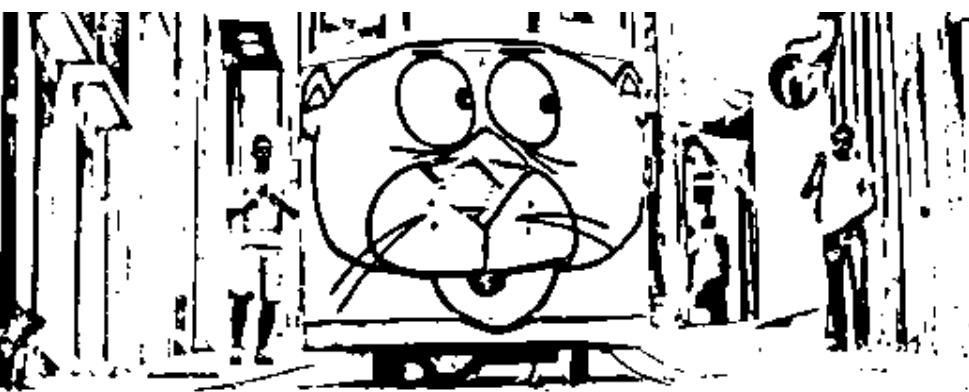


"IN WELLBEING WE TRUST"

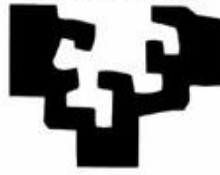
FACTORES CULTURALES, ESTRUCTURALES
Y PSICOSOCIALES DEL BIENESTAR

GONZALO MARTÍNEZ-ZELAYA

2016



eman ta zabal zazu



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

Gonzalo Martínez-Zelaya

“IN WELLBEING WE TRUST!”

**Factores Culturales, Estructurales
y Psicosociales del Bienestar.**

Directores: Dr. Darío Páez Rovira y Dra. María de los Ángeles Bilbao.

Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitatea

Donostia – San Sebastián

2016

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	7
BLOQUE I. CONTENIDO Y ESTRUCTURA DEL BIENESTAR.	25
<i>Capítulo 1. Bienestar y su medida: Validación del Pemberton Happiness Index en 3 países latinoamericanos.</i>	27
BLOQUE II: FACTORES MACROSOCIALES, SOCIOESTRUCTURALES Y CULTURALES DEL BIENESTAR.	57
<i>Capítulo 2. La Cultura como Modulador del Bienestar.</i>	59
<i>Capítulo 3. Desigualdad Económica y Bienestar: relaciones entre los índices de Gini, Palma, los niveles del bienestar medio de las naciones y los factores explicativos de la relación entre desigualdad y felicidad.</i>	85
TERCER BLOQUE: BIENESTAR Y PERCEPCIÓN DE CONTEXTO.	115
<i>Capítulo 4. Victimización y Miedo al delito: Relaciones con el Bienestar y la percepción del contexto social y el clima emocional. Un estudio con estudiantes universitarios de la Ciudad de Concepción.</i>	117
CUARTO BLOQUE: BIENESTAR Y PROCESOS PERSONALES.	139
<i>Capítulo 5. Cambio en creencias básicas y crecimiento post estrés: un estudio transversal sobre el mayor impacto de los hechos positivos sobre el bienestar.</i>	141
<i>Capítulo 6. Good is stronger than bad for eudaimonic well-being: positive life events are related to strong perceived changes in basic beliefs and personal growth than negative ones.</i>	165
CONCLUSIÓN	193
REFERENCIAS	219

— I T R O A K C C — O I



El bienestar ha sido denominado y estudiado de distintas formas de acuerdo a la perspectiva de estudio. En esta Tesis tomamos 3 perspectivas de estudio: (i) Bienestar Subjetivo, la cual se puede entender como los altos niveles de emociones placenteras, bajos niveles de emociones negativas, y una alta satisfacción (Diener, 1984; Ryan y Deci, 2001); (ii) Bienestar psicológico –o Eudaimónico–, el cual es el resultado de la exploración de objetivos positivos en la vida, lo cual se vincula con el concepto de auto-realización como una forma de funcionamiento óptimo en lo que respecta a la naturaleza de la felicidad, lo cual implicaría la percepción del grado de realización de las expectativas del sujeto consigo mismo y en diferentes aspectos de su vida (Díaz, Stavraki, Blanco, y Gandarillas, 2015); y (iii) el Bienestar Social el cual se puede entender como el equilibrio entre la evaluación de las circunstancias-capacidades personales, junto al funcionamiento personal en la sociedad (Keyes, 1998, 2006), e incluye la percepción en el entorno social de elementos que claramente contribuyen al Bienestar de los sujetos. Estas tres perspectivas no son tomadas en cuenta de forma aislada, sino que plantean una forma integradora de concebir el bienestar de los sujetos, pero a la vez de un concepto complejo y difícil de asir, que requiere explicaciones que armonicen las diferentes perspectivas (Gallagher, Lopez, y Preacher, 2009)

Cuando entendemos al sujeto como parte de una sociedad más compleja, y que el normal desarrollo del sujeto y su cotidianeidad se da en un sistema que tiene niveles de influencia sobre el sujeto (Bronfenbrenner, 1977, 2002), debemos concebir el estudio del bienestar de los sujetos en cada uno de ese niveles; es decir, la persona puede ir desarrollándose en distintos niveles del ambiente ecológico y que a su vez, estos sistemas van a influir directamente en el proceso de desarrollo, y por consiguiente en su felicidad. De esta forma, el accionar humano se da en una constante acomodación entre el sujeto –activo y en desarrollo– y las propiedades cambiantes de los entornos en los

cuales despliega su cotidianeidad. De esta forma, si entendemos el Bienestar como fenómeno complejo, también hay que entender que se manifiesta en cada una de las áreas del quehacer humano, y en cada uno de los niveles en los que el sujeto se desenvuelve.

Esta Tesis consta de seis capítulos los cuales fueron organizados en cuatro bloques que posibilitan entender de mejor forma como el bienestar se expresa en los distintos niveles de desarrollo y desenvolvimiento del accionar humano.

Primer Bloque: Contenido y Estructura del Bienestar.

En el bloque está compuesto por un único capítulo que busca dar cuenta de la complejidad conceptual del Bienestar. Este capítulo plantea una perspectiva donde se acoplan 3 tradiciones del estudio del bienestar. Dos de estas perspectivas han sido consideradas por diversos autores como las tradiciones por excelencia, donde el componente Hedónico configura una de ellas (Bienestar Subjetivo), y el componente Eudaimónico centra su alcance en la búsqueda del desarrollo de las potencialidades del sujeto. Una tercera tradición que se añade a éstas es la que busca estudiar el equilibrio entre la evaluación de las circunstancias-capacidades personales, junto al funcionamiento personal en la sociedad (Keyes, 1998, 2006), e incluye la percepción en el entorno social de elementos que claramente contribuyen al Bienestar de los sujetos.

Otro aspecto en controversia en el estudio del Bienestar es la temporalidad de su medida. Existen dos perspectivas en cuanto a la temporalidad de la medida (Kahneman, Wakker, y Sarin, 1997). Por un lado se encuentran los métodos que se retrotraen a la memoria para preguntar acerca de algo ocurrido en el pasado, lo cual puede verse afectado por los sesgos propios de la memoria (Redelmeier, Katz, y Kahneman, 2003). En la otra mano, se encuentran los estudios que centran su foco en el presente y en la

experiencia reciente, principalmente para realizar estudios en torno a la afectividad de los sujetos (Schimmack, 2003).

Preguntas de investigación y objetivos. Bloque 1 Capítulo 1

Preguntas de Investigación

- ¿Cuál es el contenido del bienestar y la validez de contenido de la escala PHI?
- ¿La escala PHI muestra una buena fiabilidad, validez estructural y de criterio?
- ¿Existe diferencia entre bienestar recordado o global retrospectivo y el experimentado o afectivo vivenciado?

Objetivo del estudio

Evaluar la estructura factorial, la consistencia interna y la validez de constructo de la versión en español del Pemberton Happiness Index (PHI).

Este instrumento es un esfuerzo por aunar las distintas visiones del estudio del bienestar en un solo instrumento corto y fácil de aplicar.

Este bloque giró en torno a tres interrogantes principales. *Una primera línea de reflexión fue determinar cuál es el contenido del bienestar y examinar la validez de contenido de la escala PHI.* Globalmente optamos por una concepción del bienestar que integra perspectivas tanto hedónicas como eudaimónica y social. Esta integración contempla una faceta corporal de vitalidad, de satisfacción vital, de afectividad tanto positiva como negativa, autoestima, dominio del entorno, de relaciones positivas con los otros, de autonomía, de crecimiento y sentido de vida, así como una percepción positiva de la sociedad.

Un segundo interrogante fue saber si la escala PHI mostraba fiabilidad, validez estructural y de criterio. Para llegar a una respuesta a esto, se realizó un Análisis Factorial Confirmatorio con una muestra de estudiantes de tres países latinoamericanos. La escala PHI incluye todas las dimensiones anteriormente mencionadas, además de

medidas de una escala de emocionalidad del día anterior –5 ítems vinculados a experiencias que inducen afectividad positiva y cinco que inducen afectividad negativa ocurridas el día anterior. Se probaron una serie de modelos y el ajuste de los datos al modelo final fue adecuado.

Un tercer interrogante fue examinar la diferencia entre bienestar recordado o global retrospectivo y experimentado afectivo vivenciado. La escala de Bienestar Experimentado del PHI integra, además de los 11 ítems de evaluación global del bienestar, una escala de emocionalidad del día anterior. Como planteó Kahneman (Kahneman y Krueger, 2006; Kahneman y Riis, 2005; Kahneman et al., 1997; Redelmeier et al., 2003), el bienestar recordado o evaluativo se basa en la memoria, siendo más global y reconstruido, y se asocia más fuertemente a factores socio estructurales. Refleja procesos de pensamiento lento o sistemático (Kahneman, 2011). En cambio, el bienestar experimentado se basa en la vivencia cercana, está menos vinculado a factores socio estructurales y depende más de la actividad y contacto social cotidiano.

Segundo Bloque: Factores Macrosociales, Socioestructurales Y Culturales Del Bienestar

Este bloque se ocupa de los factores macroestructurales del bienestar a nivel individual y colectivo (o de media nacional), y cuenta con dos capítulos. Ambos estudios fueron realizados con muestras representativas por países (99 países, 323.099 sujetos en 6 olas de encuestas) de la Encuesta Mundial de Valores. El primero de ellos intenta vislumbrar la relación entre el bienestar de los sujetos y la cultura, tanto a nivel individual como colectivo. El segundo estudio intentó testear la veracidad de la idea que la desigualdad se asocia a una menor confianza en los otros, y comprobar si se asocia al

sueño americano, es decir una asociación positiva del bienestar con individualismo, y negativa con el colectivismo y la percepción de libertad.

Preguntas de investigación y objetivos. Bloque 2 Capítulo 2

Preguntas de Investigación

¿La Cultura influencia el bienestar medio de los países?

¿Los factores macro-estructurales moderan la asociación de las facetas del bienestar?

¿El contexto cultural modera la relación entre los valores culturales y el bienestar?

Objetivo del estudio

Replicar –con muestras representativas y utilizando indicadores similares a los usados por Diener y Suh (2000) y Oishi, Diener, Lucas (1999)– la relación entre valores culturales y bienestar, a nivel individual y colectivo (medias nacionales)

Respecto al primer capítulo –Bienestar y Cultura– 3 interrogantes guiaron nuestro análisis. La primera de ellas fue acerca de *la influencia de dimensiones culturales en el nivel medio de bienestar*. Estudios previos mostraron que los países individualistas, igualitarios y de mayor desarrollo económico, informaban de una mayor felicidad colectiva o bienestar (Basabe y Ros, 2005; Diener, Diener, y Diener, 1995; Diener, Tay, y Oishi, 2012). Las limitaciones de estos estudios es que se basaron en muestras de conveniencia, principalmente de estudiantes. Para evitar esa limitación, este trabajo se basó en muestras representativas de los distintos países.

Una segunda interrogante de este estudio fue *la influencia moderadora de factores macro sociales como dimensión cultural en el nivel de asociación de facetas del bienestar*. Los estudios de Diener et al., mostraban que la asociación entre atributos del bienestar –afectividad, autoestima y autonomía–es mayor o más fuerte en muestras

individualistas que colectivistas, sugiriendo que el bienestar está determinado por la valoración del hedonismo. Igualmente la importancia de la autonomía y autodeterminación del individuo en estas culturas hizo que la alta auto-estima y autonomía fueran determinantes muy relevantes del bienestar. Estos estudios basados en muestra de estudiantes mostraba empíricamente que la relación entre auto-estima o satisfacción con su persona, así como de un indicador de autonomía vital, con la satisfacción vital es mayor en culturas individualistas (Véase a Oishi y Diener, 2000).

Una tercera interrogante de este estudio fue *si la relación entre valores y bienestar sería moderada por el contexto cultural*. Se podría pensar que los valores serían funcionales al contexto, el cual sería potenciador de dichos valores y parte importante del entramado normativo. Por ejemplo en las culturas colectivistas la relación entre valores de *conservación* –mantener relaciones estables con los suyos, la seguridad y estabilidad de las personas, y el respeto a las creencias culturales tradicionales– con el bienestar sería positiva o más fuerte, mientras que la relación entre los valores de *apertura al cambio* – auto-determinar la propia vida, vivirla de forma variada y excitante, y una alta consideración al placer y el disfrute– y bienestar sería más alto en contextos individualistas, ya que ambos valores son congruentes con el contexto. Otra forma de mirar esto mismo es asumir que ciertos valores personales son más adaptativos *per se* al margen del contexto –como los de Trascendencia y Apertura.

El segundo capítulo –Desigualdad y Bienestar–examinó la veracidad de la idea que la desigualdad se asocia al sueño americano y a una menor confianza en los otros, y si existe una asociación positiva al individualismo, negativa al colectivismo, y a la percepción de libertad. 4 interrogantes guiaron nuestro análisis.

Preguntas de investigación y objetivos. Bloque 2 Capítulo 3

Preguntas de Investigación

- ¿Es el índice de GINI el que mejor explica la desigualdad?
- ¿Existe relación entre desigualdad y bienestar?
- ¿Existe una relación entre desigualdad y desconfianza tanto institucional como interpersonal?
- ¿Existe relación entre desigualdad y desarrollo económico, libertad percibida, y valores culturales?
- ¿El bienestar está influido por la desigualdad, el desarrollo económico, la desconfianza, la libertad y la cultura?

