research*, 20, 581-604.
- Chandler, T.A. & Dugovics, D.A. (1977). Sex differences in research on locus of control. *Psychological Reports*, 41(1), 47-53.
- Chatters, L.M. (1988). Subjective Well-being evaluations among older black Americans. *Psychology and Aging*, 3, 184-190.
- Chirkov, V.I., Ryan, R.m., & Willness, C. (2005). Cultural context and psychological needs in Canada and Brazil: Testing a self-determination approach to the internalization of cultural practices, identity and well being. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 36, 423-443. Doi:10.1177/0022022105275960
- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (1), 73-81.
- Cia, A.H. (2002). *La ansiedad y sus trastornos. Manual diagnóstico y terapéutico*. Argentina: Polemos.
- Colette, J. (1984). Sex differences in Life Satisfaction: Australian Data. *Journal of Gerontology*, 39, 243-245.

- Colón-Bacó, E. (2010). The Strength of Religious Beliefs is Important for Subjective Well-Being. *Undergraduate Economic Review*, 6 (1), 1-27.
- Connolly, S. G. (1980). Changing expectancies: A counselling model based on locus of control. *The Personnel and Guidance Journal*, 59(3), 176-180. <http://dx.doi.org/10.1002/j.2164-4918.1980.tb00525.x>
- Contreras, F., Esguerra, G., Espinosa, J.C., y Gómez, V. (2007). Estilos de afrontamiento y calidad de vida en pacientes con insuficiencia renal crónica (IRC) en tratamiento de hemodiálisis. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(2), 169-179.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco, USA: Freeman.
- Córdova, A., Rodríguez-Küri, S., & Díaz Negrete, D. (2012). Bienestar Subjetivo y calidad de vida en pacientes usuarios de drogas en dos momentos de un tratamiento psicoterapéutico. En R. Díaz Loving, S. Rivera Aragón e I. Reyes Lagunes (Eds). *Aportaciones actuales de la psicología social*, 1, (pp.19-23). México: AMEPSO.
- Costa, P.T. (1994). Traits through time, or the stability of personality: Observations, evaluations, and a model. Paper presented at the meeting of the American Psychological Association, Los Angeles, Agosto 12-16.
- Costa, P.T., & McCrae, R.R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Costa, P.T., & McCrae, R.R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEOPI-R) and Five Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, Fla: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P.T., & McCrae, R.R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Cruz Martínez, L.M. (2013). La etnopsicología Mexicana y su influencia en las relaciones cercanas. Tesis de doctorado no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Csikszentmihalyi, M. (2000). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco: Jossey Bass (Originalmente publicado en 1975).
- Cummins, R. (2002). *International Well Being Index* (en línea). Disponible en [http://www.cob.vt.edu.market.au/inter\\_wellbeing/Index\\_Spanish.doc](http://www.cob.vt.edu.market.au/inter_wellbeing/Index_Spanish.doc)
- Cummins, R. A., & Nistico, H. (2002). Maintaining life satisfaction: The role of positive bias. *Journal of Happiness Studies*, 3, 37-69.
- Cummins, R., Eckersley, J., Pallant, J. y Davern, M. (2002). *Australian Unity Well-being Index, Survey 3: report 1*. Australia: Australian Centre on Quality of Life/Deakin University.
- Cummins, R., Gullone, E., & Lau, A. (2002). A model of subjective well-being homeostasis: The role of personality. In E. Gullone & R. A. Cummins (Eds.) *The universality of subjective well-being indicators* (pp. 7-46). The Netherlands: Kluwer Academic Publishers. <http://dx.doi.org/10.1007/978->

94-010-0271-4\_3

- Cummins, R.A. (2010). Subjective wellbeing, homeostatically protected mood and depression: A synthesis. *Journal of Happiness Studies*, 11, 1-17.
- Cummins, R.A., Eckersley, R., Pallant, J., Van Vugt, J., Shelly, J., Pusey, S.M., & Misajon, R. (2001). *Australian Unity Wellbeing Index: Survey 2, Report 1.0*. Australian Centre on Quality of Life, School of Psychology, Deakin University, Melbourne.
- Dalgard, O., Dowrick, C., Lehtinen, V., et al. (2006). Negative life events, social support and gender differences in depression: A multinational community survey with data from the ODIN study. *Social Psychiatry Psychiatric Epidemiology*, 41, 444-451.
- Davidson, R.J. & Fox, N.A. (1982). Asymmetrical brain activity discriminates between positive versus negative affective stimuli in human infants. *Science*, 218, 1235-1237.
- Davis, J.A. (1984). New money, an old man/lady, and "two's company": Subjective welfare in the NORC General Surveys, 1972-1982. *Social Indicators Research*, 15 (4), 319-350.
- Day, R.L. (1987). Relationships between Life Satisfaction and Consumer Satisfaction. En Coskun Samli, A., *Marketing and the Quality of Life Interface*, New York: Quorum Books.
- De la Gándara, J.C. (1999). *Angustia y ansiedad: Causas, síntomas y tratamiento*. España: Pirámide.
- Denton, M.J., Culver, S., & Burroughs, J. (2001.). Child welfare staff retention study in two DSS regions of Virginia. Unpublished research study.
- Díaz Guerrero, R. (1967). Sociocultural premises, attitudes, and crosscultural research. *International Journal of Psychology*, 2, 79-87
- Díaz Guerrero, R. (1972). *Hacia una Teoría Histórico-Bio-Psico-Socio-Cultural del Comportamiento Humano*. México: Trillas.
- Díaz Guerrero, R. (1994). *Psicología del mexicano. Descubrimiento de la Etnopsicología*. México: Trillas
- Díaz Guerrero, R. (2003). *Bajo las garras de la cultura. Psicología del Mexicano 2*. México: Trillas
- Díaz Guerrero, R. y Castillo Vales, V.M. (1981). El enfoque cultura contracultura y el desarrollo cognitivo y de la personalidad en escolares yucatecos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 7(1), 5-26.
- Díaz Loving, R. (2010). Una teoría Bio-Psico-Socio-Cultural de la relación de pareja. En R. Díaz Loving y S. Rivera Aragón (Eds.), *Antología Psicosocial de la Pareja: Clásicos y Contemporáneos* (pp. 12-33), México: Miguel Ángel Porrúa.
- Díaz Loving, R. (2011). Dinámica de las premisas histórico socio culturales: trayecto, vigencia y prospectiva. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 3(2), 173-180
- Díaz Loving, R. y Andrade Palos, P. (1984). Una escala de locus de control para niños mexicanos. *Revista Interamericana de Psicología*, 18, 21-33.

- Díaz Loving, R., Rivera Aragón, S. & Velasco Matus, P.W. (2012). Masculinidad-feminidad y salud mental. *Persona*, 15, 137-157
- Díaz Loving, R., Rivera, S., Velasco, P. & Montero, N. (2008). Las PHSC's a través del tiempo. *La Psicología Social en México*, XII, 421-426
- Díaz Loving, R., Rocha T. (2008). La masculinidad y la feminidad a través del ciclo vital: un estudio comparativo. En: S. Rivera Aragón, R. Díaz Loving, R. Sánchez Aragón e I. Reyes Lagunes (Eds.), *La Psicología social en México*, XII (pp213-220), México: AMEPSO.
- Díaz Loving, R., Rocha, T. y Rivera, S. (2004). Elaboración, Validación y Estandarización de un inventario para evaluar las dimensiones atributivas de instrumentalidad y expresividad. *Revista Interamericana de Psicología*, 38(2), 263-276.
- Díaz-Loving, R., Rocha, T., & Rivera, S. (2007). *La instrumentalidad y expresividad desde una perspectiva psico-socio-cultural*. México: Porrúa.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being: Progress and opportunities. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (2005). *Guidelines for National Indicators of Subjective Well-being and Ill-being*. Illinois: University of Illinois.
- Diener, E. (2006). Understanding SWLS scores. Disponible en línea en <http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/SWLS.html>
- Diener, E. (2009). The Science of Well Being: Reviews and Theoretical Articles. En E. Diener (Ed.), *The Science of Well Being: The Collected Works of Ed Diener*, *Social Indicators Research Series*, 37, 1-10.
- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663
- Diener, E. & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E. & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 926-935.
- Diener, E. & Fujita, F. (1997). Social comparisons and subjective well-being. En: B.Buunk & R. Gibbons (Eds.), *Health, coping and Social Comparison* (pp.329-357). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Diener, E. & Larsen, R.J. (1984). Temporal stability and cross-situational consistency of affective, behavioral, and cognitive responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 580-592.
- Diener, E. & Seligman, M. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Diener, E. Smith, H., & Fujita, F. (1995). The personality structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 130-141.

- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*, 653-663.
- Diener, E., & Emmons R.A. (1984). The Independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, *47*, 1105-1117.
- Diener, E., & Iran-Nejad, A. (1986). The relationship in experience between different types of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, *50*, 1031-1038.
- Diener, E., & Iran-Nejad, A. (1986). The relationship in experience between different types of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, *50*, 1031-1038.
- Diener, E., & Larsen, R.J. (1993). The experience of emotional well-being. En M. Lewis & J.M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp.404-415). New York: Guilford Press.
- Diener, E., & Lucas, R.E. (1999). Personality and Subjective Well-Being. En D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-Being: The foundations of Hedonic Psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators. *Social Indicators Research*, *40*, 189-216.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larson, R.J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*, 71-75.
- Diener, E., Larsen, R.J., & Emmons R.A. (1984). Person x situation interactions: Choice of situations and consequence response models. *Journal of Personality and Social Psychology*, *47*, 580-592.
- Diener, E., Larsen, R.J., Levine, R.J., & Emmons, R.A.. (1985). Intensity and frequency: Dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, *48*, 1253-1265.
- Diener, E., Larsen, R.J., Levine, S., & Emmons, R.A. (en prensa). Frequency and intensity: The underlying dimensions of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Diener, E., Sandvick, E. & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. En: F. Strack, M. Argyle & N. Schwatz (Eds.). *Subjective Well Being: An interdisciplinary perspective* (pp.119-139). Oxford: Pergamon Press.
- Diener, E., Sandvick, E., Pavot, W., & Fujita, F. (1992). Extraversion and subjective well-being in a U.S. national probability sample. *Journal of Research in Personality*, *26*, 205-215.
- Diener, E., Scollon, C., & Lucas, R. (2003). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, *15*, 187-219
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective Well-being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, *125*(2), 276-302.

- Diener, E., Wolsic, B., y Fujita, F. (1995). Physical attractiveness and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 120-129.
- Diener, R., Sandvick, E., Seidlitz, L., & Diener, M. (1993). The relationship between income and subjective well-being: Relative or absolute? *Social Indicators Research*, 28, 195-223.
- Digman, J.M (1990). Personality structure: Emergence of the five factor model. *Annual Review of Psychology*, 41, 417-440.
- Digman, J.M., & Shmelyov, A.G. (1996). The structure of temperament and personality in Russian children. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 341-351.
- Dunning, D., Meyerowitz, J.A., & Holzberg, A.D. (1989). Ambiguity and self-evaluation: The role of idiosyncratic trait definitions in self-serving assessments of ability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1082-1090.
- Edwards, J.N., & Klemmack, D.L. (1973). Correlates of Life Satisfaction: A re-examination. *Journal of Gerontology*, 28, 497-502.
- Eisenberg, A. (1994). *Influencia de la familia de origen en la orientación al logro y el locus de control*. Tesis de Maestría en Psicología inédita no publicada. Universidad Nacional Autónoma de México, México DF, México.
- Elavsky S, McAuley E, Motl RW, Konopack JF, Marquez DX, Hu L, et al. (2005). Physical activity enhances long-term quality of life in older adults: efficacy, esteem, and affective influences. *Annals of Behavioral Medicine*, 30(2):138–145.
- Eldridge, K. A., Jones, J., Andrew, C., Sevier, M., Atkins, D. C., (2007). Demand-withdraw communication in severely distressed, moderately distressed, and nondistressed couples: Rigidity and polarity during relationship and personal problem discussions. *Journal of Family Psychology*, 21, 218-226.
- Emmons, R.A. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1058-1068.
- Erickson, E. (1968). *Identity, youth and crisis*. New York: Norton.
- Eysenck, H.J. (1967). *The biological bases of personality*. Springfield, Ill.: Charles C. Thomas.
- Eysenck, H.J. (1981). *A model for personality*. New York: Springer-Verlag.
- Eysenck, H.J. (1986). Models and paradigms in personality research. En: A. Angleitner, A. Furnham, & G. Van Heck (Eds.). *Personality Psychology in Europe*, vol 2, *Current trends and controversies* (pp.213-223). Lisse, The Netherlands: Sweets and Zeitlinger.
- Fajardo, V. (1999). *La autoestima en adolescentes mexicanos*. Tesis de licenciatura no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.