Objetivo del estudio

Examinar la relación entre desigualdad e individualismo, colectivismo y percepción de libertad

La primera interrogante de este estudio fue *si existía otro índice que se asociara con más fuerza y explicara mejor que el índice de Gini, la asociación entre desigualdad y las distintas medidas de bienestar*. El coeficiente de Gini refleja la diferencia entre la distribución acumulativa real del ingreso y una igualdad perfecta. Un valor de cero en el Coeficiente de Gini significa que la distribución es completamente equitativa mientras que un Coeficiente de Gini de uno significa que una persona concentra todo el ingreso del país. Lo problemático de este índice es que no nos señala donde se encuentra la desigualdad. Es sumamente sensible a los cambios en la parte media de la distribución pero insensible a los cambios de los extremos. Palma descubrió que las “clases medias” –grupo de ingreso medio definidos como los deciles 5 a 9 en la distribución de la riqueza nacional– tienden a concentrar cerca de la mitad del GNI –Producto Nacional

Bruto por sus siglas en inglés– dónde y cuándo sea que se mire. La otra mitad del producto nacional está repartida entre el 10% más rico y el 40% más pobre, aunque la manera cómo se reparte entre estos dos grupos varía considerablemente entre países (Cobham y Sumner, 2013a, 2013b; Palma, 2006, 2011). Para testar el índice de Palma se buscó la relación entre ambos índices de desigualdad (Gini y Palma) para visualizar el grado de coherencia de ambas medidas de desigualdad. Además se relacionaron con indicadores de salud, bienestar y problemas sociales.

Otra interrogante importante fue examinar la relación entre desigualdad y bienestar, ya que si bien existen argumentos que sugieren que a mayor desigualdad más problemas de salud y sociales, la relación con el bienestar era sorprendentemente positiva en algunos estudios. Algunos estudios trans-nacionales no encuentran asociación o encuentran una relación inversa entre el Índice de Gini y el bienestar subjetivo (Diener et al., 1995, 2012; Oishi, 2012) encontrando que la desigualdad en los ingresos reduce el bienestar. Por otro lado, hay estudios que sugieren que la desigualdad tiene efectos positivos (Berg y Veenhoven, 2010; Haller y Hadler, 2006). Sin embargo, las naciones con una alta desigualdad tienden a ser naciones con bajo GNI per cápita. Por consiguiente, es importante controlarlo estadísticamente para visualizar los índices de salud de las naciones. De hecho, una vez que el GNI es controlado estadísticamente, en algunos estudios la correlación entre la desigualdad en los ingresos y el bienestar subjetivo tiende a cero (Diener et al., 1995; Oishi, 2012).

También la desigualdad se asocia a una mayor diferencia de clase y, muchas de las veces, a la existencia de un grupo importante de personas con condiciones de vida deficitaria. Recordando que la clase social está asociada a la salud mental y al bienestar, un meta-análisis (Lorant et al., 2003) y una revisión de investigaciones (Muntaner, Eaton, Miech, y O'Campo, 2004) concluyeron que las personas de bajo nivel educativo

y un bajo nivel de ingresos tienen un elevado riesgo de sufrir depresión. Además, el pertenecer a una clase social baja se asocia con una peor salud y una alta mortalidad (Muntaner et al., 2004). El desempleo también se asocia con los problemas de salud mental (Paul y Moser, 2009). Estudios longitudinales apoyan la idea de causalidad social o la hipótesis que sugiere que el estrés se asocia a una baja posición social, como a la exposición a adversidades sociales. La falta de recursos para enfrentar las dificultades puede contribuir a la aparición de problemas mentales. Estas investigaciones no apoyan la hipótesis de la selección social que sostiene que existen individuos genéticamente predispuestos para desarrollar una movilidad social descendente (World Health Organization, 2014).

Una tercera interrogante de este estudio fue si existe una relación entre desigualdad y desconfianza –tanto institucional como interpersonal–.

En el estudio de Oishi et al. (2011) se encontró una relación entre mayor desigualdad en los ingresos y menor bienestar. Esta relación fue explicada por la percepción de justicia y confianza generalizada. Los encuestados manifestaban que confiaban menos en otras personas y percibían a los otros como menos justos en los años de mayor desigualdad de Estados Unidos, que en los años de menor desigualdad económica. La asociación negativa entre desigualdad económica y felicidad mostró en los participantes con ingresos bajos, pero no para los participantes de mayores ingresos, sugiriendo que el efecto negativo se da en las franjas menos favorecidas de la población.

Otro estudio (Wilkinson y Pickett, 2009a) mostró la asociación de la desigualdad con una baja confianza social, una alta tasa de homicidios y de encarcelamientos, aunque cabe señalar que estos autores extrajeron sus datos de una cantidad limitada de países desarrollados.

Nos preguntamos también acerca de la relación de desigualdad con el desarrollo económico, la libertad percibida, y con los valores culturales. La literatura acumulada nos señala que algunas naciones pueden ser más tolerantes con la existencia de desigualdad que otras naciones por la cultura subjetiva individualista competitiva que las caracteriza. El individualismo cultural puede ser más vertical, de estilo anglosajón, u horizontal, como en Europa del Norte (Hofstede, 2001). Además, la competitividad y el énfasis en el trabajo duro en la actualidad caracterizan a los países colectivistas en vías de modernización, no a las culturas post-materialistas (Inglehart, Foa, Peterson, y Welzel, 2008). Un estudio acerca del efecto del nivel desigualdad en la sociedad sobre el bienestar individual, encontró que a mayor desigualdad, menor bienestar en 12 países. Este efecto de la desigualdad se encontró en menor medida en las mediciones realizadas en los Estados Unidos (Alesina, Di Tella, y MacCulloch, 2004). A nivel de naciones, la desigualdad en los ingresos parece aumentar la felicidad en países anglosajones como Estados Unidos y Gran Bretaña – países que minimizan la desigualdad o que tienen desigualdad relativamente alta y percepción baja de ella. Así, una hipótesis a contrastar es si la desigualdad, por su asociación con posibilidades de diferenciación y movilidad social, genera percepción de bienestar (Berg y Veenhoven, 2010; Veenhoven, 2000)

Y por último, la quinta interrogante de este estudio tiene que ver con la influencia específica de las variables anteriormente señaladas en el bienestar.

De todo lo anterior ¿qué podría explicar el bienestar? Es una pregunta que intentaremos responder mediante una análisis de Mediación Múltiple donde se probará que la riqueza y desigualdad aumentan la satisfacción indirectamente a través del mayor control percibido –percepción de libertad–, así como el individualismo o menor favoritismo endogrupal.

Tercer Bloque: Bienestar y Percepción de Contexto.

Este bloque intenta entender la influencia del contexto en el bienestar. Para esto se realizó un estudio sobre la victimización –el haber sufrido un delito– y el miedo al delito –percepción y emoción negativa provocada por la posibilidad de ser víctima de un delito– y su relación con la percepción del contexto y el bienestar.

Preguntas de investigación y objetivos. Bloque 3 Capítulo 4

Preguntas de Investigación

¿existe una relación directa de la victimización y del miedo al delito?

¿la victimización y el miedo al delito se relacionan de forma similar con la percepción de problemas sociales, el clima social emocional y el bienestar?

¿es posible predecir el bienestar mediante la victimización, el miedo al delito, los problemas sociales, el clima social emocional?

Objetivo del estudio

Contrastar la relación entre la victimización y el Miedo al delito con el bienestar.

Contrastar la existencia de diferencias en la percepción del contexto social y clima social emocional en función de la victimización y el miedo al delito.

La primera pregunta que guió este estudio fue *si existe una relación directa de la victimización y del miedo al delito*. Un estudio delimita el miedo al delito como una percepción y emoción subjetiva de los ciudadanos (Vozmediano, San Juan, y Vergara, 2008), razón por la cual no guarda relación directa con índices objetivos de seguridad y delito. Por lo tanto, ciertos enfoques psicosociales actuales han planteado la posibilidad y necesidad de entender el miedo al delito no desde una perspectiva puramente

criminológica, sino como parte de una temática mayor: la percepción de seguridad, que incluye aspectos ambientales, laborales y de participación ciudadana, entre otros (Ruiz, 2007).

Una segunda interrogante *fue si la victimización y el miedo al delito se relacionan de forma similar con la percepción de problemas sociales, el clima social emocional y el bienestar.*

Existe evidencia que el miedo trasciende las relaciones individuales en cuanto influye en los procesos de desarrollo comunitario por las consecuencias en la política, la economía y las estructuras urbanas (Koskela, 2011; Vuanello, 2006). Numerosos estudios han revelado que el miedo al delito está asociado con una serie de consecuencias tanto individual, de percepción del medio como a nivel colectivo. En cuanto al bienestar se ha encontrado que se produce un empobrecimiento de la salud mental, desarrollo de cuadros patológicos como depresión y ansiedad. Respecto a la percepción del medio y nivel colectivo se han encontrado cambios en la conducta que afectan el estilo y la calidad de vida como adoptar mayores medidas de autoprotección; asimismo como fallas en la empatía y el aumento de la desconfianza hacia los otros, fractura del sentido de comunidad y abandono de espacios públicos. Otras consecuencias se relacionan con un mayor acuerdo en la adopción de actitudes favorables a políticas penales más punitivas contra el delito, así como a bajos niveles de cultura ciudadana y de eficacia colectiva (Hale, 1996; Machado y Manita, 2009; Medina, 2003; Ruiz y Turcios, 2009; Soto, 2005; Stafford, Chandola, y Marmot, 2007).

Una tercera interrogante que guió este estudio *fue cómo todo esto afecta el bienestar de los sujetos.* Mediante análisis de regresión sucesivos se intenta explicar el bienestar general de los sujetos, y como se entremezclan las variables más externas

como de procesos internos del sujeto para dar una panorámica más compleja de lo que produce bienestar en un tema como éste.

Finalizando, uno de los hallazgos más interesantes de este estudio es que pone de manifiesto que el miedo al delito es un problema en sí mismo relativamente independiente de la victimización. Así, el miedo al delito se configura como un fenómeno que amenaza al bienestar y a la calidad de vida de las personas.

Cuarto bloque: Bienestar y procesos personales.

Para lograr entender la importancia de los procesos personales y como estos se relacionan con el bienestar, en la cuarta parte de esta tesis se estudia el impacto de los hechos positivos y negativos en las creencias básicas sobre el mundo (que es justo, controlable, con sentido), los otros (que podemos confiar en ellos) y uno mismo (que somos competentes y dignos de respeto). Asimismo, las posibilidades de crecimiento – o florecimiento– posterior a estos eventos estresantes de la vida. Esto se realiza en dos capítulos que analizan el mismo proceso.

Preguntas de investigación y objetivos. Bloque 4 Capítulo 5 y 6

Preguntas de Investigación

¿Los eventos estresantes positivos refuerzan más las creencias positivas sobre uno mismo y el mundo, de lo que los hechos negativos las cuestionan?

¿Los hechos positivos pueden generar crecimiento personal después del hecho sucedido al igual que los eventos negativos?

Existe relación entre el cambio de creencias básicas que la situación de cambio vital provocó y las formas de crecimiento post-estrés?

Preguntas de investigación y objetivos. Bloque 4 Capítulo 5 y 6

Objetivo del estudio

Examinar el impacto diferencial de los hechos de cambio vital positivos y negativos en las Creencias Básicas (sobre el mundo, uno mismo y los demás).

Examinar el impacto diferencial de los hechos de cambio vital positivos y negativos en el crecimiento personal.

Examinar la relación entre el cambio de creencias básicas que la situación de cambio vital provocó y las formas de crecimiento post-estrés.

Una primera interrogante que guió esta línea de investigación *fue si los eventos estresantes positivos podrían reforzar más las creencias positivas sobre uno mismo y el mundo, de lo que los hechos negativos las van a cuestionar.*

Se ha postulado la existencia de un conjunto de creencias esenciales benevolentes o positivas que tenemos las personas sobre el mundo (que es justo, controlable, con sentido), sobre uno mismo (competentes y dignos de respeto) y sobre los otros (que podemos confiar en ellos). Estas creencias sociales, implícitas, se enraízan en la experiencia emocional y son persistentes (Janoff-Bulman, 1992).

Se ha visto que las personas reaccionan más fuertemente en respuesta a eventos negativos, utilizando más recursos cognitivos, emocionales y fisiológicos. Se piensa más en ellos, se busca más el explicarlos y afrontarlos, que los hechos positivos que implican la misma necesidad de reajuste, dejándonos además una huella más profunda y a más largo plazo – por ejemplo, los estudios sobre atribución de causalidad mostraban un mayor esfuerzo de explicación sobre los hechos negativos que los positivos (Mezulis, Abramson, Hyde, y Hankin, 2004). Estudios sobre episodios emocionales confirman que las personas despliegan mayores esfuerzos cognitivos ante hechos

negativos que positivos (Corsini, 2004). Varios estudios matizan la asimetría de los eventos vitales, dado que la influencia de los hechos negativos del último año deprime más fuertemente el bienestar en sus dimensiones afectivas, así como la auto-aceptación y la sensación de control, mientras que esto no ocurre en los aspectos más sociales, ni del *sentido y propósito en la vida* del bienestar, los cuales se ven fortalecidos por las vivencias positivas. También parece razonable que experiencias positivas extremas ayuden a otorgarle un sentido positivo a la vida.

Otra interrogante fue *si los hechos positivos podrían generar crecimiento personal después del hecho sucedido al igual que los eventos negativos*. Se ha estudiado el crecimiento post-estrés en relación a hechos negativos, demostrando frecuentemente que las personas mejoran su visión de sí mismos y de los otros después de hechos traumáticos. Los estudios muestran que si el 100% de los afectados por hechos traumáticos reporta efectos negativos de lo ocurrido, también un 30-70% de los afectados informan de efectos positivos (Vázquez y Páez, 2011). Si bien los hechos traumáticos pueden producir una visión negativa de sí mismo y del mundo, en ocasiones también pueden conllevar efectos positivos en el ámbito personal.