- Fernández, J. (1996). *Varones y Mujeres: Desarrollo de la doble realidad del sexo y del género*. Madrid, España: Psicología Pirámide.
- Filipp, S.H. & Klauer, T. (1991). Subjective well-being in the face of critical life events. En F. Strack, M. Argyle & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp.213-234). Oxford: Pergamon Press.
- Fletcher, S. (1982). An investigation of the relationship of Locus of control and Social opportunity to life satisfaction and Purpose among elderly women. Doctoral dissertation, University of Victoria. *Dissertation Abstracts International*, 42, 4744B.
- Flores-Galaz, M. (2011). La cultura y las premisas de la cultura mexicana. *Revista Mexicana de Psicología*, 3(2), 148-153
- Folkman, S., & Moskowitz, J. (2000). Positive affect and the other side of coping. *American Psychologist*, 55, 647–654.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. The Broden-and-build Theory of positive emotions. *American Psychology*, 56, 218-226.
- Fresco, D.M., Alloy, L.B., & Reilly-Harrington, N. (2006). Association of attributional style for negative and positive events and the occurrence of life events with depression and anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 1140-1159
- Fujita, f. (1991). An investigation of the relation between extraversión, neuroticism, positive affect, and negative affect. Master's thesis, University of Illinois.
- Galambos, N.L., Almeida, D.M. & Petersen, A.C. (1990). Masculinity, femininity and sex roles attitudes in early adolescence: Exploring gender intensification. *Child Development*, 61, 1905-1914.
- Galinha, I., & Pais-Ribeiro, J. L. (2011). Cognitive, affective and contextual predictors of subjective wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 34–53. doi:10.5502/ijw.v2i1.3
- Gallup, G.H. (1976). Human needs and satisfaction: A global survey. *Public Opinion Quaterly*, 40, 459-467.
- Ganellen, R. J., & Blaney, S. (1984). Hardiness and social support as moderators of the effects of stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(1), 156-163. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.47.1.156>
- García Campos, T. (1999). Bienestar subjetivo y locus de control en jóvenes mexicanos. Tesis de licenciatura no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- García Campos, T. (2011). Construcción de puentes teórico-metodológicos a través de las premisas histórico socio culturales de la familia mexicana. *Revista Mexicana de Psicología*, 3(2), 159-162
- García y Barragán, L.F. & García Campos, T. (2012). Impacto de la depression en el bienestar subjetivo. En R. Díaz Loving, S. Rivera Aragón

- e I. Reyes Lagunes (Eds). *La Psicología Social en México, XIV*, (pp.517-522). México: AMEPSO.
- García, M. (2007). *La infidelidad y su relación con el poder y el funcionamiento familiar: Correlatos y predicciones*. Tesis de doctorado no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México
- George, L.K., & Bearon, L.B. (1980). *Quality of life in older persons: Meaning and Measurement*. New York: Human Sciences.
- George, L.K., Okun, M.A., & Landerman, R. (1985). Age as a moderator of the determinants of life satisfaction. *Research on Aging*, 7, 209-233.
- Goldsmith, H.H. & Campos, J.J. (1986). Fundamental issues in the study of early temperament: The Denver twin temperament study. En: M.E. Lamb, A.L. Brown, & B. Rogoff (Eds.). *Advances in developmental psychology* (pp.231-283). Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Gómez, O. (2012). Ranking de Felicidad en México: ¿En qué Municipios viven con mayor calidad de vida los mexicanos? México: ImaginaMéxico, A.C., Disponible en línea en [http://www.inegi.org.mx/eventos/2013/Bienestar\\_subjetivo/doc/P-OscarGomez.pdf](http://www.inegi.org.mx/eventos/2013/Bienestar_subjetivo/doc/P-OscarGomez.pdf)
- González-Arratia, N.I. (2011). *Autoestima. Medición y estrategias de intervención a través de una experiencia en la reconstrucción del ser*. México: UAEM.
- Goodwin, R., & Gotlib, I. (2004). Gender differences in depression: The role of personality factors. *Psychiatry Res*, 126, 135-142.
- Gottman, J. & Notarius, C. (2002). Marital Research in the 20th century and a research agenda for the 21st century, *Family Process*, 41(2), 159-197
- Gray, J.A. (1981). A critique of Eysenck's theory of personality. En H.J. Eysenck (Ed.), *A model for personality* (pp. 246-276). New York: Springer-Verlag.
- Green, B.L. & Kendrick, D.T. (1994). The attractiveness of gender-typed traits at different relationship levels: Androgynous characteristics may be desirable after all. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 244-253
- Guibert, W., Prendes, M., González, R., & Valdés, E. (1999). Influencia en la salud del rol de género. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 15(1), 7-13.
- Guido, A., Hade, E., y Berganza, C. (1996). Autoestima y depresión en adolescentes guatemaltecos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 28(2), 342-366.
- Guilford, R. (1984). Contrasts in marital satisfaction throughout old age: An Exchange theory analysis. *Journal of Gerontology*, 39, 325-333.
- Guterk, B.A., Allen, H., Tyler, T.R., Lau, R.R., & Majchrzak, A. (1983). The importance of internal referents as determinants of satisfaction. *Journal of Community Psychology*, 11, 111-120.

- Hardy, E. & Jimenez, A. (2001). Masculinidad y género. *Revista Cubana Salud Pública*, 27(2), 77-88.
- Haring, M.J., Okun, M.A., & Stock, W.A. (1984). A quantitative synthesis of literatura on work status and subjective well-being. *Journal of Vocational Behavior*, 25, 316-324.
- Hawton, K., Rodham, K., Evans, E., & Weatherall, R. (2002). Deliberate self harm in adolescents: self report survey in schools in England. *BMJ*, 23, 1207-1211.
- Haybron, D.M. (2008). *The pursuit of unhappiness: The elusive psychology of well-being*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Headey, B. & Wearing, A. (1992). *Understanding happiness: A theory of subjective well being*. Melbourne: Longman, Chesire.
- Headey, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 731-739.
- Hegelson, V.S. & Fritz, H.L. (1999). Unmitigated agency and unmitigated communion: Distinctions from agency and communion. *Journal of Research in Personality*, 33, 133-158
- Heilbrun, A.B. (1981). *Human sex-role behavior*. Nueva York: Pergamon Press.
- Herzog, A.R., & Rodgers, W.L. (1981). Age and satisfaction: Data from several large surveys. *Research on Aging*, 3, 142-165.
- Herzog, A.R., & Rodgers, W.L. (1986). Satisfaction among older adults. En F.M. Andrews (Ed.), *Research on the quality of life*. Ann Arbor: University of Michigan, Institute of Social Research.
- Hiers, J. M., & Heckel, R. V. (1977). Seating choice, leadership and locus of control. *Journal of Social Psychology*, 103(2), 313-14. <http://dx.doi.org/10.1080/00224545.1977.9713334>
- Huebner, E.S. (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School psychology quarterly*, 6, 103-111
- Hurley, J. & Lavery, J. (1995). Subjective Well Being and Age, Social Indicators Resarch, 34, 275-282.
- Inglehart, R. (1990). *Culture shift in advanced industrial society*. USA: Princeton University Press.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2012). Bienestar Autorreportado (BIARE Piloto). Disponible en línea en [http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/investigacion/experimentales/bienestar/presentacion\\_p.aspx](http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/investigacion/experimentales/bienestar/presentacion_p.aspx)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2015). Bienestar Autorreportado (BIARE). Disponible en línea en [http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/investigacion/experimentales/bienestar/presentacion\\_b.aspx](http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/investigacion/experimentales/bienestar/presentacion_b.aspx)
- Jayme, M., & Sau, V. (2004). *Psicología diferencial del sexo y el género*. España; Icara.

- Jirojanakul, P., Skevington, S.M., & Hudson, J. (2003). Predicting young children's quality of life. *Social Science and Medicine*, 57, 1277-1288.
- John, O.P. (1990). The "Big Five" factor taxonomy: Dimensions of personality in the natural language and in questionnaires. En: L.A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 66-100). New York: Guilford.
- Kagan, J. (1994). *Galen's prophecy*. New York: Basic Books.
- Kagan, J. & Moss, J. (1962). *Birth to maturity*. New York: Wiley. Reimpresión, New Haven, Conn.: Yale University Press, 1983.
- Kagan, J. Snidman, N., & Arcus, D.M. (1992). Initial reactions to unfamiliarity. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 171-174.
- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. En: D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Wellbeing: The foundations of a hedonic psychology* (pp. 3-25). New York: Rusell Sage Foundation.
- Kamman, R. (1983). Objective circumstances, Life satisfactions and Sense of Well-being: Consistences across time and place. *New Zealand Psychologist*, 12, 14-22.
- Kammann R. (1982). *Personal circumstances and lifeevents as poorpredictors of happiness*. Paperpresented at the 90th AnnualConvention of the American PsychologicalAssociation, Washington, DC.
- Karatas, Z. & Tagay, O. (2012). Self-esteem, Locus of Control, and Multidimensional Perfectionism as Predictors of Subjective Well-being. *International Education Studies*, 5(6), 131-137
- Kasser, T., & Ryan, R.M. (1993). A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 410-422.
- Keijzer, B. (2002). Hasta donde el cuerpo aguante: género, cuerpo y salud masculina.
- Keith, P.M. (1985). Financial well-being of older divorced/separated men and women: Findings from a panel study. *Journal of Divorce*, 9, 61-72.
- Keller, H., & Demuth, C. (2007). The Discursive Construction of Selfhood in Chinese and EuroAmerican Mother-Infant Interactions. In G. Zheng, K. Leung & J. Adair (Eds.), *Perspectives and progress in contemporary cross-cultural psychology*. Beijing: China Light Industry Press.
- Keltner, D., & Haidt, J. (1999). Social functions of emotion at four levels of analysis. *Cognition and Emotion*, 13(5), 505-521.
- Kerlinger, F. & Lee, H.B. (2001). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en Ciencias Sociales*. México: McGrawHill.
- Kesebir, P., & Diener, E. (2008). In pursuit of happiness: Empirical answers to philosophical questions. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 117-125.

- Kessler, R.C., Rice, R., & Wortman, C. (1985). Social factors in psychopathology: Stress, social support, and coping processes. *Annual Review of Psychology*, 36, 531-572.
- Kette, G. (1991). *Haft: Eine socialpsychologische analyse* (Prison: A social psychology analysis). Göttingen: Hogrefe.
- Klinetob, N. A., & Smith, D. A. (1996). Demand-withdraw communication in marital interaction: Tests of interspousal contingency and gender role hypotheses. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 945-957
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Kohn, P.M., Hay, B.D., & Legere, J.J. (1994). Hassles, coping styles, and negative wellbeing. *Personality and individual differences*, 17, 169-179.
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2012). Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual Differences*, 53, 1039–1043.
- Kozma, a. (1996). Top down and bottom up approaches to an understanding of subjective well being. World Conference on Quality of Life, University of Northern British Columbia, Prince George, Agosto 22-25.
- Kozma, A. & Stones, M.J: (1980). The Measurement of Happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, 35, 906-912.
- Kozma, A. & Stones, M.J. (1978). Some research issues in assessment of well-being in the elderly. *Canadian Psychological Review*, 19, 241-249.
- Kozma, A. & Stones, M.J. (1983). Predictors of happiness. *Journal of Gerontology*, 38, 626-628.
- Kozma, A., Stones, M.J., & McNeil, J.K. (1991). *Psychological Well-being in Later Life*. Toronto: Butterworths, Canada Ltd.
- Kuo, B. & Kwantes, C. (2014). Testing predictive models of positive and negative affect with psychosocial, acculturation, and coping variables in a multiethnic undergraduate sample, *SpringerPlus*, 3, 119, 1-11
- La Rosa, J. (1985). Escalas traducidas para medir locus de control: posibilidades y limitaciones. Trabajo presentado en el XX Congreso Interamericano de Psicología en Caracas, Venezuela en julio de 1985.
- La Rosa, J. (1986). Escalas de locus de control y autoconcepto: Construcción y validación. Tesis de doctorado no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- LaGasse, L. Gruber, C., & Lipsitt, L.P. (1989). The infantile expression of avidity in relation to later assessments. En J.S. Reznick (Ed.), *Perspectives on behavioral inhibition* (pp. 159-176). Chicago: University of Chicago Press.
- Landy, F. J., & Conte, J. M. (2004). *Work in the 21st century: An introduction to industrial & organizational psychology*. Boston, MA: McGraw-Hill.

- Larsen, R.J., & Ketelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotional states. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*, 132-140.
- Larson, R. (1978). Thirty years of research on the subjective Well-being of older Americans. *Journal of Gerontology*, *33*, 109-125.
- Lawton, M.P. (1975). The Philadelphia Center Morale Scale: A revisión. *Journal of Gerontology*, *30*, 85-89.
- Lawton, M.P., Nahemow, L., & Teaff, J. (1975). Housing characteristics and the well-being of elderly tenants in federally assisted housing. *Journal of Gerontology*, *30*, 601-607.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Nueva York: Springer.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1993). Coping Theory and Research: Past, Present and Future. *Psychosomatic Medicine*, *55*, 234-247.
- Lazarus, R.S. (1984). On the primacy of cognition. *American Psychologist*, *39*, 124-129.
- Lazarus, R.S. (1991). Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, *46*, 352-367.
- Leary, M. R. (2004). *The curse of the self: Self-awareness, egotism, and the quality of human life*. New York: Oxford University Press.
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. In M. P. Zanna (Ed.). *Advances in experimental social psychology* (Vol. 32, pp. 1–62). San Diego: Academic Press.
- Lee, G.R., & Ishii-Kuntz, M. (1988). Social interactions, loneliness, and emotional well-being among elderly. *Research on aging*, *9*, 459-182.
- Lefcourt, H. M. (1976). *Locus of control*. New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- Lefcourt, H. M. (1984). *Research with the locus of control construct (Vol. 3): Extensions and limitations*. Orlando, USA: Academic Press.
- Lenz, G. & Demal, U. (2000). Quality of life in depression and anxiety disorders: An exploratory flowup study after intensive inpatient cognitive behavior therapy. *Psychopathology*, *33*(6), 297-302.
- Levenson, H. (1973). Multidimensional locus of control in psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *41*, 397-404.
- Levenson, H. (1974). Activism and powerful others: Distinctions within the concept of internal-external control. *Journal of Personality Assessment*, *38*, 377-383.
- Levenson, H. (1981). Differentiating among internality, powerful others, and chance. In Lefcourt, H.M. (Ed.), *Research with the locus of control construct (Vol. 1): Assessment methods*. New York: Academic Press.
- Levi, L. & Anderson, L. (1975). *Psychosocial Stress: Population, Environment and Quality of Life*. New York: S.P. Books Division of Spectrum Publications Inc.

- Liang, J. (1982). Sex differences in life satisfaction among the elderly. *Journal of Gerontology*, 37, 100-108.
- Liang, J. & Warfel, B.L. (1983). Urbanism and life satisfaction among the aged. *Journal of Gerontology*, 38, 97-106.
- Liang, J., Kahana, E. & Doherty, E. (1980). Financial well-being among the aged: A further elaboration. *Journal of Gerontology*, 35, 409-420.
- Linzer, M., Spitzer, R., Kroenke K., et al. (1996). Gender, quality of life and mental disorders in primary care: Results from the PRIME-MD. *American Journal of Medicine*, 101, 526-533.
- Litman, J., & Lunsford, G. (2009). Frequency of use and impact of coping strategies assessed by the COPE Inventory and their relationships to post-event health and well-being. *Journal of Health Psychology*, 14, 982–991.
- Littunen, H., & Storhammar, E. (2000). The indicators of locus of control in the small business context. *Journal of Enterprise Culture*, 8(4), 343-360. <http://dx.doi.org/10.1142/S0218495800000188>
- Livneh, H., & Wilson, L. M. (2003). Coping strategies as predictors and mediators of disability-related variables and psychosocial adaptation. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 46, 194-208. doi:10.1177/003435520304600401
- Lohr, M.J., Essex, M.J., & Klein, M.H. (1988). The relationships of coping responses to physical health status and life satisfaction among older women. *Journal of Gerontology*, 43, 54-60.
- López Becerra, C. (1999). *Estilos de enfrentamiento y percepción de riesgo hacia el SIDA en adolescents*. Tesis de maestría no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- López, C., Reyes, I., & Rivera, S. (1998). Estrategias de enfrentamiento: desarrollo y validación del inventario. En *La Psicología Social en México*, México: AMEPSO.
- López, C., Rivera, S., García, M. & Sánchez, B. (2009). *Inventario de enfrentamiento como rasgo*. Trabajo presentado en el XXXII Congreso Interamericano de Psicología, Guatemala, 28 junio al 2 julio de 2009.
- Lu, L. (1999). Personal or environmental causes of happiness: A longitudinal analysis. *Journal of Social Psychology*, 139 (1), 79-90.
- Lucas, R., Diener, E. & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186-189.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others?: The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56, 239–249.
- Lyubomirsky, S., Tkach, C., DiMatteo, M. R., & Lepper, H. S. (in press). What are the differences between happiness and self-esteem? *Social Indicators Research*.

- Magnus, K., & Diener, E. (1991). A longitudinal analysis of personality, life events, and subjective well being. Paper presented at the Sixty-third Annual Meeting of Midwestern Psychological Association, Chicago, Mayo 2-4.
- Malatesta, C.Z., Grigoryev, P., Lamb, c., Albin, M., & Culver, C. (1986). Emotion socialization and expressive development in preterm and full-term infants. *Child Development*, 57, 316-30.
- Markides, K.S., & Martin, H.W. (1979). A causal model of life satisfaction among the elderly. *Journal of Gerontology*, 34, 86-93.
- Marks, L. I. (1998). Deconstructing locus of control: Implications for practitioners. *Journal of Counselling and Development* , 76(3), 251-259. <http://dx.doi.org/10.1002/j.1556-6676.1998.tb02540.x>
- Martínez-Benlloch, I. (1986). Aportaciones a la medida de los constructos de género. Valencia, España: Universidad de Valencia.
- Martínez, M., Buelga, S. y Cava, M. (2007). La satisfacción con la vida en la adolescencia y su relación con la autoestima y el ajuste escolar. *Anuario de Psicología*, 38(2), 293-303.
- Matlin, M.W., & Gawron, V.J. (1979). Individual differences in Pollyannaism. *Journal of Personality Assessment*, 43, 411-412.
- Matsumoto, D. & Hwang, H. (2012). Culture and emotion: The integration of biological and cultural contributions. *Journal of Cross-cultural Psychology*, 43(1), 91-118
- Matud, A.M.P., Rodríguez, W.C., Marrero, Q.R. & Carballeira, A.M. (2002). *Psicología del género: implicaciones en la vida cotidiana*. Madrid: Biblioteca nueva.
- McCullough, P. M., Ashbridge, D., & Pegg, R. (1994). The effect of self-esteem, family structure, locus of control, and career goals on adolescent leadership behavior. *Adolescence* , 29(115), 605-611.
- McDonald, G., & O'Hara, K. (2003). Ten elements of mental health, its promotion and demotion. En S. Somerville, T. Illsley, J. Kennedy, S. Smillie, & D. Robbie (Eds.). *Tayside Mental Health Promotion Paper*, Unpublished Working Paper, 1996.
- McGee, R. & Williams, S. (2000). Does low self esteem predict health compromising behaviours among adolescents? *Journal of Adolescence*, 23, 569-582.
- McGhee & Crandall (1968). Beliefs in internal-external control of reinforcement and academic performance. *Child Development*, 39, 91-102.
- McKennell, A. (1974). Surveying subjective welfare: Strategies and methodological considerations. En B Strumpel (Ed.), *Subjective elements of well-being* (pp. 45-72). Paris: Organization of Economic Development and Cooperation.

- McKnight, C. G., Huebner, E. S., & Suldo, S. M. (2002). Relationships among stressful life events, temperament, problem behavior, and global life satisfaction in adolescents. *Psychology in the Schools, 39*, 677- 687.
- Medina, M. (2007). Masculinidades en la era de la razón. Propuesta para el estudio de la identidad y autorrepresentaciones en Suecia y Sudamérica a principios del 1800.
- Medley, M.L. (1980). Lifesatisfaction across four stages of adult life. *International Journal of Aging and Human Development, 11*, 193-209.
- Mehnert, T., Krauss, H.h., Nadler, R., & Boyd, M. (1990). Correlates of life satisfaction in those with disabling conditions. *Rehabilitation Psychology, 35*, 3-17.
- Mezulis, A., Abramson, L. Y., Hyde, J., & Hankin, B. (2004). Is there a universal positivity bias in attributions? A meta-analytic review of individual, developmental, and cultural differences in the self-serving attributional bias. *Psychological Bulletin, 130*, 711-747.
- Michalos, A.C. (1985). Multiple Discrepancies Theory (MDT). *Social Indicators Research, 16* (4), 347-414.
- Michalos, A.C. (1986). Job satisfaction, marital satisfaction, and the quality of life: A review and a preview. En F.M. Andrews (Ed.), *Research on the quality of life* (pp. 57-83). Ann Arbor: University of Michigan Institute for Social Research.
- Miller, S., Catalano, D., & Ebener, D. J. (2010). The Relationship of Coping, Self-Worth, and Subjective Well-Being: A Structural Equation Model. *Rehabilitation Counseling Bulletin, 53*, 131-142. doi:10.1177/0034355209358272
- Minkoff, K., Bergman, E., Beck, A. T., & Beck, R. (1973). Hopelessness, depression, and attempted suicide. *The American Journal of Psychiatry, 130*(2), 455-459.
- Moen, P., Robinson, J., & Dempster, M.D. (1995). Caregiving and women's well-being: A life course approach. *Journal of Health and Social Behavior, 36*(3), 259-273.
- Montero Santamaría, N., Rivera Aragón, S., Reyes-Lagunes, I., y Díaz Loving, R. (2010). Diseño y validación psicométrica de la escala de locus de control de pareja. *Revista de Psicología Social y Personalidad, 26* (1), 69-88.
- Montero, N., Rivera, S., Reyes, I., y Díaz-Loving, R. (2008). Adaptación de la Escala de Locus de Control para parejas. En S. Rivera, R. Díaz-Loving, R. Sánchez e I. Reyes (Eds.), *La Psicología Social en México, XII* (pp.619-624). México: AMEPSO.
- Montoya, B.I. y Landero, R. (2008). Satisfacción con la vida y autoestima en jóvenes de familias monoparentales y biparentales. *Psicología y salud, 18*(1), 117-122.
- Moral de la Rubia, J. (2011). La escala de afecto positivo y negativo (PANAS) en parejas casadas mexicanas. *Ciecia Ergo Sum, 18*(2), 117-125.