Por último, un tercer cuestionamiento fue *acerca de la relación entre el cambio de creencias básicas que la situación de cambio vital provocó y las formas de crecimiento post-estrés*. Ya son varios los modelos teóricos que coinciden en que la alteración de las creencias básicas sobre el mundo, los otros y uno mismo, pueden potenciar el florecimiento o crecimiento cambio post-estrés (Helgeson, Reynolds, y Tomich, 2006). Aun cuando este estudio es retrospectivo, no se puede asegurar que el cambio en las creencias es previo al crecimiento pero se puede pensar que un cambio negativo en creencias sobre sí mismo llevaría de forma compensatoria a descubrir fortalezas, nuevas oportunidades o cambiar la filosofía de la vida.



BLOQUE I:
CONTENIDO Y ESTRUCTURA DEL
BIENESTAR

**Capítulo 1. Bienestar y su medida:
Validación del Pemberton Happiness Index
en 3 países latinoamericanos.**

Este capítulo fue escrito con la ayuda del Dr. Daniel Costa (Universidad Católica del Uruguay), Silvia da Costa, Alicia Puente-Martínez y el Dr. Darío Páez (Universidad del País Vasco).

Resumen

El presente estudio evalúa la estructura factorial, la consistencia interna y la validez de constructo de la versión en español del Pemberton Happiness Index. Este instrumento es un esfuerzo por aunar las distintas visiones del estudio del bienestar en un solo instrumento corto y fácil de aplicar. Los participantes en este estudio fueron de 575 personas de Uruguay, Cuba y Chile. Se realizó un análisis factorial confirmatorio para verificar la estructura de la escala. La validez se realizó mediante un análisis de correlación. Los resultados muestran que es un instrumento idóneo teóricamente y que tiene índices de ajuste aceptables.

Introducción

Existen distintas tradiciones al momento de entender el bienestar de las personas. Existen autores (Deci y Ryan, 2008; Ryan y Deci, 2001; Waterman, 1993) que hablan de dos grandes tradiciones en los estudios respecto del bienestar: una perspectiva del Bienestar Hedónico o Subjetivo, y una tradición Eudaimónica.

El Bienestar Subjetivo o Hedónico es la experiencia de altos niveles de emociones placenteras, bajos niveles de emociones negativas, y una alta satisfacción (Diener, 1984; Ryan y Deci, 2001). Lo anterior nos señala que el bienestar subjetivo contempla un plano cognitivo, es decir el juicio abstracto respecto de la propia vida; y un componente emocional, que incluye la proporción de emociones positivas y negativas que el sujeto experimenta (Diener, Oishi, y Lucas, 2003; Vázquez, Duque, y Hervás, 2013).

Se ha introducido el concepto de Eudaimonía –concepto extraído de la filosofía Aristotélica– aplicado al Bienestar. Este concepto plantea la búsqueda de la realización de las potencialidades del sujeto (Waterman, 1993). Desde esta perspectiva, el bienestar es el resultado de la exploración de objetivos positivos en la vida. De esta manera, el bienestar eudaimónico se vincula con el concepto de auto-realización como una forma de funcionamiento óptimo en lo que respecta a la naturaleza de la felicidad (Ryan y Deci, 2001; Ryan, Huta, y Deci, 2008). Ahora bien, la perspectiva del bienestar subjetivo-cognitivo, o de evaluación de la satisfacción con los dominios y con la vida del sujeto. se vincula en parte al bienestar eudaimónico, ya que incluye la percepción del grado de realización de las expectativas del sujeto consigo mismo y en diferentes aspectos de su vida (Díaz et al., 2015).

Otra perspectiva en el estudio del bienestar que propone Corey Lee Keyes quien enfatiza el aspecto social del sujeto. Las dos primeras perspectivas, Hedónica y

Eudaimónica, están principalmente enfocadas a las condiciones individuales del sujeto, pero no se puede desconocer que el ser humano es un sujeto social. De esta forma Bienestar Social es el equilibrio entre la evaluación de las circunstancias-capacidades personales, junto al funcionamiento personal en la sociedad (Keyes, 1998, 2006), e incluye la percepción en el entorno social de elementos que claramente contribuyen al Bienestar de los sujetos.

El concebir el Bienestar Subjetivo, Eudaimónico y Social como parte de una forma integradora de entender la noción de Well-being (bienestar), nos da cuenta de un concepto complejo y de difícil pesquisa, que requiere explicaciones aunadoras de diferentes perspectivas (Gallagher et al., 2009).

Otro aspecto en controversia en el estudio del Bienestar es la temporalidad de su medida. Existen dos perspectivas en cuanto a la temporalidad de la medida (Kahneman et al., 1997). Por un lado se encuentran los métodos que se retrotraen a la memoria para preguntar acerca de algo ocurrido en el pasado, lo cual puede verse afectado por los sesgos propios de la memoria (Redelmeier et al., 2003). En la otra mano, se encuentran los estudios que centran su foco en el presente y en la experiencia reciente, principalmente para realizar estudios en torno a la afectividad de los sujetos (Schimmack, 2003).

Emerge, por lo tanto, la diferenciación entre el *bienestar experimentado* y el *bienestar evaluado* (Kahneman y Krueger, 2006; Kahneman y Riis, 2005) –o *recordado* de acuerdo a Hervás y Vázquez (Hervás y Vázquez, 2013; Vázquez y Hervás, 2013). El primero de ellos incluye el estado afectivo experimentado en tiempo real (o en un tiempo acotado), mientras que el bienestar recordado el cual se basa en la memoria del sujeto (y los sesgos asociados a ella) y en el juicio de su vida. Cabe mencionar que ambos componentes no son independientes. La evaluación subjetiva está fuertemente

influenciada por la afectividad, así un sujeto que experimenta mayormente un afecto negativo es difícil que evalúe su vida como profundamente satisfactoria o una vida muy feliz. Se espera que ambos conceptos estén correlacionados empírica y conceptualmente, pero hay que tener clara su diferencia (Kahneman y Riis, 2005).

Correlatos del Bienestar Afectivo Experimentado y del Bienestar Recordado

Subjetivo y Eudaimónico

Un grupo de estudios sugieren que las medidas de evaluación cognitiva global del bienestar, como la satisfacción con la vida, están más fuertemente asociadas con factores socioeconómicos como la educación y los ingresos que las medidas afectivas (Diener y Tov, 2009; Kahneman y Krueger, 2006). Las medidas del bienestar más orientadas a la evaluación de los afectos (incluyendo aquellas que utilizan la palabra “felicidad”) están menos relacionadas con los ingresos que las medidas que evalúan el juicio cognitivo de la satisfacción con la vida (p.e. Cantril ladder scale), mientras que las emociones actuales de los encuestados (p.e. alegría o tristeza) se encuentran más relacionadas con las circunstancias o eventos diarios (Diener, Ng, Harter, y Arora, 2010). La percepción de factores sociales, como un índice de apoyo social –como el poder contar con alguien en tiempos de problemas–, la prevalencia de generosidad y la libertad para hacer elecciones de vida predicen mucho más las diferencias de la evaluación de la propia vida que las emociones. También las circunstancias objetivas de la vida, como los ingresos y la expectativa de vida, son fuertes predictores de la satisfacción con la propia vida, pero no tienen una relación estadísticamente significativa con la afectividad positiva o negativa (J. Helliwell y Wang, 2013). Dada la estrecha relación entre la evaluación global retrospectiva de la satisfacción con la vida con el bienestar eudaimónico, es probable que los factores psicosociales predigan y se

asocian más fuertemente el bienestar eudaimónico que el bienestar hedónico afectivo en momentos recientes.

Los eventos cotidianos y circunstancias recientes explican de mejor forma las diferencias en el bienestar emocional que las variaciones en la satisfacción con la vida – y probablemente que el bienestar eudaimónico. Un ejemplo de esto es que los niveles de afectividad son más altos durante los fines de semana, mientras que las medidas de satisfacción con la vida no muestran esta variabilidad respecto de la cotidianeidad (J. Helliwell, Huang, y Wang, 2015).

Confirmando esto, la evaluación del bienestar recordado es más sensible que el bienestar emocional a los factores socio-culturales. Las diferencias en cultura y edad son más fuertes en el caso de la evaluación de la vida que en respuesta a la pregunta por la felicidad del día anterior (J. Helliwell et al., 2015). En el mismo sentido, Oishi (2002) encontró diferencias trans-culturales en reportes globales retrospectivos (p.e. estadounidenses reportaron mayores niveles de bienestar que asiáticos), mientras que no existieron diferencias culturales en las medidas del afecto cotidiano, utilizando reportes diarios o vía on-line.

Medidas globales retrospectivas del bienestar no solo están fuertemente asociadas con factores socio-estructurales, sino que son mejores predictores de la conducta. Por ejemplo, el disfrute recordado, y no el experimentar gozo en este instante, predice el deseo de las personas de repetir unas vacaciones específicas (Kahneman y Riis, 2005). Sin embargo, el ingreso y otras variables estructurales tienen la misma asociación que la pregunta global “feliz con la vida” (“happy with life”) que el índice de “satisfecho con la vida” (“satisfied with life”), sugiriendo que es más el marco de la evaluación retrospectiva global que el contenido afectivo. Por otro lado, algunos factores como la percepción de libertad y la percepción de apoyo social predicen de

forma similar tanto el bienestar valorativo como el emocional (J. Helliwell et al., 2015), sugiriendo que la capacidad de control y las relaciones positivas con otros podrían ser predictores similares del bienestar emocional y del subjetivo evaluativo.

Bienestar eudaimónico recordado y afectividad positiva

El bienestar psicológico o eudaimónico está basado en la evaluación global retrospectiva de aspectos tales como la integración social o las relaciones con otros, dominio o control del medio social, la satisfacción global con si mismo y el significado global o propósito de la vida, siendo similar al bienestar recordado (Kahneman y Riis, 2005). Sin embargo la satisfacción con la vida y el bienestar afectivo o emocional no son simplemente medidas de bienestar hedónico. Investigaciones han demostrado que las medidas de bienestar hedónico están también fuertemente asociadas con experiencias eudaimónicas (p.e. Huta y Ryan, 2010; Ryan y Huta, 2009; Waterman, 2008). Particularmente, el afecto positivo y eventos de valencia positiva correlacionan fuertemente con la atribución de significado y con el bienestar eudaimónico, más que el afecto negativo y los sucesos negativos de la vida: los eventos negativos están más débilmente asociados con la escala de Ryff de bienestar psicológico, $r = -.06$, que los eventos positivos, $r = .24$ (Bilbao, Páez, da Costa, y Martínez-Zelaya, 2013; Bilbao, 2008). Confirmando lo anterior, la existencia de emociones positivas importa mucho más que la ausencia de emociones negativas para la evaluación del bienestar recordado, el afecto positivo tiene un impacto grande y altamente significativo en la satisfacción con la vida que el afecto negativo (J. Helliwell et al., 2015).

Diferencias entre afecto positivo y negativo

El afecto negativo se relaciona con el castigo, la tendencia a las conductas de

evitación y estrés, y la natural evolución de adaptación a la amenaza, y no está relacionado con el apoyo social y los cambios positivos, mientras el afecto positivo está relacionado con la recompensa, la tendencia de conductas de acercamiento, las actividades sociales e integración (Watson, Clark, y Tellegen, 1988; Watson, 2001). Por ejemplo, la participación en grupos de apoyo social, en comparación a grupos control, muestra un incremento del afecto positivo en un estudio longitudinal cuasi-experimental en pacientes de cáncer mamario españolas. Controlando para el afecto positivo y otros predictores psicosociales y biomédicos en el tiempo uno –o línea base–, el apoyo social mostró una significativa $\beta = .44$ con el afecto positivo tras 14 meses. Sin embargo, el afecto negativo estuvo menos relacionado con el apoyo social, pero estuvo fuertemente asociado con el tipo de tratamiento y la evolución de la enfermedad (Páez, Velasco, y González, 1999). Similarmente, el afecto negativo estuvo asociado a la percepción de corrupción, mientras que el afecto positivo fue asociado a la percepción de libertad y generosidad del entorno social (J. Helliwell et al., 2015).

En este estudio examinaremos la fiabilidad y validez estructural de una breve medida de bienestar recordado, teniendo en cuenta lo antes revisado sobre bienestar subjetivo, eudaimónico y su relación con la afectividad. Esta medida integra preguntas retrospectivas sobre afectividad positiva y negativa, vitalidad, satisfacción vital, bienestar eudaimónico y social. Ya se ha contrastado en una muestra de trabajadores de la educación la dimensión de bienestar global retrospectivo, aunque no la bienestar experimentado (da Costa, Sandoval, Lira, Oriol, y Páez, 2015). Además se hará lo mismo con una escala breve de afectividad positiva y negativa experimentada o vivenciada el día anterior. También se examinará la validez de criterio del bienestar global retrospectivo y vivenciada en relación a competencias emocionales, formas de regulación afectiva y ajuste al estrés. Se espera que la asociación sea más fuerte con el

bienestar recordado que con la afectividad vivenciada o experimentada, ya que el primero refleja aspectos más estructurales de la experiencia de la persona. Dado que la afectividad influencia la percepción, se contrastará que el bienestar global retrospectivo se asocia con competencias emocionales y formas de regulación adaptativas, controlando la influencia de la afectividad experimentada el día anterior.

Método

Participantes

La muestra estuvo compuesta por alumnos de grado y postgrado de universidades de América Latina (Chile y Uruguay y Cuba). La muestra total fue de $N=575$ (73,4% mujeres y 26,7% hombre, de entre 17 y 60 años, $M=22,56$, $DT=5,95$). El 91% informa estar soltero y el 70% de ellos son estudiantes.

Tabla 1.

Distribución de la muestra por Países y Ciudades

País	N	% de mujeres	Edad media	Porcentaje
Cuba	50	68,8	20,98	8,7%
Chile	256	68,0	23,32	44,5%
Uruguay	269	78,8	22,15	46,8%
Muestra	575	73,4%	22,56	100%

VARIABLES E INSTRUMENTOS

Pemberton Happiness Index (Hervás y Vázquez, 2013; Vázquez y Hervás, 2013). El índice de felicidad Pemberton (PHI) está construido sobre dos subescalas que agrupan 21 ítems. Por un lado la Subescala de Bienestar Recordado, que integra los distintos componentes de las tradiciones del bienestar (hedónico, eudaimónico y social). Un estudio previo en muestra chilena, que solo usó la escala de bienestar recordado,

reporta buenos índices de ajuste (da Costa et al., 2015). Esta subescala consta de 11 ítems donde 0=totalmente en desacuerdo y 10=totalmente de acuerdo. La fiabilidad de esta sub-escala fue satisfactoria con $\alpha = .87$. Por otro, este instrumento mide la sub-escala de bienestar experimentado, donde se pregunta por la presencia de 5 experiencias positivas y la ausencia de 5 experiencias negativas. La fiabilidad de esta sub-escala fue de $\alpha = .54$.