- Moreno, D., Estévez, E., Murgui, S. y Musitu, G. (2009). Reputación social y violencia relacional en adolescentes: El rol de la soledad, la autoestima y la satisfacción vital. *Psicothema*, 21(4), 537-542.
- Moretti, M.M., Segal, Z.V., McCann, C.D., Shaw, B.F., Miller, D.T., & Vella, D. (1996). Self-referent versus other-referent information processing in dysphoric, clinically depressed, and remitted depressed subjects. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 68-80.
- Morgan, L. (1976). A re-examination of widowhood and morale. *Journal of Gerontology*, 31, 687-695.
- Morrison, T.L. & Morrison, R.L. (1979). Personal beliefs, information availability, and judgements of academic success. *Psychological Reports*, 45, 483-488.
- Moskowitz, D.S., & Cote, S. (1995). Do interpersonal traits predict affect? A comparison of three models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 915-924.
- Myers, D.G. & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Navarro Contreras, Gabriela. Prácticas parentales de alimentación, locus de control y su relación con el índice de masa corporal de niños(as) preescolares y escolares. Tesis de doctorado no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Nazroo, J.Y. (2001). Exploring gender differences in depression. *Psychiatric Times*, 18(3).
- Nehemia, F., Giora, K. & Yechiela, R. (1992). Controlling the uncontrollable: Effects of stress on illusory receptions of controllability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 923-31.
- Neugarten, B.L., Havinghurst, R.S. & Tobin, S.S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 980-990
- Okun, M.A., & George, L.K. (1984). Physician and self-ratings of health, neuroticism, and subjective well-being among men and women. *Personality and Individual Differences*, 11, 1299-1306.
- Okun, M.A., Stock, W.A., & Covey, R.E. (1982). Assessing the effects of older adult education on subjective well-being. *Educational Gerontology*, 8, 523-526.
- Okun, M.A., Stock, W.A., Haring, M.J., & Witter, R.A. (1984). The social activity/subjective well-being relation: A quantitative synthesis. *Research on Aging*, 6, 45-66.
- Olsen, J.K. (1980). The effect of change in activity in voluntary associations on life satisfaction among people 60 and over who have been active through time (Doctoral dissertation, University of

- Maryland, 1979). *Dissertation Abstracts International*, 40, 5211A. (University Microfilms No. 80-07, 107).
- OMS, Organización Mundial de la Salud (2012). *Depresión* (electrónico). Recuperado el día 29 de octubre de 2012, disponible en línea en: <http://www.who.int/topics/depression/es/>
- OMS/WHO (2002). Gender and Mental Health. Departamento de Género y Salud de la Mujer. Disponible en línea en <http://whqlibdoc.who.int/gender/2002/a85573.pdf> Accesado el 19 de mayo del 2012.
- Oñate, M.P. (1989). *El autoconcepto: Formación, medida e implicaciones en la personalidad*. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universidad Complutense de Madrid: Narcea.
- Ortony, A., Clore, G.L., & Collins, A. (1988). *The cognitive structure of emotions*. New York: Cambridge University Press.
- Oubrayne, N., Léonardis, C., & Safont, C. (1994). A tool for assessing self-esteem and depression: New findings with behavioral measures of assertiveness. *Journal of Behavioral Therapy and Experimental Psychology*, 9, 97-101.
- Padilla, M.T. (2000). El gozo en las parejas que trabajan. En González Nuñez, *Los cambios del hombre frente a la metamorfosis de la mujer* (pp.57-84). México: IIPCS, A.C.
- Palmore, E. (1979). Predictors of successful aging. *The Gerontologist*, 19, 427-431.
- Palomar Lever, J. (2000). The development of an Instrument to measure quality of life in Mexico City. *Social Indicators Research*, 50, 187-208.
- Palomar, J. (2004). *Pobreza, recursos psicológicos y bienestar subjetivo*. México: Universidad Iberoamericana.
- Palomar, J. (2005). Estructura del bienestar subjetivo: Construcción de una escala multidimensional. En: L. Garduno, B. Salinas y M. Rojas (Coords.), *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (pp. 113-142), México: Plaza y Valdés S.A. de C.V.
- Palomar, J. y Valdés, L.M. (2004). Pobreza y locus de control. *Revista Interamericana de Psicología*, 38, 225-240.
- Palomar, J., y Valdés, L. (2004). Pobreza y locus de control. *Interamerican Journal of Psychology*, 38(2), 225-240.
- Paris, L. & Omar, A. (2009). Estrategias de afrontamiento del estrés como potenciadoras del bienestar. *Psicología y Salud*, 19 (2), 167-175.
- Park, N. (2004). The role of subjective well being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 25-39. Doi: 10.1177/0002716203260078
- Parker, G., & Roy, K. (2001). Adolescent depression: A review. *Australian Journal of Psychiatry*, 35, 572-580.
- Paulhus, D. & Christie, R. (1981). Spheres of control: An interactionist approach to assessment of perceived control. In H.M. Lefcourt (Ed.),

- Research with the locus of control construct* (Vol. 1): *Assessment methods*. New York: Academic Press.
- Lefcourt, H.M., Von Baeyer, C.L., Ware, E.E., & Cox, D.J. (1979). The multidimensional-multiatributional causality scale: The development of a goal specific locus of control scale. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 11, 286-304.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5 (2), 164-172.
- Pavot, W., Diener, E., & Fujita, F. (1990). Extroversion and happiness. *Personality and Individual Differences*, 5, 533-539.
- Pervin, L.A. (1994). A critical analysis of current trait theory. *Psychological Inquiry*, 5, 103-113.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44-55.
- Phares, E.J. (1971). Internal-external control and the reduction of reinforcement value after failure. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 37, 386-390.
- Pope, A.W., McHale, S.M., & Craighead, W.E. (1988). *Self-esteem enhancement with children and adolescents*. USA: Allyn and Bacon Eds.
- Pozos Guriérrez, J.L. (2012). Etnopsicología de la felicidad en la pareja. Tesis de doctorado no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Pullium, R.M. (1989). What makes good families: Predictors of family welfare in the Philippines, *Journal of Comparative Family Studies*, 20 (1), 47-66.
- Rabkin, J.G. (1982). Stress and psychiatric disorders. En L. Goldberger & S. Brenitz (Eds.), *Handbook of Stress*. New York: The Free Press.
- Reese, H.W., & Smyer, M.A. (1983). The dimensionalization of life events. En E.J. Callahan & K.A. McCluskey (Eds.), *Life-span developmental psychology. Nonnormative life events*. New York: Academic Press.
- Reid, D.W. & Ware, E.E. (1974). Multidimensionality of internal versus external control: Addition of a third dimensión and non-distinction of self versus others. *Canadian Journal of Behavioral Sciences*, 6, 131-142.
- Reyes Lagunes, I. (1993). Las Redes Semánticas Naturales, su Conceptuación y Utilización en la Construcción de Instrumentos, *Revista de Psicología Social y Personalidad*, IX (1), 83-95.
- Reyes Lagunes, I. & García y Barragán, L.F. (2008). Procedimiento de validación psicométrica culturalmente relevante: un ejemplo. En S. Rivera Aragón, R. Díaz Loving, R. Sánchez Aragón, I. Reyes Lagunes (Eds), *La Psicología Social en México*, XII (pp. 625-630). México: AMEPSO.
- Reyes Lagunes, I. & Hernández, M.J. (1998). *Escala de autoestima*. Documento inédito. Unidad de Investigaciones Psicosociales, UNAM.
- Reyes-Lagunes, I., y García-Campos, T. (1998). Estructura del locus de control en México. *La Psicología Social en México*, 8, 158-164.

- Reyes, I. (2007). Escala Mexicana de Locus de Control. Simposio efectuado en el VI Congreso Iberoamericano de Evaluación Psicológica, Ciudad de México, México.
- Rice, R.W., McFarlin, D.B., Hunt, R.G., & Near, J.P. (1985). Job importance as a Moderator of the Relationship Between Job Satisfaction and Life Satisfaction. *Basic and Applied Social Psychology*, 6, 297-316.
- Riddick, C.C. (1985). Life satisfaction determinants of older males and females. *Leisure Sciences*, 7, 47-63.
- Riquelme, A.M. (2013). Factores Psicosociales que afectan la relación de pareja cuando la mujer tiene un crecimiento profesional y económico mayor que el del hombre. Tesis de doctorado no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Robins, R.W., Tracy, J.L., & Trzesniewski, K. (2001). Personality correlates of self-esteem. *J Res Personal*, 37, 100-106.
- Robles, R., y Páez, F. (2003). Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de afecto positivo y negativo (PANAS), *Salud Mental*, 26(1).
- Rocha T. (2008). Identidad de Género y Estado Anímico en Hombres y Mujeres. En: S. Rivera Aragón, R. Díaz Loving, R. Sánchez Aragón e I. Reyes Lagunes (Eds.), *La Psicología social en México, XII* (pp663-670), México: AMEPSO.
- Rocha, S.T. (2000). *Roles de género en los adolescentes mexicanos y rasgos de masculinidad-femineidad*. Tesis de licenciatura. México, D.F.: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Rocha, S.T. (2004). *Socialización y Cultura: El impacto de la diferenciación entre los sexos*. Tesis inédita de Doctorado. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Rosebaum, M. (1983). Learned resourcefulness as a behavioral repertoire for the self-regulation of internal events: Issues and speculations. En M. Rosebaum, C.M. Franks & Y. Jaffe (Eds.), *Perspectives on behavior therapy in the eighties*. New York: Springer.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rothbart, M.K., & Ahadi, S.A. (1994). Temperament and the development of personality. *Journal of Abnormal Psychology* (special issue: Personality and psychopathology), 103, 55-66.
- Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80, 1-26.
- Rotter, J. (1975). Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 56-67.

- Rotter, J.B. & Mulry, R.C. (1965). Internal vs external control of reinforcement and decision time. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2(4), 598-604.
- Ruthig. J.C., Haynes, T.L., Perry, R.P., & Chpperfield, J.G. (2007). Academic optimistic bias: Implications for college student performance and well-being. *Social Psychology of Education*, 10(1), 115-137
- Salinas, B., Garduño, L., y Barrientos, G. (2005). Contexto cultural y calidad de vida: Identificación de las dimensiones de vida y de la importancia relativa de la dimensión "educación" en una comunidad económicamente pobre. En: L. Garduno, B. Salinas y M. Rojas (Coords.), *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (pp. 217-230), México: Plaza y Valdés S.A. de C.V.
- Sanjuán, P. & Jensen, K. (2013). Relationships between self-serving attributional bias and subjective well being among Danish and Spanish women. In H. Knoop & A. Delle Fave (Eds.), *Well-being and cultures: Perspectives from positive psychology* (pp.183-194). Dordrecht: Springer
- Sanjuán, P. & Magallares, A. (2013). Coping strategies as mediating variables between self-serving attributional bias and subjective well being. *Journal of Happiness Studies*, 15, 443-453
- Scheier, M.F. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in Psychological Science*, 2, 26-30.
- Scheier, M.F. & Carver, C.S. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Schimmack, U., & Diener, E. (2003). Predictive validity of explicit and implicit self-esteem for subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, 37, 100-106. [http://dx.doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00532-9](http://dx.doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00532-9)
- Schuler, M. (1997). Los derechos de las mujeres son derechos humanos: La agenda internacional del empoderamiento. En M. León, *Poder y empoderamiento de las mujeres*. Bogotá: Tercer Mundo, pp. 75-98
- Schwarz, N. & Strack, F. (1991). Evaluating one's life: A judgement model of subjective well-being. En F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 27-48). Oxford: Pergamon Press.
- Seligman, M. (2011). *Flourish*. New York: Free Press.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Serafino, E. & Amstrong, J. (1988). *Desarrollo del niño y el adolescente*. México: Trillas.
- Shapiro, D. H., Schwartz, C. E., & Austin, J. A. (1996). Controlling ourselves, controlling our world. *American Psychologist*, 51(12), 1213-1230. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.51.12.1>
- Shichman, S. & Cooper, E. (1984). Life satisfaction and sex-role concept. *Sex Roles*, 11, 227-240.

- Siffert, A. & Schwarz, B. (2011). Spouses' demand and withdrawal during marital conflict in relation to their subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28 (2), 262-277.
- Silver, R.L. (1980). Coping with an undesirable life event: A study of early reactions to physical disability. Ph.D. diss. Northwestern University.
- Silverstein, B. (2002). Gender differences in the prevalence of somatic versus pure depression: A replication. *American Journal of Psychiatry*, 159, 1051-1052.
- Simonds, V., & Whiffen, V. (2003). Are gender differences in depression explained by differences in co-morbid anxiety? *Journal of Affect Disorders*, 77, 197-202.
- Singh y Mansi, S. (2009). Psychological capital as predictor of psychological well-being. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35(2), 233-238
- Sirgy, M. (2002). *The psychology of quality of life*. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.
- Smalbrugge, M., Margriet, A., Jongenelis, L., Gundy, C., Beekman, A., & Eefsting, J. (2006). El impacto de la depresión y la ansiedad en el bienestar, inhabilidad y el uso de los servicios de atención a la salud en pacientes de residencias. *International Journey of Geriatric Psychiatry*, 21(4), 325-332
- Snyder, C.R., Irving, I.M., & Anderson, J.R. (1991). Hope and health. In C.R. Snyder, D.R. Forsyth (Eds). *Handbook of social and clinical psychology. The health perspective* (pp. 285-305). NY: Pergamon Press
- Solomon, R. L. (1980). The opponent-process theory of acquired motivation: The cost of pleasure and the benefits of pain. *American Psychologist*, 35, 691-712.
- Spece, J. & Helmreich, R. (1978). *Masculinity and femininity: Their psychological dimensions, correlates and antecedents*. Austin: University of Texas Press.
- Spence, J. (1993). Gender-Related Traits and Gender Ideology: Evidence for a Multifactorial Theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64 (4), 624-635.
- Spielberger, C. & Díaz Guerrero, R. (2005). Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (I.D.A.R.E.). México: El Manual Moderno.
- Spielberger, C.D. (1972). *Anxiety: Current trends in theory and research*. New York: Academic Press.
- Stanton, A., Revenson, T., & Tennen, H. (2007). Health psychology: Psychological adjustment to chronic disease. *Annual Review of Psychology*, 58, 565-592.
- Steiner, D.D., & Truxillo, D.M. (1987). Another look at the job satisfaction-life satisfaction relationship: A test of the disaggregation hypothesis. *Journal of Occupational Behavior*, 8, 71-77.

- Stoller, E.P. (1984). Self-assessments of health by the elderly: The impact of informal assistance. *Journal of Health and Social Behavior*, 25, 260-270.
- Stoller, J.R. (1968). *Sex and Gender: The Development of Masculinity and Feminity*. Karnac: Maresfield Library.
- Suh, E., Diener, E. & Updegraff, J. (2008). From Culture to Priming Conditions: Self-Construal Influences on Life Satisfaction Judgements, *Journal of Cross Cultural Psychology*, 39(3), 3-15
- Suh, E., Diener, E., & Fujita, F. (1996). Events and subjective well being: Only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1091-1102.
- Tam, K.P., Lau, H.P., & Jiang, D. (2012). Culture and Subjective well-being: A dynamic constructivist view. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 43(1), 23-31
- Tánori, J., Durazo, F., & Martínez, I. (2012). Las Premisas Histórico Socio Culturales en Sonorenses: Un Estudio Intergeneracional. En: R. Díaz Loving, S. Rivera e I. Reyes Lagunes, *La Psicología Social en México* (pp.738-744), Vol. XV. México: Universidad Autónoma de Nuevo León y Asociación Mexicana de Psicología Social.
- Tatarkiewicz, W. (1976). *Analysis of happiness*. Warsaw: Polish Scientific Publishers.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusions and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193–210.
- Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assessing anxiety, with an emphasis on self-report. En A.H. Tuma & J.D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 681-706). Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Tellegen, A., Lykken, D.T., Bouchard, T.J., Wilcox, K.J., Segal, N.L., & Rich, S. (1988). Personality similarity in twins reared apart and together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1031-1039.
- Thomas, N. (1998). Infancia y autoestima. Rompan filas. *Revista UNAM*, 6(29).
- Thompson, S. C., Thomas, C., Rickabaugh, C. A., Tantamjarik, P., Otsuki, T., Pan, D., et al. (1998). Primary and secondary control over age-related changes in physical appearance. *Journal of Personality*, 66(4), 583–605.
- Tomkins, S. S. (1962). *Affect, imagery, and consciousness* (Vol. 1: The positive affects). New York: Springer.
- Tomkins, S. S. (1963). *Affect, imagery, and consciousness* (Vol. 2: The negative affects). New York: Springer.
- Tomyn, A. & Cummins, R. (2010). Subjective Well Being and Homeostatically Protected Mood: Theory Validation With Adolescents. *Journal of Happiness Studies*, DOI 10.1007/s10902-010-9235-5
- Torun, E., & April, K. (2006). Rethinking individual control: Implications for business managers. *Journal for Convergence* , 7(1), 36-39.

- Toseland, R. & Rasch, J. (1980). Correlates of life satisfaction: An AID analysis. *International Journal of Aging and Human Development*, 10, 203-211.
- Tov, W. & Diener, E. (2009). The Well-being of Nations: Linking Together Trust, Cooperation, and Democracy. En Diener (Ed.), *The Science of Well Being: The Collected Works of Ed Diener, Social Indicators Research Series*, 37, 155-173
- Triandis, H. (1994). *Culture and Social Behavior*. New York: McGraw Hill. Inc. Series in Social Psychology.
- Uebelacker, L. A., Courtnage, E. S., & Whisman, M. A. (2003). Correlates of depression and marital dissatisfaction: Perceptions of marital communication style. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20, 757-770. doi: 10.1177/0265407503206003
- Ussher, J. (1991). *La psicología del cuerpo femenino*. Madrid: Arias Montano.
- Van Tuinen, M., & Ramanaiah, V. (1979). A multi-method analysis of selected self-esteem measures. *Journal of Research in Personality*, 13, 16-24.
- Varela, P. (2002). *Ansiosa-mente, claves para reconocer y desafiar la ansiedad*. España: La esfera de los libros.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Veenhoven, R. (1994). Is happiness a trait? Test of the Theory that a better society does not make people any happier. *Social Indicators Research*, 32, 101-160.
- Veenhoven, R. (1996). Happy life expectancy: A new comprehensive measure of quality of life in nations. *Social Indicators Research*, 39, 1-57
- Veenhoven, R. (2005). Lo que sabemos de la felicidad. En: L. Garduno, B. Salinas y M. Rojas (Coords.), *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (pp. 17-56), México: Plaza y Valdés S.A. de C.V.
- Velasco Matus, P.W. (2010). *Vaildación del ARSMA-II para una muestra mexicana y su relación con el funcionamiento familiar*. Tesis de licenciatura no publicada. México: Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Velasco, P., Rivera, S., García, M. & Arita, B. (2014). Correlatos culturales del bienestar subjetivo en México. En S. Rivera, R. Díaz Loving, I. Reyes Lagunes, y M. Flores Galaz (Eds.), *La Psicología Social en México*, XV (pp 99-106), México: AMEPSO.
- Vera Noriega, J.A., Laborín, J.F., Domínguez, M.T., Parra, E., y Padilla, M. (2009). Locus de control, autoconcepto y orientación al éxito en adultos mayores del norte de México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 14(1), 119-135.
- Villaseñor-Ponce (2010). Correlación entre la ansiedad y bienestar psicológico en estudiantes que ingresan a la universidad. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 1(1), 41-48.

- Wallston, K.A. & Wallston, B.S. (1981). Health locus of control scales. In H.M. Lefcourt (Ed.), *Research with the locus of control construct* (Vol. 1): *Assessment methods*. New York: Academic Press.
- Watson, D., & Walker, L.M. (1996). The long-term stability and predictive validity of trait measures of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, *70*, 567-577.
- Whitehead B, Bergeman CS (2011) Coping with daily stress: differential role of spiritual experience on daily positive and negative affect. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, *67*:456–459, doi:10.1093/geronb/gbr136
- Wilson, W.R. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, *67*, 294-306.
- Wong, P. T. P., & Sproule, C. F. (1984). An attributional analysis of the locus of control construct and the Trent Attribution Profile. In H. M. Lefcourt (Ed.), *Research with the locus of control construct* (Vol. 3) (pp. 309-360). New York: Academic Press.
- Wood, J.V. (1996). What is social comparison and how should we study it? *Personality and Social Psychology bulletin*, *22*, 520-537.
- Wood, J.V., Taylor, S.E. & Lichtman, R.R. (1985). Social comparison in adjustment to breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, *49*, 1169-1183.
- Worell, L. & Tumilty, T.M. (1981). The measurement of locus of control among alcoholics. In H.M. Lefcourt (Ed.), *Research with the locus of control construct* (Vol. 1): *Assessment methods*. New York: Academic Press.
- Zavala, L., Rivas R., Andrade, P., Reidl, L. (2008). Validación del instrumento de estilos de enfrentamiento de Lazarus y Folkman en adultos de la Ciudad de México. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, *10*(2), 159-182.
- Zhang, L.W., & Leung, J.P. (2002). Moderating effects of gender and age on the relationship between self-esteem and life satisfaction in mainland Chinese. *International Journal of Psychology*, *37*(2), 83-91
- Zou, C., Schimmack, U., & Gere, J. (2013). The validity of well-being measures: A multiple-indicator-multiple-rater model. *Psychological Assessment*, *25*, 1247–1254.

**ANEXO 1****Redes semánticas y preguntas abiertas del exploratorio**

Sexo: M\_\_\_\_ F\_\_\_\_\_

Estado civil: ( ) soltero ( ) casado ( ) unión libre  
( ) viudo ( ) divorciado ( ) otro \_\_\_\_\_Escolaridad: ( ) primaria ( ) secundaria ( ) preparatoria  
( ) profesional ( ) posgrado ( ) sin estudios

Edad: \_\_\_\_\_

Se le presentarán una serie de definiciones, por favor léalas cuidadosamente y a continuación escriba todas las **palabras** que considere estén relacionadas a la definición proporcionada. Posteriormente, lea cuidadosamente las palabras que escribió y ordene según la **importancia que tiene cada una para usted**. Ponga el número 1 a la más importante y continúe ordenando hasta terminar todas las palabras.

**DEFINICIÓN 1**

Percepción de un estado interno y positivo de satisfacción y comodidad acompañado por un tono afectivo agradable.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**DEFINICIÓN 2**

Evaluación de la medida en que las circunstancias de la vida son satisfactorias o susceptibles de mejora en el contexto de la cultura y los valores dentro del cual viven los individuos.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**DEFINICIÓN 3**

Grado en que un individuo juzga la calidad global de su propia vida (como un todo) como algo favorable. En otras palabras: qué tanto le gusta a uno la vida que lleva.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

A continuación se le presentan una serie de preguntas. Por favor conteste cada una de manera honesta y lo más completa que se pueda. Recuerde que no existen respuestas correctas o incorrectas.

1. ¿Qué es **bienestar subjetivo**?

---

---

---

2. ¿Qué es **calidad de vida**?

---

---

---

3. ¿Qué es **felicidad**?