En la tabla 2 se muestran los descriptivos para los 21 ítems, las dos subescalas y los componentes del bienestar que componen las escalas.

Setterlind Stress Profile Inventory (Setterlind y Larsson, 1995). Se seleccionaron 3 subescalas de respuesta al estrés del instrumento original, las cuales corresponden a las sub-escalas de síntomas conductuales, cognitivos y somáticos de estrés, todas pertenecientes a la escala de reacciones ante el estrés del inventario original. A mayor puntuación menor estrés. Esta escala tiene excelente fiabilidad con un alpha para la escala total de $\alpha = .87$.

General Health Questionnaire Scale GHQ-12 (Goldberg y Hillier, 1979; Sánchez-López y Dresch, 2008). Esta escala evalúa el nivel de síntomas de problemas de Salud Mental y está dirigido a la población general o a la que utiliza los servicios sanitarios. Encontramos diferentes versiones del GHQ dependiendo del número de ítems: GHQ-60; GHQ-30; GHQ-28 y el GHQ-12, indicando el número tras el acrónimo la cantidad de ítems componentes. Este instrumento tiene muy buena fiabilidad (alpha mayor a 0,90). El GHQ en general viene demostrando un excelente funcionamiento en muy diversos países y culturas. El GHQ-12 es un cuestionario auto-administrado, comúnmente en consultorios de atención primaria. Esta escala tiene buena fiabilidad con un alpha de Cronbach de $\alpha = .72$.

Tabla 2.

Ítems, componentes y tradiciones del bienestar. Descriptivos.

		Cuba (N=50)		Chile (N= 256)		Uruguay (N=269)		
Subescala Bienestar Recordado		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Bienestar SubjetivoCognitivo	Me siento muy satisfecho/a con mi vida	8.42	1.90	7.89	1.98	7.57	7.89	
Vitalidad	Me siento con la energía necesaria para cumplir bien mis tareas cotidianas.	8.04	2.10	6.59	2.32	6.91	2.20	
Bienestar Eudai- mónico	<i>Sentido de vida</i>	Siento que mi vida es útil y valiosa.	9.10	1.64	7.95	2.30	8.19	2.04
	<i>Auto-aceptación</i>	Me siento satisfecho/a con mi forma de ser.	8.52	1.98	7.73	2.02	7.57	2.03
	<i>Crecimiento Personal</i>	Mi vida está llena de aprendizajes y desafíos que me hacen crecer.	8.94	1.71	8.47	1.80	8.54	1.75
	<i>Relaciones Sociales</i>	Me siento muy unido a las personas que me rodean.	8.39	2.00	7.99	2.31	8.02	2.00
	<i>Percepción de Control</i>	Me siento capaz de resolver la mayoría de los problemas de mí día a día.	8.06	1.92	7.36	2.27	7.44	1.91
	<i>Autonomía</i>	Siento que en lo importante puedo ser yo mismo/a.	8.49	1.80	8.06	1.98	8.02	1.95
Bienestar Subjetivo Hedónico	<i>Afecto Positivo</i>	Disfruto cada día de muchas pequeñas cosas	7.96	2.18	7.93	2.42	7.58	2.16
	<i>Afecto Negativo</i>	En mí día a día tengo muchos ratos en los que me siento mal. (*)	6.38	2.87	6.16	2.94	6.49	2.64
Bienestar Social	Siento que vivo en una sociedad que me permite desarrollarme plenamente.	5.92	2.63	5.53	2.83	5.42	2.63	
Subescala Bienestar Experimentado		%		%		%		
Experiencias positivas	Me sentí satisfecho por algo que hice	87.5		85.1		89.6		
	Pasé un rato divertido con alguien	81.3		89.0		89.6		
	Hice algo que realmente disfruto haciendo	85.4		86.7		80.2		
	Aprendí algo interesante	68.8		76.1		66.0		
	Me permití un capricho	47.9		58.4		54.9		
Experiencias Negativas	Me sentí menospreciado por alguien	91.7		93.1		84.7		
	Pasaron cosas que me enfadaron mucho	83.3		77.3		80.1		
	Estuve preocupado por temas personales	39.6		32.5		36.9		
	Me aburrí durante bastante tiempo	87.5		72.9		73.9		
	En algunos momentos me sentí desbordado	64.6		51.8		41.4		

Escala Perfil de Competencias Emocionales PEC (Brasseur, Grégoire, Bourdu, y Mikolajczak, 2013). Cuestionario dedicado a la medición de las competencias emocionales a nivel intra e interpersonal. El término competencia emocional (CE) se

refiere a las diferencias individuales en la identificación (ser capaz de percibir una emoción cuando aparece e identificarla), comprensión (ser capaz de comprender las causas y consecuencias de las emociones y para distinguir factores de causas), expresión (ser capaz de expresar las emociones de una forma socialmente aceptada), regulación (ser capaz de regular el estrés o emociones cuando no son apropiados al contexto) y el uso de las propias emociones (ser capaz de utilizar las emociones para mejorar la reflexión, decisiones y acciones) y en relación con los demás. Estudia comportamientos típicos o la propensión a comportarse de una manera determinada en situaciones emocionales. (Mikolajczak, 2009). Esta escala tiene dos sub-escalas: Competencia Emocional Intrapersonal y Competencia Emocional Interpersonal. El coeficiente alfa de Cronbach fue de $\alpha = .84$ para las competencias intrapersonales, y de $\alpha = .87$ para las interpersonales.

Cuestionario de Regulación Emocional ERQ (Gross y John, 2003; Páez, Mendiburo, y Martínez-Sánchez, 2013). Es un cuestionario de autoreporte que mide regulación emocional disposicional con dos escalas correspondientes a dos diferentes estrategias de regulación emocional: reevaluación y supresión emocional. Es una escala de 10 ítems y se utilizó una posibilidad de respuesta de una escala de 1 (fuertemente en desacuerdo) a 7 (fuertemente de acuerdo). El coeficiente alfa fue de $\alpha = .75$ y $\alpha = .81$, respectivamente.

Medida de Estilos de Regulación Afectiva ampliada en Ira y Tristeza (Larsen y Prizmic, 2004; Páez, Martínez-Sánchez, Sevillano, Mendiburo, y Campos, 2012). La escala MARS originalmente contaba con 32 ítems, pero aquí se usó la versión ampliada de 56, que se basa en 3 tipos de regulación afectiva (dependiendo de la funcionalidad de esta). Los tres tipos son (1) Dirigidas a cambiar la situación (Afrontamiento instrumental y planificación, abandono psicológico de evitación conductual, búsqueda

de apoyo social negociación y rituales, y aislamiento social), (2) dirigidas a cambiar la atención e interpretación de la situación (reevaluación positiva, distracción, rumiación, y comparación social), (3) dirigidas a cambiar la respuesta emocional (regulación fisiológica activa, evitación por ocio pasivo o por reducción directa o consumo, autocontrol y automodificación o reconfortarse, aceptación, vivencia de emociones contrarias, evitación, represión o inhibición emocional, expresión regulada, descarga y ventilación, confrontación, y supresión. La escala tiene un rango de respuesta de 0 (poco) a 6 (mucho) y hace referencia a los hechos ocurridos en los últimos 12 meses. El coeficiente alfa de Cronbach fue de $\alpha = .85$ para las estrategias adaptativas, y de $\alpha = .77$ para las estrategias inadaptativas.

Cuestionario de Interregulación Emocional EROS (da Costa, Páez, Oriol, y Unzueta, 2014; Niven, Totterdell, Stride, y Holman, 2011). Este cuestionario está diseñado para evaluar las diferencias individuales en dos tipos áreas estrategias de regulación emoción de los otros: las que disminuyen las emociones negativas (apoyo informacional y planificación, gratificar, reevaluación, humor, apoyo emocional y distracción), y las que la incrementan las emociones negativas o empeoran el estado de ánimo (crítica o reevaluación negativa, expresión abierta y confrontación) en base a 9 ítems (escala oscilando entre 1= En desacuerdo total y 5 = En total acuerdo). En la presente muestra las fiabilidades de las dimensiones fueron adecuadas, oscilando alrededor de alfa de Cronbach $\alpha = .70$

Evaluación del ajuste después de situaciones de estrés o de las metas de regulación al finalizar el episodio (Páez et al., 2012). El ajuste personal ante el estrés post evento se midió mediante una escala de 6 ítems que preguntaban en qué medida se habían logrado metas hedónicas, instrumentales-cognitivas y relacionales al finalizar

situaciones estresantes. El rango de respuesta fue de 1 (cambiar poco o nada) a 10 (cambiar mucho). En la presente muestra, la fiabilidad fue de alfa de Cronbach $\alpha = .67$.

Procedimiento

Se respondieron voluntariamente los instrumentos a través de un enlace on-line destinado para tal fin durante el año 2014, y en presencia de un coordinador de la investigación en cada país. Las instrucciones que debían seguir para responder a los instrumentos y las condiciones de aplicación garantizan la confidencialidad de las respuestas.

La prueba de hipótesis del Análisis Factorial Confirmatorio fue realizado con el programa MPlus 6.11., mientras que el análisis correlacional se realizó con el software estadístico para ciencias sociales SPSS 23.

Resultados

Constructo o validez estructural

Se examinó la estructura dimensional del modelo original de Vázquez y Hervás (Hervás y Vázquez, 2013; Vázquez y Hervás, 2013), es decir, 11 ítems que buscan medir las diversas fuentes de bienestar de acuerdo a las distintas tradiciones de estudios del bienestar, más la puntuación de la sumatoria de presencia de experiencias positivas y la ausencia de experiencias negativas. Además de probaron otros 3 modelos que se desprenden de la teoría en torno al bienestar. Para esto se realizó un análisis factorial confirmatorio (CFA) para cada uno de los modelos. Para evaluar la bondad de ajuste del modelo se utilizaron diferentes índices: a) chi cuadrado que debiera no ser significativo aunque es muy sensible al tamaño muestral por eso usamos también b) El chi cuadrado dividido por los grados de libertad (χ^2 / gl); se aceptan valores inferiores a 5 (Jöreskog y

Sörbom, 1996); (c) Comparative Fit Index (CFI); (d) Tucker-Lewis Index (TLI) para estos dos se aceptan valores igual o superior a .90; (e) Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) se aceptan valores inferiores a .08 (Hu y Bentler, 1999; Yu, 2002).

Se testeó el modelo original en sus dos versiones (11 ítems de Bienestar Recordado, e incorporando el Bienestar Experimentado como un ítem decimosegundo que es la suma de las experiencias positivas y la ausencia de negativas del día anterior.

Tabla 3.
Indicadores de Ajuste: Análisis Factorial Confirmatorio.

	Nº ítems	χ^2	gl	χ^2/ gl	CFI	TLI	SRMR	RMSEA	90% CI RMSEA
¹ Modelo 1.	11	2275.39	55	41.37	.928	.909	.041	.080	[.069, .091]
² Modelo 2.	12	9562.45	231	41.40	.230	.188	.139	.239	[.234, .244]
³ Modelo 3.	20	3037.04	190	15.98	.771	.727	.109	.083	[.078, .089]
⁴ Modelo 4.	20	3037.04	190	15.98	.881	.861	.056	.060	[.054, .066]
⁵ Modelo 5.	20	3037.04	190	15.98	.901	.884	.054	.055	[.049, .061]

* Todos $\chi^2: p < .001$. $\Delta\chi^2$ = Cambio en chi-cuadrado entre el modelo propuesto (modelo 2) y el resto de modelos alternativos planteados.

¹Modelo 1: modelo unifactorial con 11 ítems de bienestar recordado.

²Modelo 2: modelo unifactorial con 12 ítems (el ítem 12 con la sumatoria de las experiencias positivas y negativas del día anterior)

³Modelo 3: modelo unifactorial con un factor de segundo orden (sumatoria de experiencias positivas y ausencia de negativas del día anterior), con ítem 9 de bienestar experimentado removido del modelo.

⁴Modelo 4: modelo bifactorial (bienestar recordado y bienestar experimentado), sin ítem 9 en el modelo.

⁵Modelo 5: modelo bifactorial con un factores de segundo orden que contiene dos factores de primer orden: experiencias positivas y experiencias negativas, sin ítem 9 en el modelo.

* Cuanto menores son los valores del χ^2 , AIC, SRMR (< .08) y RMSEA (< .06), y mayores los del CFI y TLI (<.90) mejor es el ajuste del modelo a los datos (Hu y Bentler, 1999).

El primer modelo (figura 1), donde se consideran 11 ítems que contemplan las distintas tradiciones científicas del estudio del bienestar (Gallagher et al., 2009). Este

modelo presenta buenos índices de ajuste, La fiabilidad de la escala fue adecuada con un Alpha de Cronbach de $\alpha = .87$, y el ajuste de los datos al modelo fue adecuado en el Modelo 1: $\chi^2_{(55, N= 575)} = 2275.39$, $p. < .001$; $\chi^2/g1 = 41,37$; CFI = .93; TLI = .909; RMSEA = .08 (90% CI [.07, .09]), por lo que el modelo es correcto, pero incompleto teóricamente.

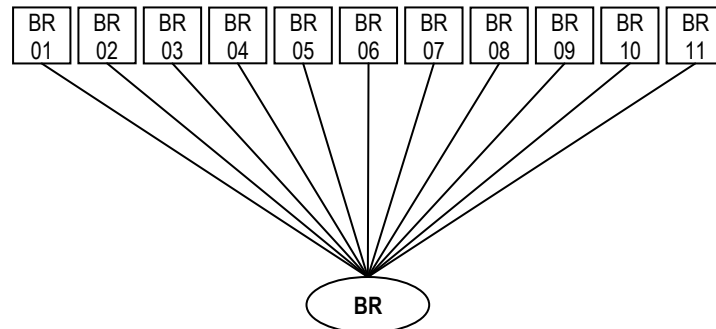


Figura 1. Modelo Original de Vázquez y Hervás
Nota: (BR: Bienestar Recordado)

El segundo modelo (figura 2) testeado es señalado por los autores originales como otra posibilidad de medir el bienestar usando la escala original en su totalidad, es decir, utilizando los ítems del bienestar experimentado. En otras palabras, considerando las experiencias positivas y negativas que ocurren en tiempo presente o próximo al presente. Para esto se genera la sumatoria de las experiencias positivas y la ausencia de experiencias negativas vividas el día de ayer. Esta sumatoria se incorpora como el puntaje de un decimosegundo ítem. Este modelo, es teóricamente más correcto y la fiabilidad fue adecuada con un Alpha de Cronbach de $\alpha = .87$. Sin embargo el índice de ajuste del modelo es deficitario: $\chi^2_{(231, N= 575)} = 9562.45$, $p. < .001$; $\chi^2/g1 = 41.40$; CFI = .23; TLI = .19; RMSEA = .239 (90% CI [.23, .24]).

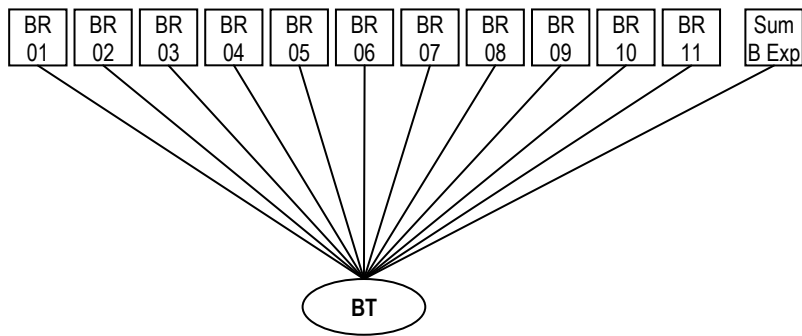


Figura 2. Modelo Original de Vázquez y Hervás agregando el bienestar experimentado
 Nota: (B.Exp: Bienestar experimentado; BT: Bienestar Total)

El tercer modelo (figura 3) es un modelo unifactorial con un factor de segundo orden. Este modelo considera el Bienestar Experimentado como un factor latente, y un factor latente que contendría las diferentes medidas del bienestar recordado, incluyendo el factor latente del bienestar experimentado. En este modelo se excluyó el ítem 9 de experiencia vividas el día de ayer (“Me permití un capricho”) debido a dos tipos de razones: la fiabilidad de la subescala y los índices de ajuste mejoraban

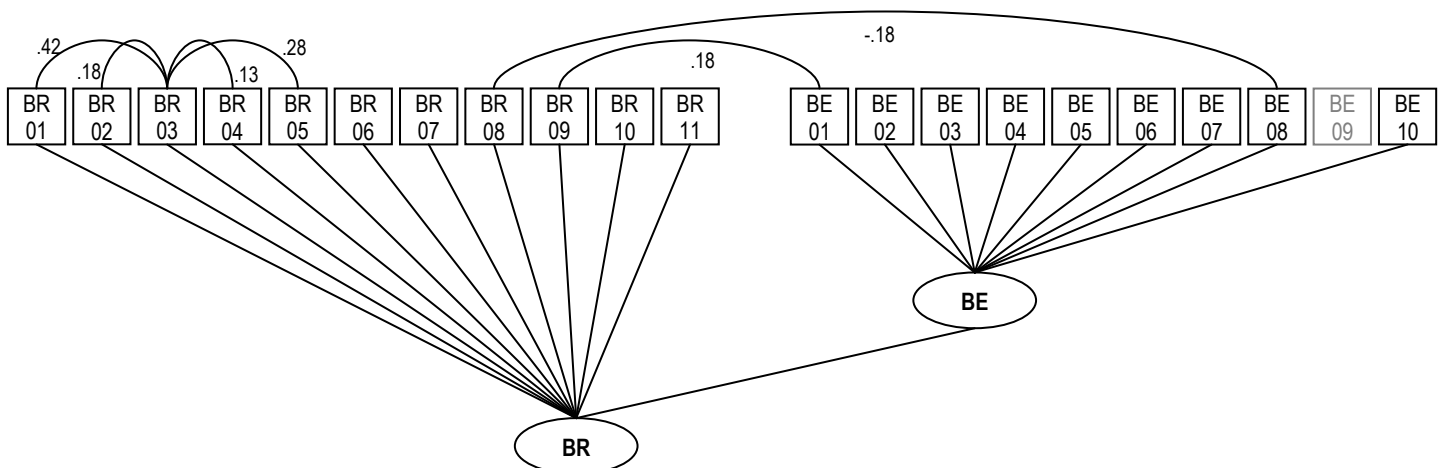


Figura 3. Modelo 3: modelo unifactorial con un factor de segundo orden (sumatoria de experiencias positivas y ausencia de negativas del día anterior), con ítem 9 de bienestar experimentado removido del modelo.
 Nota: (BR: Bienestar Recordado; BE: Bienestar Experimentado)

considerablemente, y por otro lado, el concepto de capricho puede entenderse de forma distinta en Latinoamérica que en España¹. Los índices de ajuste del modelo, son mejores que el modelo anterior aunque la bondad de ajuste no llega a los niveles convencionales: $\chi^2_{(190, N= 575)} = 3037.04$, $p. < .001$; $\chi^2/df = 15.98$; CFI = .77; TLI = .73; RMSEA = .08 (90% CI [.08, .09]).

El cuarto modelo testeado (figura 4) es un modelo bifactorial donde existirían dos factores latentes, uno de bienestar recordado y otro de bienestar experimentado. También se eliminó en este modelo el ítem anteriormente señalado. La fiabilidad de las subescalas es un Alpha de Cronbach de $\alpha = .87$ para el bienestar recordado y $\alpha = .57$ para bienestar experimentado. Los índices de ajuste de este modelo son mejores que el anterior aunque parte de ellos no llegan a ser óptimos: $\chi^2_{(190, N= 575)} = 3037.04$, $p. < .001$; $\chi^2/df = 15.98$; CFI = .88; TLI = .86; RMSEA = .06 (90% CI [.05, .07]).

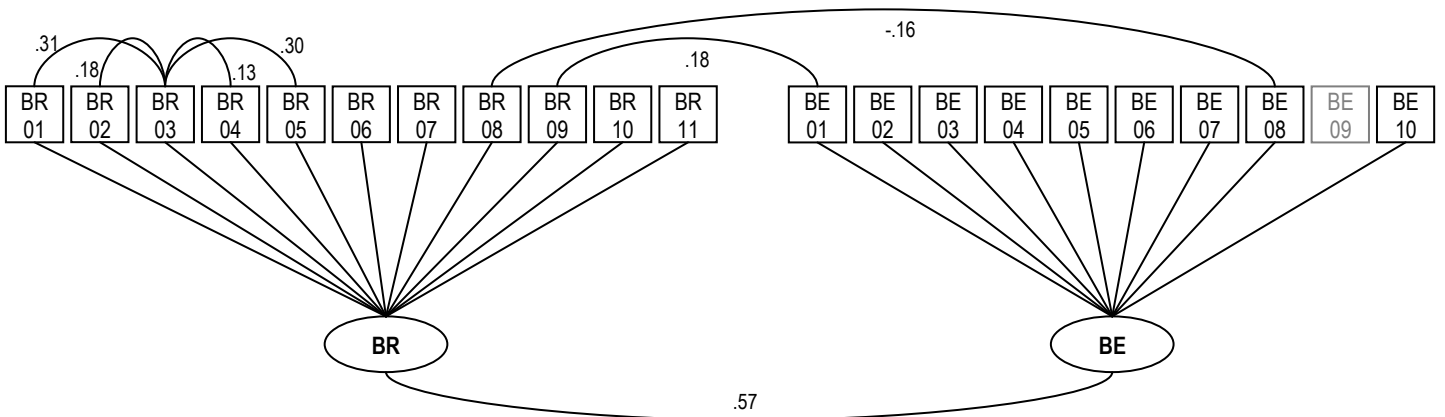


Figura 4. Modelo 4: modelo bifactorial (bienestar recordado y bienestar experimentado), sin ítem 9 en el modelo.
 Nota: (BR: Bienestar Recordado; BE: Bienestar Experimentado)

¹ El ítem en inglés es “I gave myself a treat” lo que puede también podría traducirse como “Me hice un regalo a mi mismo”, que gramaticalmente son equivalentes con la versión española, pero el sentido del uso coloquial podría diferir. Sin embargo esta nomenclatura no se testeó

El quinto modelo (figura 5) es un modelo bifactorial con un factor de segundo orden que contiene dos factores de primer orden: experiencias positivas y experiencias negativas. La diferencia con el modelo anterior es que al interior del factor de bienestar experimentado, se diferenciarían en dos factores latentes las experiencias positivas en un factor y las negativas en otro. El ítem respecto de permitirse un capricho también es eliminado de este modelo. El ajuste de los datos al modelo fue el mejor de todos y cumple con varios criterios convencionales: $\chi^2_{(190, N= 575)} = 3037.04$, $p. < .001$; $\chi^2/df = 15.98$; CFI = .90; TLI = .88; RMSEA = .05 (90% CI [.05, .06]).

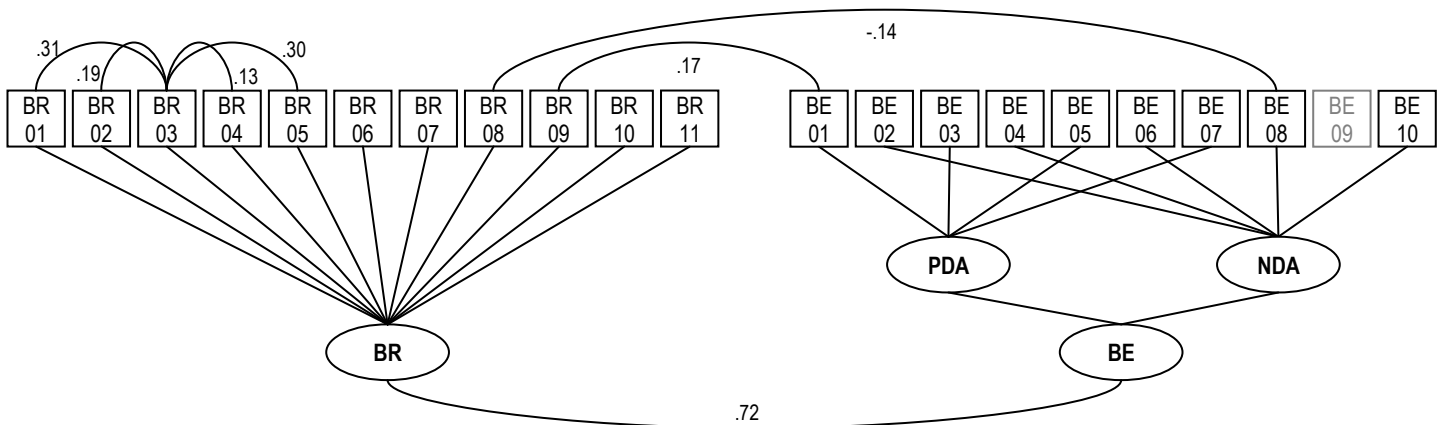


Figura 5. Modelo 5: modelo bifactorial con dos factores de segundo orden (F2A: experiencias positivas y F2B: experiencias negativas), sin ítem 9.
 Nota: (BR: Bienestar Recordado; BE: Bienestar Experimentado; PDA: Positivo Día Anterior; NDA: Negativo Día Anterior)

Con el análisis de los distintos modelos se puede señalar que el modelo 5 es el que se acerca de mejor manera a criterios aceptables.

Análisis de Validez de Criterio

No existe diferencia entre el estado civil de los participantes y las medias del bienestar experimentado (experiencias que mejoran o empeoran el estado de ánimo), pero sí existen diferencias en el bienestar recordado, donde casados muestran mayor nivel de bienestar, seguido por los solteros, y los que muestran menor bienestar son los separados o divorciados, convergentemente con la evidencia que muestra que los

casados informan de mayor bienestar. En cuanto a la edad existe mayor bienestar, tanto recordado como experimentado.

PHI y salud física percibida, salud mental, sintomatología ansiosa-depresiva y reacciones de estrés.

Los resultados confirman que el bienestar global retrospectivo se asocia a alta *salud física percibida, salud mental, baja sintomatología ansiosa-depresiva y reacciones de estrés* (Tabla 4). La escala de bienestar recordado tiene una fuerte relación con una medida de calidad de vida vinculada a la salud, principalmente en las sub-dimensiones de ausencia de sintomatología mental y de una fuerte vitalidad y energía, esto medido con el SF36 ISTAS. También se relacionó negativamente con la presencia de sintomatología en Salud Mental medido a través de GHQ12, y con la ausencia de síntomas de estrés de la escala de Setterlind (recordemos que a mayor puntuación menor estrés).

Las escalas de bienestar experimentado (tanto positivas como negativas) se relacionaron con una buena salud, pero la direccionalidad de la asociación fue contraria, donde a mayor presencia de experiencias que mejoraron el estado de ánimo, mayor será la percepción de salud, mientras que la alta presencia de experiencias que empeoraron el estado de ánimo disminuye la percepción de salud. La misma tendencia sucede con la presencia de sintomatología mental, donde a mayor presencia de experiencias positivas menor será la presencia de sintomatología, y con las experiencias que disminuyen el estado de ánimo pasa lo contrario. En cuanto al estrés, una mayor presencia de experiencias que socavaron el estado de ánimo el día de ayer se relaciona más fuertemente con el estrés que con la presencia de experiencias que mejoraron el estado de ánimo.

Tabla 4.

Correlación de Pearson entre salud física percibida, salud mental, sintomatología ansiosa-depresiva y reacciones de estrés con Bienestar Experimentado y Recordado, y relación parcial con Bienestar Recordado controlando Bienestar Experimentado.