---

---

---

Utilizando una escala del 1 al 10, donde el número 10 corresponde al puntaje máximo y 1 el puntaje mínimo, por favor conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué tan importante es para mi la **felicidad**?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nada importante									Muy importante

2. ¿Qué tan importante es para mi el **bienestar subjetivo**?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nada importante									Muy importante

3. ¿Qué tan importante es para mi la **calidad de vida**?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nada importante									Muy importante

**ANEXO 2****Reactivos de afecto positivo y negativo**

1	Desconfianza	50	Nostalgia
2	Gozo	51	Incertidumbre
3	Insatisfacción	52	Conformidad
4	Compromiso	53	Desatención
5	Estabilidad	54	Nervios
6	Entusiasmo	55	Comodidad
7	Armonía	56	Soledad
8	Rabia	57	Dolor
9	Coraje	58	Desdicha
10	Depresión	59	Felicidad
11	Negativismo	60	Vergüenza
12	Apatía	61	Frustración
13	Cariño	62	Melancolía
14	Energía	63	Esperanza
15	Susto	64	Hostilidad
16	Tensión	65	Culpa
17	Salud	66	Agitación
18	Desequilibrio	67	Orgullo
19	Desinterés	68	Furia
20	Activo	69	Resentimiento
21	Libertad	70	Inquietud
22	Satisfacción	71	Confianza
23	Temor	72	Pasividad
24	Dicha	73	Necesidad
25	Bienestar	74	Respeto
26	Alegría	75	Autoestima
27	Malestar	76	Odio
28	Equilibrio	77	Enojo
29	Timidez	78	Desencanto
30	Celos	79	Disgusto
31	Impotencia	80	Atención
32	Fracaso	81	Desilusión
33	Infelicidad	82	Desgracia
34	Miedo	83	Optimismo
35	Consuelo	84	Alerta
36	Tranquilidad	85	Calma
37	Incomodidad	86	Placer
38	Irritación	87	Interés
39	Pasión	88	Desamor
40	Plenitud	89	Ansiedad
41	Sufrimiento	90	Angustia
42	Desesperación	91	Preocupación
43	Amor	92	Abatimiento
44	Paz	93	Alivio
45	Decepción	94	Desajuste
46	Inspiración	95	Decisión
47	Euforia	96	Felicidad
48	Tristeza		
49	Éxito		

## ANEXO 3

### Reactivos de Satisfacción con la Vida

- |    |  |    |   |
|----|--|----|---|
| 1  | El medio ambiente que le rodea                                   | 41 | La convivencia con su pareja  |
| 2  | La unión con sus amistades                                       | 42 | Las actividades que realiza con su pareja   |
| 3  | Su vida sexual   | 43 | El apoyo que recibe de sus hijos  |
| 4  | Su alimentación  | 44 | Su salud física   |
| 5  | La comunicación con sus compañeros de trabajo                    | 45 | La ropa que viste   |
| 6  | La comunicación con los miembros de su familia                   | 46 | La relación con sus amistades   |
| 7  | Los valores en su vida   | 47 | El reconocimiento a su esfuerzo   |
| 8  | El apoyo que recibe de sus amistades                             | 48 | El amor en su vida  |
| 9  | Su vivienda  | 49 | La cultura en la que vive   |
| 10 | Los problemas que tiene  | 50 | Las actividades que realiza con sus amistades   |
| 11 | Las metas que ha alcanzado                                       | 51 | La convivencia con sus amistades  |
| 12 | Su vida espiritual   | 52 | La unión de su familia  |
| 13 | El nivel de paz (tranquilidad) que siente en su vida             | 53 | El apoyo que recibe de su familia   |
| 14 | El nivel de armonía de su vida                                   | 54 | La comunicación con sus amistades   |
| 15 | Sus emociones  | 55 | La unión con sus hijos  |
| 16 | Su educación en comparación a la educación que le gustaría tener | 56 | Su economía   |
| 17 | El dinero que tiene para su alimentación                         | 57 | Su trabajo  |
| 18 | El amor que da en su vida  | 58 | Su nivel de estudios  |
| 19 | Sus pensamientos   | 59 | La unión con su pareja  |
| 20 | El ejercicio que hace  | 60 | El apoyo que recibe de su pareja  |
| 21 | El dinero que tiene para su vivienda                             | 61 | Cómo se siente  |
| 22 | La comunicación con su pareja                                    | 62 | Su educación  |
| 23 | La convivencia que tiene con sus hijos                           | 63 | Sus deseos de superación personal   |
| 24 | La convivencia con sus compañeros de trabajo                     | 64 | El dinero que tiene para actividades recreativas (vacaciones, paseos, deportes, conciertos, etc.) |
| 25 | El apoyo que recibe de sus compañeros de trabajo                 | 65 | Los logros que ha conseguido  |
| 26 | Las actividades que realiza con sus compañeros de trabajo        | 66 | Sus opiniones   |
| 27 | El descanso que tiene  | 67 | Los retos de la vida diaria   |
| 28 | El dinero que tiene para su salud                                | 68 | El equilibrio en su vida  |
| 29 | El trabajo que tiene   | 69 | Sus sentimientos  |
| 30 | La convivencia con su familia                                    | 70 | El amor que recibe en su vida   |
| 31 | Su salud mental  | 71 | La plenitud que ha alcanzado  |
| 32 | El dinero que tiene  | 72 | Su trabajo actual en comparación con el trabajo que le gustaría tener                             |
| 33 | Sus aspiraciones en la vida                                      | 73 | Las actividades recreativas que tiene   |
| 34 | El involucramiento en sus actividades diarias                    | 74 | Sus creencias religiosas  |
| 35 | Su felicidad   | 75 | Las expectativas que tiene  |
| 36 | Las actividades de diversión en su vida                          | 76 | Su calidad de vida en general   |
| 37 | Su capacidad de satisfacción de necesidades                      | 77 | Su relación de pareja   |
| 38 | La satisfacción de sus necesidades                               | 78 | Sus creencias   |
| 39 | Su apariencia  | 79 | Su bienestar  |
| 40 | Las actividades que realiza con su familia                       | 80 | Sus actitudes en general  |
|    |  | 81 | Las comparaciones que hace de su vida con otras personas  |
|    |  | 82 | Su desarrollo personal  |
|    |  | 83 | Su entretenimiento  |
|    |  | 84 | La familia con la que vive  |
|    |  | 85 | Los lujos que puede darse   |

## ANEXO 4

### Reactivos de Satisfacción Global con la Vida

- 1 En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal.
- 2 Las condiciones de vida son excelentes
- 3 Estoy satisfecho con mi vida
- 4 Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes en la vida
- 5 Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida
- 6 En general, estoy satisfecho con mi vida\*
- 7 En general, me siento bien con mi vida\*
- 8 En general, soy feliz con mi vida\*

\* Originalmente no contemplados en la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener et al. (1985).

## ANEXO 5

### Reactivos de Dimensiones del Bienestar Subjetivo

- |    |                                      |    |  |
|----|--------------------------------------|----|--|
| 1  | Sus conductas                        | 28 | La educación                               |
| 2  | El amor                              | 29 | La pareja                                  |
| 3  | Los hijos                            | 30 | Sentirse bien                              |
| 4  | Las opiniones                        | 31 | Sus actitudes                              |
| 5  | La cultura                           | 32 | El trabajo                                 |
| 6  | La vida                              | 33 | El medio ambiente                          |
| 7  | Las relaciones interpersonales       | 34 | La escuela                                 |
| 8  | La vivienda                          | 35 | La felicidad                               |
| 9  | La serenidad                         | 36 | Ser feliz                                  |
| 10 | Sus expectativas                     | 37 | Las amistades                              |
| 11 | Sus sentimientos                     | 38 | La salud                                   |
| 12 | La economía                          | 39 | La paz                                     |
| 13 | Su estado físico                     | 40 | La plenitud                                |
| 14 | El entorno                           | 41 | El ejercicio                               |
| 15 | Los pensamientos                     | 42 | La ropa                                    |
| 16 | La familia                           | 43 | Los valores                                |
| 17 | Las metas                            | 44 | La salud física                            |
| 18 | Estar involucrado en sus actividades | 45 | El bienestar                               |
| 19 | La comida                            | 46 | Los problemas                              |
| 20 | Sus necesidades                      | 47 | Los logros                                 |
| 21 | El dinero                            | 48 | Estar satisfecho                           |
| 22 | La armonía                           | 49 | Sus creencias                              |
| 23 | Sus emociones                        | 50 | El estado de ánimo                         |
| 24 | Compararse con otros                 | 51 | Las actividades diarias                    |
| 25 | La espiritualidad                    | 52 | La capacidad de satisfacer sus necesidades |
| 26 | La casa                              | 53 | El equilibrio                              |
| 27 | La salud mental                      |    |  |

## ANEXO 6

## Reactivos de Locus de Control-Bienestar Subjetivo

- 1 Mi familia es la causa de mi bienestar
- 2 Mi bienestar depende de la escuela a la que fui
- 3 Conseguir bienestar en mi vida depende de mis habilidades
- 4 Tener bienestar depende de que así esté escrito
- 5 Soy responsable de mi bienestar
- 6 He conseguido mi bienestar porque así tenía que suceder
- 7 Alcanzaré el bienestar en mi vida si me lo propongo
- 8 Mi bienestar se debe a mi salud
- 9 El bienestar de mi vida lo he conseguido por la escolaridad que tengo
- 10 Merezco el bienestar de mi vida por lo que me ha sucedido
- 11 El bienestar de mi vida se debe a mi dinero
- 12 Yo soy causante de mi bienestar
- 13 Ser afectuoso con otros me permite sentirme bien
- 14 El bienestar de mi vida depende de las decisiones de mi pareja
- 15 Mi bienestar depende de lo que esperan de mi
- 16 Merezco el bienestar de mi vida por todo lo que he hecho
- 17 Mi bienestar depende de mi pareja
- 18 El bienestar de mi vida se debe a cosas materiales
- 19 El bienestar de mi vida se debe a la ropa que visto
- 20 Mi bienestar se debe a mis capacidades
- 21 Mi bienestar depende de fuerzas superiores a mi
- 22 Mi bienestar depende de que cumpla mis objetivos de vida
- 23 Mi bienestar depende de adular a otros
- 24 El bienestar de mi vida depende de cómo me ven los demás
- 25 Mi pareja es la fuente de mi bienestar
- 26 Mis amigos son la causa de mi bienestar
- 27 El bienestar de mi vida depende de un mundo que no controlo
- 28 Mi bienestar depende de mi lugar de trabajo
- 29 El bienestar de mi vida depende de mis actividades diarias
- 30 Sentirme bien es por accidente
- 31 Mi bienestar depende de mis creencias religiosas
- 32 El bienestar de mi vida se debe a cómo me siento
- 33 Mi bienestar se debe al ejercicio que hago
- 34 Mi bienestar depende del azar
- 35 Mi bienestar depende de las metas que he alcanzado
- 36 El bienestar de mi vida lo obtengo porque soy simpático
- 37 Mi bienestar depende de mi religión
- 38 Mi bienestar depende de un dios
- 39 Mi bienestar depende de mi inteligencia
- 40 El bienestar de mi vida se da por los objetivos que me he planteado alcanzar en la vida
- 41 Mis amigos determinan el bienestar de mi vida
- 42 Mi bienestar depende de mi capacidad de adaptación a diferentes circunstancias
- 43 Utilizo el afecto con otros para obtener mi bienestar
- 44 Lo que mi familia decida influye en mi bienestar
- 45 Mi bienestar depende de las metas que me he propuesto
- 46 Mi bienestar depende de cómo me veo
- 47 Mi bienestar es cosa de suerte
- 48 El bienestar de mi vida se debe a que le caigo bien a la gente
- 49 Mi bienestar depende de caerle bien a la gente
- 50 Mi bienestar se debe a mi salud mental
- 51 Mi bienestar depende de mis amigos
- 52 Mi bienestar se debe a mi esfuerzo
- 53 Es mi destino lograr mi bienestar
- 54 El bienestar en mi vida depende de lo que me proponga
- 55 Mi bienestar depende de la forma en que trato a otros
- 56 Mi bienestar depende de mi físico
- 57 Yo tengo el control de mi bienestar
- 58 Mi bienestar depende de mis expectativas
- 59 Mi bienestar depende de mi tiempo libre
- 60 Mi bienestar se debe a las decisiones que tomo
- 61 Mi bienestar depende de mi familia
- 62 Mi bienestar depende de mi capacidad de convencer a otros
- 63 Mi bienestar depende de verme bien para otros
- 64 El bienestar de mi vida se debe a mi persistencia
- 65 Mi bienestar depende del reconocimiento de mis logros
- 66 El bienestar de mi vida lo obtengo por ser agradable
- 67 Hago uso del afecto con otros para obtener mi bienestar
- 68 Mi bienestar depende de mi
- 69 El bienestar de mi vida se debe al trabajo que tengo
- 70 Mi bienestar se debe a mi salud física
- 71 El bienestar de mi vida se debe a la casa que tengo
- 72 El bienestar de mi vida se debe a mi apariencia
- 73 Mi bienestar depende del carisma que demuestro a otros

## ANEXO 7

### Escala de Premisas Histórico Socio Culturales

**Instrucciones:** A continuación, hay una serie de declaraciones y opiniones relacionadas con la familia mexicana. Favor de leer cada declaración y **marcar con una X solamente aquellas con las cuales estés de acuerdo**. Si no estás de acuerdo con la declaración no la marques. Por ejemplo:

- a. México es un país en el Mar Báltico.
- b. La Ciudad de México es la más poblada de la República.
- c. El Estado de Oaxaca es un estado en el norte de México.
- d. La mayor parte de los que estudian secundaria están entre 13 y 15 años de edad.
- e. Los habitantes originales de México son chinos.