	N	\bar{X}	DT	Correlaciones Univariadas		Correlación Parcial		
				Bienestar Experimentado		Bienestar recordado	Bienestar Recordado	
				Empeoramiento del ánimo	Mejoramiento del ánimo			
<i>Calidad de Vida (SF-36)</i>								
Salud física	377	16.78	2.54	-.021	.072	.269***	.286***	
Salud mental	462	20.80	4.22	-.301***	.237***	.538***	.463***	
Vitalidad	456	14.42	3.76	-.205***	.242***	.509***	.429***	
Calidad de Vida asociada a Salud	374	53.37	9.41	-.218***	.253***	.578***	.519***	
<i>Escala General de Salud – Salud mental (GHQ12)</i>								
Positivo	559	6.05	3.32	.144***	-.162***	-.326***	-.241***	
Negativo	558	9.76	3.07	.039	-.080*	-.158***	-.158**	
Sintomatología en Salud Mental Total	552	15.81	4.80	.131***	-.158***	-.332***	-.269***	
<i>Ausencia de Síntomas de Estrés (Setterlind)</i>								
Conductuales	458	13.87	3.36	-.253***	.145***	.384***	.350***	
Somáticos	456	15.27	3.36	-.157***	.033	.215***	.179***	
Cognitivos	456	13.53	3.58	-.168***	.070	.334***	.324***	
Ausencia de síntomas de estrés Global	452	42.61	8.64	-.229***	.096*	.377***	.343***	
<i>Perfil de Competencias Emocionales (PEC)</i>								
Intrapersonales	552	23.17	3.71	-.167***	.141***	.465***	.460***	
Interpersonales	555	120.52	17.87	-.086*	.121**	.331***	.345***	
<i>Regulación Emocional (ERQ)</i>								
Reevaluación Emocional	570	30.08	6.71	-.098**	.155***	.273***	.242***	
Supresión emocional	574	12.23	5.81	.053	-.070*	-.244***	-.336***	
<i>Interregulación Emocional (EROS)</i>								
Mejora de las emociones Negativas	554	23.99	3.60	.113**	.099**	.198**	.214***	
Empeora de las emociones negativas	563	9.83	2.51	.156***	.133***	.081*	.093	

Nota: Significatividad estadística * p. < .05; ** p. < .01; *** p. < .001

Los resultados anteriores confirman de forma general la asociación entre bienestar recordado y salud percibida, baja sintomatología ansiosa depresiva y reacciones de estrés es más fuerte que la asociación existente con el bienestar experimentado.

PHI, competencias y regulación emocional

Los resultados confirman que *el bienestar retrospectivo global se asocia a alta competencias emocionales, alta regulación emocional adaptativa y baja regulación emocional inadaptable* (Tabla 4).

El bienestar recordado se asocia positivamente a una alta competencia emocional, principalmente en lo referente al si mismo, pero la asociación con las competencias emocionales hacia los otros también puede ser considerada fuerte. En cuanto a las estrategias de auto-regulación emocional se asocia positivamente con la reevaluación cognitiva y negativamente con la supresión emocional. Con respecto a la heteroregulación el bienestar se asocia con aquellas que disminuyen las emociones negativas o displacenteras en los otros, mientras que se relaciona débilmente con aquellas estrategias de heteroregulación que aumentan el displacer.

La presencia de experiencias que mejoraron el estado de ánimo se relacionó positivamente tanto con las competencias emocionales sobre si mismo como con los otros, mientras que la presencia de experiencias que empeoran el estado de ánimo se relacionó negativamente con ambas competencias emocionales. En cuanto a las estrategias de regulación emocional la presencia de experiencias que mejoraron el estado de ánimo se asocia positivamente con la reevaluación cognitiva y negativamente con la estrategia de supresión, pero con una intensidad baja. En cuanto a las que aumentan o disminuyen la afectividad negativa se asoció positivamente con ambas.

En este caso también se confirma de forma general que la asociación entre bienestar recordado y competencias emocionales es más fuerte que con el bienestar experimentado.

PHI y estrategias de afrontamiento

El bienestar recordado se relaciona de forma diferencial con las estrategias de afrontamiento ante hechos estresantes laborales. Se puede señalar genéricamente que las estrategias adaptativas tienen una relación positiva con el bienestar, mientras que las estrategias inadaptativas tienen una relación negativa con el bienestar. En otras palabras, las estrategias adaptativas del manejo del conflicto se asocian al bienestar, mientras que las inadaptativas lo hacen con el malestar (ver tabla 5).

En relación a las estrategias inadaptativas, las que principalmente se asocian negativamente al bienestar son el abandono, aislamiento social, la supresión emocional, la regulación fisiológica pasiva –ocio, consumo, dormir–, y la comparación social. En una menor medida se relacionan negativamente con el bienestar la rumiación y la confrontación.

Respecto de las estrategias adaptativas de afrontamiento de conflictos, las que principalmente se asocian con el bienestar son la búsqueda de apoyo emocional, la reevaluación positiva, el afrontamiento instrumental y planificación, y el afrontamiento fisiológico activo. Se asocian ligeramente la aceptación y la distracción (ver tabla 5).

Tabla 5.

Correlación de Pearson entre Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Experimentado y Recordado, y correlación parcial con Bienestar Recordado controlando Bienestar Experimentado.

	N	\bar{X}	DT	Correlaciones Univariadas		Correlación Parcial		
				Bienestar Experimentado		Bienestar recordado	Bienestar Recordado	
				Empeoramiento del ánimo	Mejoramiento del ánimo			
<i>Afrontamiento – Estrategias Adaptativas</i>								
Afrontamiento instrumental y de planificación	575	6.61	3.33	.07*	.01	.16**	.21***	
Búsqueda de Apoyo Emocional	574	7.87	3.33	.08*	.02	.26**	.32***	
Reevaluación Positiva	573	16.07	5.54	-.05	.20***	.23**	.27***	
Distracción	566	19.70	5.93	.12**	.12**	.10**	.18***	
Afrontamiento fisiológico activo	575	4.50	3.22	.02	.10*	.12**	.14**	
Aceptación	574	13.68	5.47	.09*	.03	.10**	.15**	
Vivencia de emociones contrarias	573	5.64	2.89	.03	.11**	.07	.10*	
Expresión emocional regulada	574	6.77	3.55	.13***	.03	.01	.12*	
<i>Afrontamiento – Estrategias Inadaptativas</i>								
Abandono Psicológico	573	4.49	3.55	.15***	-.09*	-.37**	-.36***	
Aislamiento Social	575	5.47	2.87	.15***	-.14**	-.31**	-.25***	
Rumiación	569	12.20	3.17	.22***	.04	-.08*	-.12*	
Comparación Social	574	4.49	2.96	.01	-.02	-.13**	-.10*	
Afrontamiento fisiológico pasivo	575	10.94	5.78	.17***	-.01	-.14**	-.04	
Descarga emocional	574	5.57	3.03	.05	.04	.05	.07	
Confrontación	572	8.04	4.09	.14***	-.05	-.08*	.01	
Supresión emocional	575	6.30	3.83	.09*	-.09*	-.22***	-.21***	
Ajuste posterior al conflicto	559	26.33	6.37	-.20***	.11**	.35***	.38***	

Nota: Significatividad estadística * p. < .05; ** p. < .01; *** p. < .001

La presencia de experiencias que mejoraron el estado de ánimo se relacionó positivamente con las estrategias adaptativas de reevaluación cognitiva, distracción, la vivencia de emociones contrarias y el afrontamiento fisiológico; y negativamente con las estrategias inadaptativas de aislamiento social y supresión emocional. Se puede señalar que las experiencias que mejoran el estado de ánimo e inducen afectividad positiva facilitan la ocurrencia de estrategias de afrontamiento adaptativas, mientras que dificultan la emergencia de inadaptativas.

En cuanto a las experiencias que empeoran el estado de ánimo, se asocian positivamente con ambos tipos de estrategias de afrontamiento al conflicto, tanto adaptativas como inadaptativas. Cabe destacar que se asoció más fuertemente a las inadaptativas. Se asoció la existencia de experiencias que empeoran el estado de ánimo e inducen afectividad negativa con las estrategias adaptativas de afrontamiento de expresión regulada, distracción, autocontrol y aceptación, la búsqueda de apoyo emocional y el afrontamiento instrumental; y con las estrategias inadaptativas de rumiación, regulación fisiológica pasiva, aislamiento social, abandono psicológico, y confrontación. Se podría señalar que las experiencias que empeoran el ánimo facilitan la ocurrencia de ambos tipos de estrategias, pero facilitan mucho más la ocurrencia de estrategias inadaptativas. Probablemente las adaptativas buscarán compensar y reducir la afectividad negativa.

En general las formas de regulación adaptativas se asocian con el bienestar recordado más fuertemente que con el bienestar experimentado. Ahora bien, la distracción, reevaluación y regulación fisiológica activa tienen una relación similar con el bienestar recordado y con el bienestar positivo experimentado. Estas formas de regulación atencionales, de cambio cognitivo y del uso de la actividad física para regular las emociones, probablemente mantendrán crónicamente un buen estado de

ánimo, o por su carácter relativamente automatizado son reactivos a la afectividad positiva.

Algo similar ocurre con formas de regulación inadaptativas que se asociaron con la misma intensidad – aunque con signo negativo- al bienestar experimentado negativo y al bienestar recordado, como la regulación fisiológica pasiva, la confrontación y la heteroregulación que aumenta las emociones negativas en otros. Esto sugiere que estas formas de regulación probablemente están fuertemente asociadas a disposiciones de personalidad o temperamentales estables como el neuroticismo. Finalmente la rumiación se asoció más fuertemente al bienestar experimentado negativo que al bienestar recordado – aunque en este caso la relación es negativa. Esto sugiere, junto con la asociación de la distracción y reevaluación al bienestar positivo recordado, que los procesos cognitivos y atencionales son más sensibles o están más estrechamente asociados a la afectividad, que la regulación por modificación de la situación y la modulación de la respuesta emocional subjetiva y expresiva.

El bienestar recordado también se asocia al grado de ajuste posterior a episodios emocionales estresantes, y este último se asocia también a la presencia de experiencias que mejoran el estado de ánimo y la ausencia de experiencias que empeoran el estado de ánimo. Se puede constatar que la afectividad positiva y negativa vivenciada el día anterior influyen la percepción y reporte del uso de las competencias y formas de regulación emocional. Por esto, mediante una correlación parcial se contrastó la relación entre el bienestar recordado y las competencias emocionales, la auto y heteroregulación adaptativa, la calidad de vida, la ausencia de estrés; controlando la afectividad del día anterior. Cabe señalar que las relaciones siguieron estando en la misma dirección y con magnitudes similares e inclusive superiores (ver tabla 4 y 5).

Concluyendo, las personas de un alto bienestar se caracterizan por ser mujeres casadas, con una más alta calidad de vida vinculada a su salud, con un menor estrés, tienen mayores competencias emocionales para con si mismo, así como también interpersonales. Cuando se enfrentan a un episodio conflictivo lo afrontan con una mayor reevaluación positiva, buscando un mayor apoyo social, planificando y tomando decisiones sobre el conflicto, se activan físicamente –realizan deporte y actividad física–, se distraen, aceptan más fácilmente las situaciones, a la vez que utilizan menos la supresión de sus propios sentimientos, abandonan menos sus problemas, no se inmovilizan ni generan consumos problemáticos, y a la vez, confrontan menos.

Estas relaciones entre el bienestar general retrospectivo con la calidad de vida vinculada a la salud, con las menores reacciones de estrés, competencias emocionales y un perfil de auto y heteroregulación adaptativo se mantienen al controlar el bienestar experimentado o vivenciado.

Discusión

De acuerdo al análisis factorial confirmatorio del instrumento se indagó en varios modelos estructurales del instrumento. Los AFC mostraron que el modelo que mejor se adaptaba a los datos era un modelo bifactorial, donde el bienestar recordado conforma un factor latente, y el bienestar experimentado otro. Al interior del factor latente del bienestar experimentado existen otros dos factores que diferencian claramente la presencia de experiencias que mejoran el estado de ánimo y otro que agrupa a las experiencias que lo deterioran (figura 5). Hay que señalar que en el proceso de ajuste, hubo que excluir un ítem de experiencias que aumentan el estado de ánimo. Esto sucedió por criterios estadísticos y de lenguaje.

En el análisis convergente del instrumento, la escala de bienestar recordado se comportó como se esperaba de acuerdo a la literatura. El bienestar recordado se asoció positivamente con indicadores de calidad de vida asociado a salud, de competencia emocional y de estrategias de afrontamiento adaptativas; a la vez la escala mostró asociaciones negativas con sintomatología en salud mental y con estrategias de afrontamiento inadaptativas, tal como se esperaba.

La escala de bienestar experimentado se asoció de forma diferencial de acuerdo a las dimensiones. Las experiencias que mejoran el estado de ánimo se asociaron positivamente con calidad de vida, con competencias emocionales y negativamente con sintomatología en salud mental. Las experiencias que empeoran el estado de ánimo se relacionó negativamente con calidad de vida y ausencia de síntomas de estrés y de forma positivamente con sintomatología en salud mental. En cuanto a la asociación de ambas dimensiones con las estrategias de afrontamiento, las experiencias que mejoran el estado de ánimo se asociaron con las estrategias adaptativas de forma positiva y de forma negativa con las inadaptativas. Sin embargo, las experiencias que empeoran el estado de ánimo se asociaron positivamente con las estrategias adaptativas como inadaptativas, pero la relación con estas últimas fue más fuerte. Esto último se podría deber a que las experiencias que empeoran el ánimo facilitan la ocurrencia de ambos tipos de estrategias, pero facilitan en mayor medida la ocurrencia de estrategias inadaptativas.

Se esperaba que las variables socio demográficas se asociaran fuertemente con la medida de bienestar recordado, basado en la experiencia de evaluaciones de largo plazo. No se encontraron diferencias entre estado civil y el bienestar experimentado, pero esta diferencia sí existe con el bienestar retrospectivo, donde las personas casadas muestran

un mayor nivel de bienestar, seguido por los solteros con un nivel intermedio, y el más bajo fue el encontrado en personas separadas o divorciadas.

Respecto a la calidad de vida vinculada al estado de salud se asocia más fuertemente con el bienestar recordado que con el bienestar afectivo experimentado el día anterior. De misma forma ocurre con la reacción al estrés y el ajuste posterior al afrontar hechos emocionales negativos o estresantes, donde la relación más fuerte se da con el bienestar recordado, luego con el bienestar afectivo negativo, y posteriormente con el bienestar afectivo positivo, pero con una relación menos fuerte. El perfil es similar en cuanto a las competencias emocionales, aunque la competencia emocional interpersonal se asocia más fuertemente al bienestar afectivo positivo que al negativo.

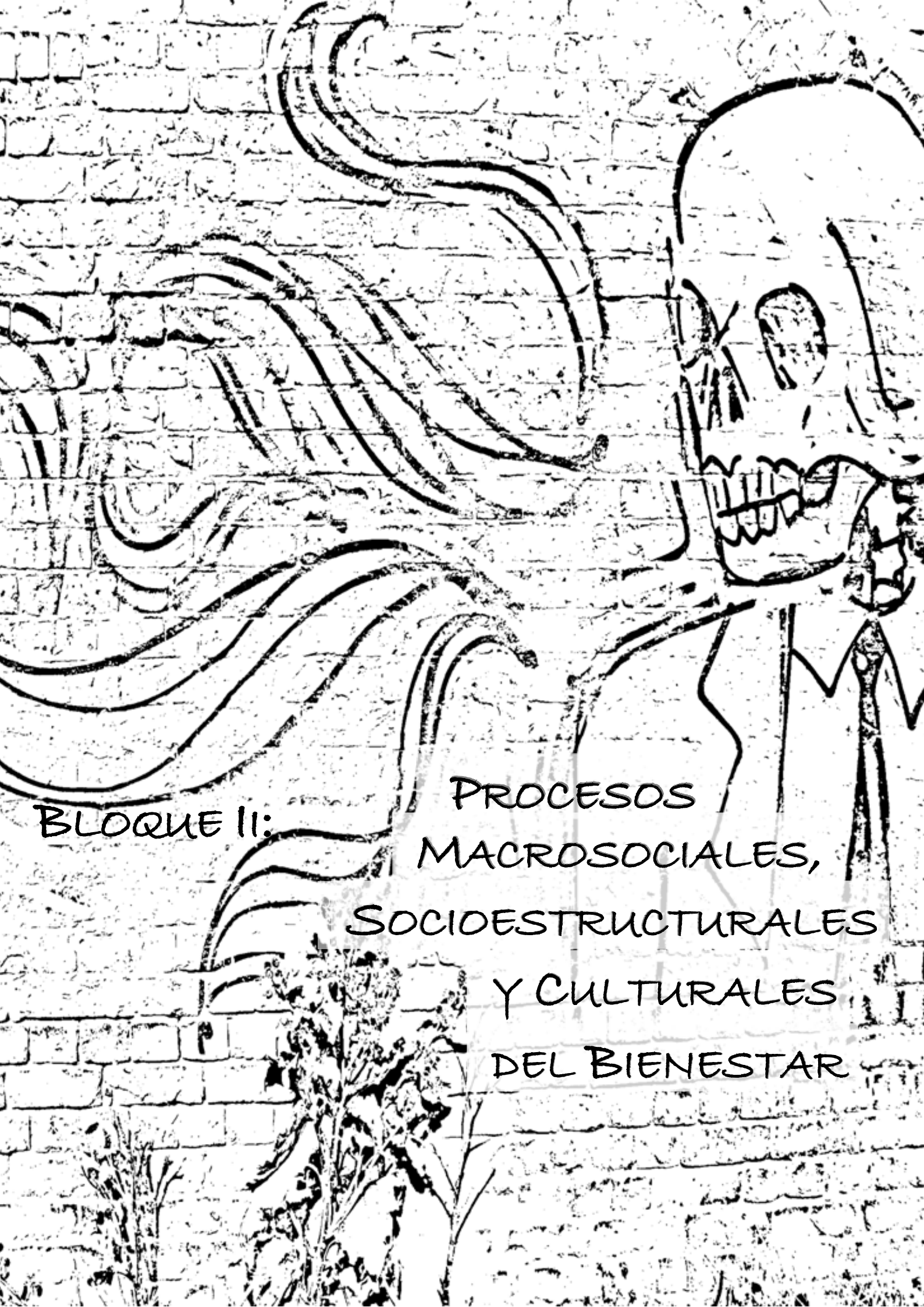
Con respecto a las estrategias de regulación adaptativas, las estrategias de afrontamiento instrumental, reevaluación disposicional (ERQ), y la búsqueda de apoyo social, éstas se asocian más fuertemente al bienestar recordado más que al bienestar afectivo experimentado. Aunque no todas las estrategias adaptativas tienen el mismo perfil, ya que algunas estrategias –como la distracción, reevaluación positiva y el afrontamiento fisiológico activo– se asociaron con intensidades similares al bienestar afectivo positivo vivenciado como con el bienestar general retrospectivo. Esto sugiere que las personas que utilizan regularmente la actividad física, focalizan la atención en lo positivo y ven la vida de forma distanciada y de forma benevolente, presentan una vivencia diaria de alta afectividad positiva, además de bienestar a largo plazo.

Otras formas de regulación se asociaron con la misma intensidad al bienestar experimentado negativo y al bienestar recordado, como la regulación fisiológica pasiva, la confrontación y la heteroregulación que aumenta las emociones negativas en otros. Esto sugiere que estas formas de regulación son más dependientes del estado de ánimo

o que están fuertemente asociadas a disposiciones de personalidad o temperamentales estables.

Para finalizar, el Pemberton Happiness Index (PHI) es un esfuerzo por integrar distintas visiones y tradiciones teóricas respecto del Bienestar y su medida. Nuestros resultados sugieren que, los índices de ajuste cumplen varios de los criterios convencionales. Además la validez convergente es adecuada a lo esperado de acuerdo a los estudios previos. Cabe destacar que la integración teórica del bienestar es una discusión teórica y procedimental vigente, y que no está acabada en su totalidad. Y este instrumento intenta aportar a la discusión del bienestar y de su medida.

Este estudio tiene algunas limitantes. La primera es el tamaño muestral, la poca cantidad de países presentes en la muestra y el desbalance de sujetos participantes por país. Una segunda limitación en este estudio es el carácter transversal del estudio, lo que limita el estudio de la sensibilidad al cambio del instrumento. Una tercera limitación de este estudio es de diseño, ya que al ser la validación de un instrumento ya escrito en español, no se realizó un estudio lingüístico de los ítems lo que hace perder la riqueza de la variabilidad lingüística propia de nuestro continente. En futuros estudios se debe intentar ser más abarcativo en la cantidad de naciones a incorporar en estudios como este. Además de intentar buscar el análisis de la estabilidad temporal y sensibilidad al cambio del instrumento, sin dejar de preocuparse de incorporar la variabilidad lingüística de los países participantes.



BLOQUE II:

PROCESOS
MACROSOCIALES,
SOCIOESTRUCTURALES
Y CULTURALES
DEL BIENESTAR

Capítulo 2. La Cultura como Modulador del Bienestar

Este capítulo fue publicado como:

Martínez-Zelaya, G., Bilbao, M. y Páez, D. (2015) La cultura como modulador del bienestar. En M. Bilbao, D. Páez y JC. Oyanedel. *La felicidad de los chilenos: Estudios sobre el bienestar. Volumen I.* (pp. 191–214) Santiago de Chile: Ril Editores

Introducción

Muchas han sido las formas de agrupar los distintos estudios acerca del bienestar, al igual que las formas de comprender el concepto. Una de las tradiciones es el *Bienestar Subjetivo* (SWB), que entiende el bienestar como la evaluación de las personas acerca de su propia vida, tanto en sus componentes cognitivo (satisfacción con la vida) como afectivos (reacciones emocionales). Como ya se ha discutido en capítulos anteriores, sabemos que el Bienestar Subjetivo puede entenderse de manera amplia como un concepto que abarca el experimentar elevados niveles de emociones de placeras, bajos niveles de emociones negativas y una alta satisfacción con la vida (Diener y Diener, 1995; Diener et al., 2003; Keyes, Shmotkin, y Ryff, 2002)

El bienestar tiene determinantes sociales, entre ellos los síndromes de valores que dominan en un contexto. El concepto de *valores culturales* hace referencia a aquellos elementos que guían intencionadamente nuestras actividades personales y proveen medios para modificar el nivel de felicidad del sujeto (Bobowik, 2013;

Lyubomirsky, Sheldon, y Schkade, 2005). A la vez, éstos se construyen (y co-construyen, en una relación dialéctica) con el entorno en el que se encuentra el sujeto.

Los *valores culturales* (Schwartz, 2001) los podemos entender como aquel mecanismo que los sujetos desarrollan con la intención de adaptarse adecuadamente a la realidad social circundante y, de esta forma, transforman sus necesidades individuales a las condiciones de existencia dados por el contexto social, como la adecuación a un lenguaje específico. Así, estos valores emergen como metas u objetivos deseables dentro del grupo cultural que trascienden las acciones o situaciones específicas, pero también como elementos de orden social y de normas de comportamiento para una interacción social ordenada y el óptimo funcionamiento del individuo y de los grupos sociales a los cuales pertenece (Bobowik, 2013; Schwartz, 1992). En consecuencia, los valores culturales pueden ser definidos bajo 5 elementos: son (i) creencias (ii) relacionadas con fines o comportamientos esperados en un contexto social y cultural, (iii) que su acción se extiende más allá de situaciones específicas, y que (iv) guían los juicios de valor que los sujetos realizan acerca de comportamientos, personas y sucesos específicos. Además, (v) su importancia relativa les entrega un orden, conformando un sistema de valores que implican priorizaciones de unos sobre otros (Basabe, Valencia, y Bobowik, 2011; Schwartz, 1992). De esto se desprende que los valores culturales son individuales, pero que emanan desde una misma fuente –la propia cultura– del cual el colectivo se nutre para la construcción expresión individual de ellos.

El modelo propuesto por Schwartz (1992), consistente en 10 valores culturales (Poder, Logro, Hedonismo, Estimulación, Auto-Dirección, Universalismo, Benevolencia, Tradición, Conformidad y Seguridad). La estructura de relaciones entre los valores se puede resumir en una estructura de dos dimensiones compuesta por cuatro tipos de valor de orden superior. Uno de estos valores de orden superior combina los

valores de estimulación, autodirección y hedonismo, y es denominada *apertura al cambio*; la cual forma una dimensión bipolar con el tipo de orden superior llamada *conservación* que combina los valores de seguridad, conformidad y tradición. Esta dimensión ordena los valores en términos del grado en que motivan a las personas para seguir sus propios intereses emocionales e intelectuales en direcciones imprevisibles e inciertos (apertura) frente a preservar el statu quo y la certeza que proporciona (conservación) (Schwartz y Boehnke, 2004). Finalmente, se postulan los valores relacionados con la *promoción personal* que se configura de los valores o motivaciones culturales de poder, logro y hedonismo, los que se presentan de manera contrapuesta a los de *auto-trascendencia* dado por motivaciones que valoran el bienestar de los demás y la naturaleza, como son el universalismo y la benevolencia (Páez y Zubieta, 2004; Schwartz, 1992).

Bienestar, Felicidad y Cultura

Distintos estudios respecto del bienestar muestran la asociación entre la satisfacción con la vida con la felicidad, el bienestar psicológico y el bienestar social (Bilbao, Techio, y Páez, 2007; Bilbao, 2008; Bobowik, Basabe, Páez, Jiménez, y Bilbao, 2011; Diener y Suh, 2000; Oishi, Diener, Lucas, et al., 1999; Oishi, 2012). Entenderemos la Satisfacción con la Vida como la forma en la que un sujeto evalúa positivamente la calidad global de su propia vida (Veenhoven, 1994).

Se ha encontrado evidencia que indica que la felicidad y el bienestar varían en los distintos contextos culturales. Primero, estudios muestran que el contexto sociocultural se asocia o tiene un “efecto directo” en el bienestar (Bilbao et al., 2007). Las culturas desarrolladas socialmente (Hofstede, Hofstede, y Minkov, 2010; Hofstede, 2001) con valores individualistas, igualitarios, femeninos y de menor evitación de la

incertidumbre, presentan mayores puntuaciones de felicidad y satisfacción con la vida. Las naciones de alta distancia jerárquica se caracterizan por mayor frecuencia de emociones negativas, aunque de menor intensidad, sugiriendo que se trata de culturas represivas y de alto estrés. Las naciones individualistas muestran mayor intensidad y aceptación de emociones positivas, aun cuando no mayor frecuencia, sugiriendo que su bienestar no se basa en una simple mejor calidad de vida, sino que en la expresión emocional intensa (Basabe et al., 1999, 2000, 2002).

Segundo, los valores de Apertura al Cambio y de Universalismo, que se pueden concebir como la versión internalizada en valores personales de culturas individualistas e igualitarias, se asocian a la satisfacción con la vida y al bienestar (Bilbao et al., 2007; Bobowik et al., 2011). Es razonable argumentar que el valor de autodirección refuerza la autonomía y dominio del medio, que es una faceta del bienestar eudaimónico. Valorar el hedonismo refuerza enfatizar estímulos placenteros y, por ende, una balanza de afectos positiva, componente hedónico del bienestar subjetivo. Los valores de estimulación refuerzan la búsqueda de nuevas experiencias y probablemente la faceta de crecimiento personal del bienestar eudaimónico. El valor de benevolencia implica preocuparse por el bienestar de las personas cercanas, por lo que se asocia a relaciones positivas con otros, mientras que el de universalismo -que enfatiza el bienestar general y justicia para todos-, refuerza tanto la faceta anterior como el tener una vida con sentido.

Existe evidencia respecto a la relación del bienestar subjetivo con los valores colectivistas, pero su relación es baja (Bilbao et al., 2007; Lima y Novo, 2007). Se puede argumentar que el conformismo y tradición facilitan la integración social y tener sentido en la vida, así como la Seguridad puede incrementar el control del medio. Sin embargo, cuando se ha corregido por el sesgo de respuesta, los resultados señalan una relación negativa entre los valores y el bienestar (Bobowik et al., 2011), lo que se puede

interpretar en el sentido que estos valores socavan el bienestar por un énfasis defensivo ante el medio y las restricciones que imponen a la autonomía.