### DECLARACIONES

- 1. Los hombres son más inteligentes que las mujeres.
- 2. Una persona debe siempre respetar a sus padres.
- 3. Ser fuerte es muy importante para los hombres.
- 4. Nunca se debe dudar de la palabra del padre.
- 5. Ser virgen es de gran importancia para la mujer soltera.
- 6. No es aconsejable que una mujer casada trabaje fuera del hogar.
- 7. Los niños pequeños no deben interrumpir la conversación de los mayores.
- 8. Una hija debe siempre obedecer a sus padres.
- 9. Una mujer soltera que ha perdido su virginidad no será una esposa tan buena como una mujer soltera que es virgen.
- 10. Una mujer adúltera deshonra a su familia.
- 11. Nunca se debe dudar de la palabra de una madre.
- 12. Todo hombre debe ser un hombre completo.
- 13. Los niños no son tan listos como las niñas.
- 14. Todas las niñas deben tener confianza en sí mismas.
- 15. Una persona debería respetar tanto a sus subalternos como a sus superiores.
- 16. Muchos hijos temen a sus madres.
- 17. Un hijo nunca debe poner en duda las órdenes del padre.
- 18. A todo hombre le gustaría casarse con una mujer virgen.
- 19. Usted debe siempre ser leal a su familia.

- 20. La mayoría de los padres mexicanos deberían ser más justos en sus relaciones con sus hijos.
- 21. Muchas hijas temen a sus padres.
- 22. Algunas veces un hijo no debe obedecer a su madre.
- 23. La mayoría de los hombres no se casarían si la mujer no es virgen.
- 24. La vida es más dura para un niño que para una niña.
- 25. Es más importante respetar a la madre que amarla.
- 26. La vida es más dura para una niña que para un niño.
- 27. Un hijo debe siempre obedecer a sus padres.
- 28. Todos los hombres deben ser temerarios y valientes.
- 29. Algunas veces un hijo no debe obedecer a sus padres.
- 30. Está bien matar para defender el honor de la familia.
- 31. Todo hombre ocupa un sitio, siempre hay gente inferior a él y superior a él.
- 32. Una mujer que deshonra a su familia debe ser castigada severamente.
- 33. Las mujeres sufren más en sus vidas que los hombres.
- 34. Para mí la madre es la persona más querida en el mundo.
- 35. Muchos hijos temen a sus padres.
- 36. Usted debería siempre demostrar más respeto hacia un hombre importante que hacia uno común y corriente.
- 37. Todos los niños deben tener confianza en sí mismos.
- 38. Está bien que una mujer tome mucho en un lugar público.
- 39. Una hija buena nunca pone "peros" a las órdenes del padre.
- 40. Los hombres sienten mucho más que las mujeres.
- 41. Los hombres son por naturaleza superiores a las mujeres.
- 42. Todo hombre debe ser fuerte.
- 43. Las niñas sufren más en sus vidas que los niños.
- 44. Si un hombre puede tener una amante, está bien que una mujer tenga un amante.
- 45. Un obrero o campesino no debería tener los mismos derechos que un abogado o un doctor.
- 46. Mientras más estrictos sean los padres mejor será el hijo.
- 47. La mayoría de las niñas preferirían ser como su madre.

- 48. Está bien que una mujer casada trabaje fuera del hogar.
- 49. Los niños sienten mucho más que las niñas.
- 50. Las personas importantes deberían tener más ventajas y derechos que las no importantes.
- 51. Muchas hijas temen a sus madres.
- 52. Una buena esposa no pone en duda la conducta de su esposo.
- 53. Los niños pequeños no deben jugar mucho con niñas pequeñas.
- 54. El hombre debe llevar los pantalones en la familia.
- 55. Es más importante respetar al padre que amarlo.
- 56. Los hombres deben ser agresivos.
- 57. Las niñas no son tan listas cómo los niños.
- 58. Las niñas deben ser protegidas.
- 59. Ambos padres deben llevar los pantalones en la familia.
- 60. La mayoría: de las madres mexicanas viven muy sacrificadas.
- 61. Es mucho mejor ser un hombre que una mujer.
- 62. Las mujeres deben ser agresivas.
- 63. Algunas veces una hija no debe obedecer a su madre.
- 64. La mayoría de los hombres mexicanos se sienten superiores a las mujeres.
- 65. Un hombre que comete adulterio deshonra a su familia.
- 66. Las mujeres viven vidas más felices que los hombres.
- 67. La mayoría de los hombres casados tienen amantes.
- 68. Una persona no tiene que poner "peros" a las órdenes del padre.
- 69. Los asesinatos por causa del honor de la familia no deberían ser castigados severamente.
- 70. Mientras más severos los padres mejor será el hijo.
- 71. Las mujeres son más inteligentes que los hombres.
- 72. El "qué dirán" es muy importante para uno.
- 73. La vida es más fácil y feliz para el hombre que para la mujer.
- 74. El matar para defender el honor de la familia está justificado.
- 75. Las mujeres sienten mucho más que los hombres.
- 76. Una mujer debe ser virgen hasta que se case.
- 77. Algunas veces una hija no debe obedecer a su padre.

- 78. Las deshonras sólo pueden ser lavadas con sangre.
- 79. La mayoría de los padres mexicanos deberían ser más justos en sus relaciones con sus esposas.
- 80. Las mujeres jóvenes no deben salir solas de noche con un hombre.
- 81. Muchas mujeres desearían ser hombres.
- 82. Las mujeres tienen que ser protegidas.
- 83. Una persona debe siempre obedecer a sus padres.
- 84. La mayor deshonra para una familia es tener un hijo homosexual.
- 85. Es mejor ser una mujer que un hombre.
- 86. Todo niño debe probar su hombría.
- 87. La mayoría de los padres permiten a su hija salir sola de noche con el novio.
- 88. La mayoría de los hombres gustan de la mujer dócil.
- 89. Los hombres son superiores a las mujeres.
- 90. Los niños pequeños y las niñas pequeñas deben ser mantenidos separados.
- 91. La madre debe ser siempre la dueña del hogar.
- 92. Está bien que los niños pequeños jueguen con las niñas pequeñas.
- 93. Un buen esposo debe siempre ser fiel a su esposa.
- 94. La mayor deshonra para una familia es cometer un asesinato.
- 95. Un hombre, si no es un hombre completo, deshonra a su familia.
- 96. Una buena esposa debe ser siempre fiel a su esposo.
- 97. Las niñas sienten mucho más que los niños.
- 98. La vida es más dura para una mujer que para un hombre.
- 99. Para mí, el padre es la persona más querida del mundo.
- 100. El lugar de la mujer es el hogar.
- 101. La vida es más dura para el hombre que para la mujer.
- 102. La deshonra es siempre una cosa seria.
- 103. La mujer debe ser dócil.
- 104. Un hombre casado no debe bailar con otra mujer que no sea su esposa.
- 105. Un hombre que deshonra a su familia debe ser castigado severamente.
- 106. Un hombre es un hombre siempre y cuando lo pueda probar.
- 107. Las mujeres deben llevar los pantalones en la familia.
- 108. Todas las mujeres deben permanecer vírgenes hasta el matrimonio.

- \_\_\_ 109. Es natural que las mujeres casadas tengan amantes.
- \_\_\_ 110. Está bien que un muchacho ande de "aquí para allá".
- \_\_\_ 111. Las mujeres dóciles son las mejores.
- \_\_\_ 112. Las niñas pequeñas no deben interrumpir las conversaciones de los mayores.
- \_\_\_ 113. Es más importante obedecer al padre que amarlo.
- \_\_\_ 114. Es correcto que una mujer salga sola con hombres.
- \_\_\_ 115. Es natural que los hombres casados tengan amantes.
- \_\_\_ 116. Una persona tiene derecho a poner en duda las órdenes del padre.
- \_\_\_ 117. Una mujer casada no debe bailar con un hombre que no sea su esposo.
- \_\_\_ 118. Está bien que un hombre tome mucho en un lugar público.
- \_\_\_ 119. El padre debe ser siempre el amo del hogar.
- \_\_\_ 120. El "qué dirán" no es importante para uno.
- \_\_\_ 121. A la mayoría de los niños les gustaría ser como el padre.
- \_\_\_ 122. La mayoría de las mujeres mexicanas se sienten superiores a los hombres.
- \_\_\_ 123. El adulterio no es deshonoroso para el hombre.

® **Escala de Premisas Histórico Socio Culturales.** En: Díaz Guerrero, R. (2003). *Bajo las garras de la cultura. Psicología del Mexicano 2.* México: Trillas. Todos los derechos reservados.

## ANEXO 8

### Escala de Dimensiones Atributivas de Instrumentalidad y Expresividad

A continuación, marca con una “X” la línea que mejor describa que tanto cada una de **las características que se enlistan** identifica como eres. Tu sinceridad es muy importante. Gracias por tu colaboración.

Ejemplo 1:

Las siguientes características me describen:

**1. Maduro** **X** **Muchísimo** \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ **Nada**

La respuesta anterior implica que es una persona totalmente madura

Ejemplo 2:

**2. Firme** **Muchísimo** \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ **X** \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ **Nada**

La respuesta para esta característica describe a una persona poco firme.

**Responde con sinceridad y no dejes en blanco ningún renglón.**

Las siguientes características me describen:

1. Cumplido (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
2. Arriesgado (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
3. Violento (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
4. Mandón (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
5. Descortés	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
6. Amoroso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
7. Sensible	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
8. Burlón (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
9. Llorón (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
10. Conformista	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
11. Cariñoso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
12. Orgullosa (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
13. Responsable	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
14. Ordenado (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
15. Competente	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
16. Tenaz	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
17. Oportunista	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	_____	Nada

18. Dominante	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
19. Manipulador (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
20. Sentimental	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
21. Curioso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
22. Atrevido (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
23. Valiente	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
24. Cabal	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
25. Insistente	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
26. Patán (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
27. Mentiroso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
28. Arrojado (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
29. Organizado (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
30. Determinado (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
31. Rudo (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
32. Tierno (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
33. Agresivo (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
34. Dulce	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
35. Fiel	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
36. Tosco (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
37. Cumplidor (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
38. Vengativo (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
39. Desagradecido (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
40. Desatento (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
41. Irreflexivo (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
42. Soñador (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
43. Latoso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
44. Emocional	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
45. Quejumbroso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
46. Chillón (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
47. Miedoso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
48. Maternal	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
49. Débil	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
50. Preocupón (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
51. Penoso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
52. Sumiso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
53. Indeciso (a)	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada
54. Mediocre	Muchísimo	_____	_____	_____	_____	_____	Nada

® **Inventario para la Evaluación de Dimensiones Atributivas de Instrumentalidad y Expresividad.** En: Díaz Loving, R., Rocha, T. y Rivera, S. (2004). **Elaboración, Validación y Estandarización de un inventario para evaluar las dimensiones atributivas de instrumentalidad y expresividad.** *Revista Interamericana de Psicología*, 38(2), 263-276. Todos los derechos reservados.

## ANEXO 9

### Inventario de Enfrentamiento

### INSTRUCCIONES

Escriba por favor los datos requeridos en la parte superior de la siguiente hoja, en la cual encontrará una serie de afirmaciones que describen como las personas solucionan los problemas; léalas cuidadosamente y conteste marcando con una "X" la opción que más se apegue a su situación.

No hay respuestas buenas ni malas por que cada quien puede poseer sus propios puntos de vista.

No deje ninguna afirmación sin contestar.

- ❖ Hay cinco respuestas posibles para cada afirmación:

<b>Nunca</b>	<b>Casi Nunca</b>	<b>Algunas Veces</b>	<b>Casi Siempre</b>	<b>Siempre</b>
1	2	3	4	5

## ¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

<b>Edad:</b> _____ <b>Sexo:</b> Masculino <input type="radio"/> Femenino <input type="radio"/>	Nunca	Casi Nunca	Algunas veces	Casi Siempre	Siempre
1) Construyo un plan de acción y lo sigo paso a paso	1	2	3	4	5
2) Acepto el problema y lo enfrento	1	2	3	4	5
3) Al mal tiempo buena cara	1	2	3	4	5
4) Busco a las personas con quienes tengo problemas y hablo con ellas	1	2	3	4	5
5) Busco el entendimiento de un amigo	1	2	3	4	5
6) Busco el sentirme apoyado moralmente	1	2	3	4	5
7) El tener problemas me hace ver lo incapaz que soy	1	2	3	4	5
8) Elijo el plan de acción más apropiado	1	2	3	4	5
9) Estas situaciones me confirman lo inútil que es luchar	1	2	3	4	5
10) Estudio la forma de resolver el problema	1	2	3	4	5
11) Estudio la situación desde diferentes ángulos	1	2	3	4	5
12) Evito deprimirme	1	2	3	4	5
13) Hablo con alguien sobre como me siento	1	2	3	4	5
14) Hablo con las personas involucradas en el problema	1	2	3	4	5
15) Les pido su consejo a personas de mi confianza	1	2	3	4	5
16) Los momentos difíciles me permiten darme cuenta de mis fortalezas	1	2	3	4	5
17) Los momentos problemáticos me preparan para el futuro de la vida	1	2	3	4	5
18) Los problemas me permiten ver la vida de otra manera	1	2	3	4	5
19) Me armo de valor y los enfrento	1	2	3	4	5
20) Me distraigo asistiendo a muchas fiestas	1	2	3	4	5
21) Me rehúso a pensar en serio en el problema	1	2	3	4	5
22) Me responsabilizo de la situación y tomo cartas en el asunto	1	2	3	4	5
23) Medito la situación y de acuerdo con la conclusión a la que llegue doy tiempo para obtener una solución definitiva	1	2	3	4	5
24) Pienso en diferentes alternativas para resolver el problema	1	2	3	4	5
25) Pienso que después de pasar esta situación voy a salir enriquecido	1	2	3	4	5
26) Pienso que los conflictos me permiten revalorar la vida	1	2	3	4	5
27) Pienso que los problemas me hacen madurar	1	2	3	4	5
28) Platico con las personas con quienes tengo problemas	1	2	3	4	5
29) Procuro verle el lado positivo	1	2	3	4	5
30) Trato de controlarme	1	2	3	4	5
31) Trato de mantener una actitud positiva ante los problemas	1	2	3	4	5

® **Inventario de Enfrentamiento (rasgo).** Dra. Claudia López Becerra, Universidad Pedagógica Nacional. Todos los derechos reservados.

## ANEXO 10

### Inventario de Depresión de Beck

1)

- No me siento triste
  - Me siento triste
  - Me siento triste continuamente y no puedo dejar de estarlo
  - Me siento tan triste o tan desgraciado que no puedo soportarlo
- 

2)

- No me siento especialmente desanimado de cara al futuro
  - Me siento desanimado de cara al futuro
  - Siento que no hay nada por lo que luchar
  - El futuro es desesperanzador y las cosas no mejorarán
- 

3)

- No me siento como un fracasado
  - He fracasado más que la mayoría de las personas
  - Cuando miro hacia atrás, lo único que veo es un fracaso tras otro
  - Soy un fracaso total como persona
- 

4)

- Las cosas me satisfacen tanto como antes
  - No disfruto de las cosas tanto como antes
  - Ya no tengo ninguna satisfacción de las cosas
  - Estoy insatisfecho o aburrido con respecto a todo
- 

5)

- No me siento especialmente culpable
  - Me siento culpable en bastantes ocasiones
  - Me siento culpable en la mayoría de las ocasiones
  - Me siento culpable constantemente
-

6)

- No creo que esté siendo castigado
  - Siento que quizá esté siendo castigado
  - Espero ser castigado
  - Siento que estoy siendo castigado
- 

7)

- No estoy descontento de mí mismo
  - Estoy descontento de mí mismo
  - Estoy a disgusto conmigo mismo
  - Me detesto
- 

8)

- No me considero peor que cualquier otro
  - Me autocritico por mi debilidad o por mis errores
  - Continuamente me culpo por mis faltas
  - Me culpo por todo lo malo que sucede
- 

9)

- No tengo ningún pensamiento de suicidio
  - A veces pienso en suicidarme, pero no lo haré
  - Desearía poner fin a mi vida
  - Me suicidaría si tuviese oportunidad
- 

10)

- No lloro más de lo normal
  - Ahora lloro más que antes
  - Lloro continuamente
  - No puedo dejar de llorar aunque me lo proponga
-

11)

- No estoy especialmente irritado
  - Me molesto o irrito más fácilmente que antes
  - Me siento irritado continuamente
  - Ahora no me irritan en absoluto cosas que antes me molestaban
- 

12)

- No he perdido el interés por los demás
  - Estoy menos interesado en los demás que antes
  - He perdido gran parte del interés por los demás
  - He perdido todo el interés por los demás
- 

13)

- Tomo mis propias decisiones igual que antes
  - Evito tomar decisiones más que antes
  - Tomar decisiones me resulta mucho más difícil que antes
  - Me es imposible tomar decisiones
- 

14)

- No creo tener peor aspecto que antes
  - Estoy preocupado porque parezco envejecido y poco atractivo
  - Noto cambios constantes en mi aspecto físico que me hacen parecer poco atractivo
  - Creo que tengo un aspecto horrible
- 

15)

- Trabajo igual que antes
  - Me cuesta más esfuerzo de lo habitual comenzar a hacer algo
  - Tengo que obligarme a mí mismo para hacer algo
  - Soy incapaz de llevar a cabo ninguna tarea
-

16)

- Duermo tan bien como siempre
  - No duermo tan bien como antes
  - Me despierto 1-2 horas antes de lo habitual y me cuesta volverme a dormir
  - Me despierto varias horas antes de lo habitual y ya no puedo volverme a dormir
- 

17)

- No me siento más cansado de lo normal
  - Me canso más que antes
  - Me canso en cuanto hago cualquier cosa
  - Estoy demasiado cansado para hacer nada
- 

18)

- Mi apetito no ha disminuido
  - No tengo tan buen apetito como antes
  - Ahora tengo mucho menos apetito
  - He perdido completamente el apetito
- 

19)

- No he perdido peso últimamente
  - He perdido más de 2 kilos
  - He perdido más de 4 kilos
  - He perdido más de 7 kilos
- 

20)

- No estoy preocupado por mi salud
  - Me preocupan los problemas físicos como dolores, el malestar de estómago o los catarros, etc.
  - Me preocupan las enfermedades y me resulta difícil pensar en otra cosa
  - Estoy tan preocupado por las enfermedades que soy incapaz de pensar en otra cosa
-

21)

- No he observado ningún cambio en mi interés por el sexo
- La relación sexual me atrae menos que antes
- Estoy mucho menos interesado por el sexo que antes
- He perdido totalmente el interés sexual

® Inventario de Depresión de Beck (en español). Original en: Beck, A. T., Steer, R.A., & Garbin, M.G. (1988) Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8(1), 77-100. Todos los derechos reservados.

## ANEXO 11

### Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado

**INSTRUCCIONES:** Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique **cómo se siente ahora mismo**, o sea, en estos momentos. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

	NO EN ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado	1	2	3	4
2. Me siento seguro	1	2	3	4
3. Estoy tenso	1	2	3	4
4. Estoy contrariado	1	2	3	4
5. Me siento a gusto	1	2	3	4
6. Me siento alterado	1	2	3	4
7. Estoy alterado por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8. Me siento descansado	1	2	3	4
9. Me siento ansioso	1	2	3	4
10. Me siento cómodo	1	2	3	4
11. Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4
12. Me siento nervioso	1	2	3	4
13. Estoy agitado	1	2	3	4
14. Me siento “a punto de explotar”	1	2	3	4
15. Me siento relajado	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho	1	2	3	4
17. Estoy preocupado	1	2	3	4
18. Me siento muy agitado y aturdido	1	2	3	4
19. Me siento alegre	1	2	3	4
20. Me siento bien	1	2	3	4

**INSTRUCCIONES:** Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique **cómo se siente generalmente**. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero describa cómo se siente generalmente.

	NO EN ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
21. Me siento bien	1	2	3	4
22. Me canso rápidamente	1	2	3	4
23. Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24. Quisiera ser tan feliz	1	2	3	4
25. Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26. Me siento descansado	1	2	3	4
27. Soy un persona "tranquila serena y sosegada"	1	2	3	4
28. Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas	1	2	3	4
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30. Soy feliz	1	2	3	4
31. Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	1	2	3	4
32. Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
33. Me siento seguro	1	2	3	4
34. Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	1	2	3	4
35. Me siento melancólico	1	2	3	4
36. Estoy satisfecho	1	2	3	4
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	1	2	3	4
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39. Soy una persona estable	1	2	3	4
40. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	1	2	3	4

® **Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (IDARE) (en español).** Spielberger, C. & Díaz Guerrero, R. (2005). **Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado (I.D.A.R.E.).** México: El Manual Moderno. Todos los derechos reservados.

## ANEXO 12

### Escala de Autoestima (extracto)

A continuación encontrarás una serie de palabras que usarás para describirte. **Indica qué tanto te gusta la cantidad que tienes de cada una de esas características tomando en consideración que, entre más grande y más cerca de la palabra se encuentre el cuadro, indica que más te gusta ella.**

¿QUÉ TANTO TE GUSTA LO...

1	Amoroso(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
2	Temperamental	<input type="checkbox"/>	que eres						
3	Tolerante	<input type="checkbox"/>	que eres						
4	Honrado(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
5	Inepto(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
6	Honesto(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
7	Pacífico(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
8	Romántico(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
9	Rencoroso(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
10	Amigable	<input type="checkbox"/>	que eres						
11	Cariñoso(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
12	Necio(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
13	Animado(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
14	Simpático(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						
15	Inflexible	<input type="checkbox"/>	que eres						
16	Simpático(a)	<input type="checkbox"/>	que eres						

® Reyes Lagunes, I. & Hernández, M.J. (1998). *Escala de autoestima*. Documento inédito. Unidad de Investigaciones Psicosociales, Facultad de Psicología, UNAM. Todos los derechos reservados.