Tercero, los estudios trans-culturales han mostrado como los valores dominantes de las distintas culturas modulan las necesidades y motivos hedónicos, de seguridad, relacionales, de auto-estima, de logro, control, afiliación e intimidad. Es decir, se trata de un efecto de moderación de la relación entre los factores y el bienestar. Un ejemplo de esto lo encontramos cuando países menos desarrollados económicamente se asocian más fuertemente la satisfacción con la vida y con las finanzas, mientras que en culturas individualistas con la satisfacción con la vida se asocia más fuertemente con la libertad percibida y la autonomía $n = 62446$, 41 naciones– (Suh, Diener, Oishi, y Triandis, 1998). Los autores plantean que la relación entre un factor o atributo y el bienestar es mayor en los contextos donde estos atributos son más importantes o se valoran más. En el primer ejemplo, las dificultades para satisfacer necesidades básicas hacen que el componente económico sea más importante en los países pobres que en los ricos; en el segundo, la autonomía o percepción de control es más valorada, lo que explica que esta sea un factor más relevante para la satisfacción vital. Examinaremos la evidencia parcial sobre estos dos últimos puntos.

Balanza de afectos y satisfacción vital.

En las culturas individualistas se valoran más los atributos personales e internos, por lo que es comprensible que éstos sean más importantes para el bienestar en dichas culturas. Esta idea se ve avalada por el hecho que la relación entre frecuencia de emociones negativas y positivas, la balanza de afectos, está asociada más fuertemente con la satisfacción vital en las culturas individualistas que colectivistas (Suh et al., 1998). Ilustrando esta asociación, el valor de la correlación entre la balanza de afectos y

satisfacción es más fuerte en un país individualista - de $r = .48$ en EEUU-, media en un país intermedio - $r = .32$ en Japón- y baja en un país colectivista - $r = .22$ en India.

Las culturas individualistas, además de tener un nivel de desarrollo social mayor y una estabilidad financiera más alta, comparten valores más fuertes de estimulación y placer, lo cual nos señala el énfasis en la satisfacción de necesidades hedónicas. Esto puede explicar en parte la mayor felicidad en estas sociedades, así como la mayor asociación entre emociones positivas y satisfacción vital (Basabe et al., 2002).

Satisfacción con la vida, Auto-aceptación y Autoestima.

No existe evidencia que demuestre la asociación de los contextos culturales colectivistas y jerárquicos con una menor auto-estima – en las naciones encuestadas la media es superior a la media teórica y las correlaciones entre indicadores de individualismo y la media nacional en auto-estima no es significativa y muy baja , de $r = .02$ por ejemplo (Basabe et al., 2002; Schmitt y Allik, 2005). Aun cuando existen estudios que exponen que colectivistas asiáticos muestran menor autoestima manifiesta (Heine, Markus, Lehman, y Kitayama, 1999), no muestran diferencias cuando se consideran medidas implícitas, como por ejemplo el tiempo de reacción (Yamaguchi et al., 2007). En un estudio donde se evaluó Autoestima, Satisfacción con la Vida y Optimismo disposicional, no se encontraron diferencias significativas entre 3 contextos culturales distintos, incluyendo al semicolectivista contexto japonés -Italia, Alemania y Japón - (Caprara et al., 2012). Pero por otro lado, sí existe evidencia respecto a que los atributos de auto-aceptación, y por ende la necesidad de auto-estima, son más relevantes para el bienestar en culturas individualistas que colectivistas. Por ejemplo, la relación entre satisfacción consigo mismo o auto-estima y satisfacción con la vida es más fuerte en EEUU ($r = .56$ para hombres y $r = .60$ para mujeres) frente a España ($r = .39$ y r

=.38) y Japón ($r = .34$ y $r = .44$, respectivamente). El tamaño de la r para cada nación correlacionaba $r = .52$ en contextos no individualistas ($n = 13118$, 31 naciones) (Diener y Diener, 1995). Otro estudio encontró que la satisfacción con sí mismo era un predictor más fuerte de la satisfacción vital en países individualistas que en colectivistas ($n = 6782$, 39 naciones) (Oishi, Diener, Lucas, et al., 1999). Esto es coherente con la idea que la imagen personal y la valoración positiva de ella, si bien es una tendencia general, es más importante en los contextos que valoran la persona o individualidad.

Satisfacción con la Vida, Autonomía y Control del medio.

La relación entre satisfacción con libertad personal y satisfacción con la vida, es más fuerte en los países individualistas. La relación entre autonomía, evaluada por la escala de Triandis y la satisfacción vital es de $r = .16$ en EEUU, $r = .31$ en Alemania, $r = .02$ en China y España. Un análisis lineal jerárquico realizado por Oishi ($n = 6782$, 39 naciones) (Oishi, Diener, Lucas, et al., 1999) muestra que el nivel de Individualismo predice la asociación entre autonomía y satisfacción vital. Esto es coherente con la importancia de la autonomía, independencia y unicidad personal en estas culturas.

Otra explicación de la mayor felicidad en los contextos individualistas, es que en éstos se valora más la auto-dirección, facilitando la elección individual y el control personal, lo que redundará en mayor bienestar. Sin embargo, no se ha encontrado una asociación entre colectivismo y menor control personal. La relación entre auto-competencia e individualismo era insignificante (Schmitt y Allik, 2005). Aunque en colectivistas asiáticos se muestre un menor nivel de control y bienestar, esto no se replica en colectivistas americanos, europeos y africanos (Páez y Zubieta, 2004). Ahora bien, dado el énfasis en el control individual interno del medio en el individualismo,

podemos suponer que la asociación entre la percepción de control o dominio del entorno y la satisfacción vital será mayor en países individualistas.

Objetivos e hipótesis.

El objetivo general de este trabajo es replicar, con muestras representativas y utilizando indicadores similares a los usados por Diener y Suh (2000) y Oishi, Diener, Lucas, et al., (1999), la relación entre valores culturales y bienestar, a nivel individual y colectivo (medias nacionales).

Primero, examinar la validez convergente de los indicadores clásicos (Hofstede) con los valores de Schwartz y las prácticas culturales de GLOBE (House, Hanges, Javidan, Dorfman, y Gupta, 2004), centrándonos esencialmente en individualismo y la distancia al poder. Este objetivo busca describir el colectivismo actual realmente existente.

Segundo, explorar el efecto directo entre las dimensiones culturales con bienestar. Las hipótesis que guían este objetivo son 4, tanto para el nivel individual como para el nivel colectivo o de contexto: (i) los contextos individualistas, así como los valores asociados de Apertura al cambio, se asociaran al bienestar evaluado por indicadores de felicidad y satisfacción con la vida, ya que refuerzan la exposición y valoración de emociones y experiencias hedónicas, la búsqueda de novedades y el crecimiento personal, y la autodeterminación, autonomía e independencia; (ii) los contextos colectivistas, y los valores Conservacionistas vinculados a ellos, se asociaran negativamente al bienestar, ya que el conformismo, tradicionalismo y búsqueda de seguridad socavan la autonomía. (iii) Los contextos jerárquicos, así como los valores de Poder y Logro vinculados a ellos, se asociaran al malestar porque enfatizan recompensas extrínsecas. Lo contrario ocurrirá con los valores de Trascendencia el yo,

porque los valores de trascendencia refuerzan las relaciones positivas con otros y la búsqueda de normas de sentido, mientras que los valores de poder y de conservación limitan estos procesos favorables.

Tercero, contrastar que la relación entre satisfacción con la vida y la felicidad es mayor en culturas individualistas que enfatizan lo interno, aceptan las emociones y valoran la importancia del placer, así como que el bienestar se asocia más fuertemente al control percibido del medio en culturas individualistas, que valoran más la independencia y autonomía.

El último objetivo de este trabajo, es verificar un efecto de congruencia en la relación valores y bienestar, según el tipo de contexto individualista o colectivista (Sagiv y Schwartz, 2000).

Las hipótesis que guían este objetivo son 3: (i) los valores de logro y poder se asociarán de forma más positiva con la satisfacción con la vida en países colectivistas – que son generalmente más jerárquicos o de mayor distancia al poder– esto debido a la mayor valoración del esfuerzo y el trabajo. (ii) los valores de conservación se asociarán de forma más positiva con la satisfacción con la vida y la felicidad en países colectivistas; (iii) los valores de apertura al cambio se asociarán de forma positiva con la satisfacción vital en países individualistas ya que en estos los valores hedonistas, de estimulación y autodirección son más valorados. Una hipótesis alternativa es que el efecto directo de los valores de apertura al cambio y trascendencia se dé similarmente en todos los contextos, esto debido a que éstos tienden a ser más adaptativos.

Método

El presente estudio tiene dos fases complementarias, una primera de carácter individual, en el cual se calcularon los puntajes individuales para los sujetos

participantes de la totalidad de participantes de las seis encuestas de la World Values Survey (WVS, 2015). En una segunda fase, se calcularon las medias nacionales para cada una de las variables utilizadas en este estudio.

Participantes.

La muestra utilizada proviene de la Encuesta Mundial de Valores (World Values Survey). Se utilizó la totalidad de muestra en todas sus aplicaciones. La encuesta fue aplicada en 99 países y en 6 waves (1981-1984; 1990-1994; 1995-1998; 1999-2004; 2005-2009; 2010-2014). En la encuesta participaron 323.099 sujetos, de los cuales un 51,1% fueron mujeres y un 48% hombres, un 44,4% eran menores de 35 años, un 33,8% entre 35 y 54 años, y un 21,4% tenían 55 años o más.

Los países participantes fueron: *Colectivistas* (Bajo individualismo: con un puntaje de 25 o menos en el índice de Individualismo): Ecuador, Colombia, Venezuela, Chile, Perú, Guatemala, El Salvador, Trinidad y Tobago, Etiopía, Ghana, Burkina Faso, Tanzania, Bangladesh, China, Taiwán, Hong Kong, Singapur, Vietnam, Tailandia, Indonesia, Corea del Sur, Egipto, Kuwait, Pakistán, Arabia Saudita, Albania y Serbia. *Mixtos* (Medio Individualismo: con un puntaje de 26 a 46 en el índice): México, Argentina, Brasil, Uruguay, República Dominicana, Rumanía, Rusia, Eslovenia, Bulgaria, Croacia, Turquía, Irán, Irak, Jordania, Líbano, Libia, Marruecos, Zambia, Nigeria, Malasia, Filipinas, Japón. *Individualistas* (Alto Individualismo: con un puntaje de 47 o más en el índice): Canadá, Estados Unidos, Australia, Nueva Zelanda, África del Sur, Israel, España, Francia, Italia, Alemania, Holanda, Gran Bretaña, Suiza, Finlandia, Noruega, Suecia, Polonia, Hungría, Eslovaquia, República Checa, Estonia, Letonia, Lituania e India.

Medidas e Instrumentos.

Indicador de bienestar hedónico: componente cognitivo. La Satisfacción con la vida fue medida con un ítem único: “Considerando todas las cosas, ¿Cuán satisfecho está usted con su vida en este momento?”. Las posibilidades de respuesta iban de 1 (Completamente Insatisfecho), a 10 (Completamente Satisfecho).

Indicador de bienestar hedónico: Componente afectivo. El sentimiento de felicidad fue medido con la pregunta “En general, usted diría que...”, donde las posibilidades de respuesta eran 1 (Muy Feliz), 2 (Bastante feliz), 3 (No muy feliz) y 4 (Nada Feliz). Esta pregunta fue re-codificada de forma que a mayor puntuación, mayor sentimiento de felicidad, 1 (Nada feliz), 2 (No muy feliz), 3 (Bastante feliz) y 4 (Muy Feliz).

Indicador de satisfacción con las finanzas. La Satisfacción con las finanzas fue medida con la pregunta “¿Qué tan satisfecho o insatisfecho está usted con la situación económica en su hogar?”. Las posibilidades de respuesta iban de 1 (Completamente Insatisfecho), a 10 (Completamente Satisfecho).

Indicador de percepción de control o dominio del medio. la percepción de control fue medido con la pregunta “cuánta libertad de elección y control piensa usted que tiene sobre la manera en que se desarrolla su vida.”. Las posibilidades de respuesta iban de 1 (ninguna elección) a 10 (mucho elección).

Indicadores de valores. Los diez tipos motivacionales se midieron con un ítem único por cada uno de los tipos motivaciones. Para el tipo motivacional de Autodirección, el ítem consultado es “Pensar en nuevas ideas y ser creativo, hacer cosas a su manera”. Hedonismo fue consultado con el ítem “Pasarlo bien, divertirse, darse caprichos”. Estimulación mediante “La aventura y los riesgos, tener una vida emocionante”. El valor de Benevolencia fue consultado con el ítem “Cuidar de las

personas próximas, ocuparse de su bienestar”. Universalismo fue consultado con el ítem “Cuidar del medio ambiente, cuidar de la naturaleza”. Para el valor de Poder, el ítem utilizado es “Ser rico, tener mucho dinero y cosas caras”. Logro fue consultado mediante el ítem “Tener éxito, conseguir que los demás reconozcan sus logros”. Seguridad se consultó con el ítem “Vivir en barrios seguros, para evitar cualquier peligro”. El tipo motivacional de Conformidad fue consultado mediante el ítem “Comportarse siempre adecuadamente, evitar hacer nada que los demás consideren malo”. Y el valor de Tradición fue mediante “La tradición, seguir las costumbres que le vienen de su religión o familia”. Las posibilidades de respuesta de todos los ítems anteriores van de 1 (Se parece mucho a mi) a 6 (No se parece en absoluto), los cuales fueron re-codificados donde van de 1 (No se parece en absoluto) a 6 (Se parece mucho a mi). Este indicador se obtuvo a nivel individual y colectivo.

Para el nivel colectivo, se obtuvieron los valores nacionales de:

Indicadores de desarrollo socioeconómico: el Ingreso Nacional per cápita –GNI por su sigla en inglés– (World Bank, 2013), del Índice de Desarrollo Humano –HDI por su sigla en inglés– (Malik, 2013).

Indicadores de prácticas: 4 de las 9 dimensiones Culturales del Proyecto GLOBE (House et al., 2004) para cada uno de los países que son más centrales: prácticas colectivistas de favoritismo endogrupal, de distancia al poder, prácticas estructuradas (o UAI) y Colectivismo Institucional. Se pedía el acuerdo de 1 a 7 con las afirmaciones siguientes: para *colectivismo* o *favoritismo endogrupal* “los empleados sienten fuerte la lealtad a su organización”, para *distancia al poder* “En su país se supone que los subalternos deben obedecer o deben cuestionar a sus líderes”, para *prácticas estructuradas* “¿En esta sociedad se enfatizan el orden y la consistencia aun a

costa de la experimentación e innovación? ¿Esta sociedad tiene reglas y procedimientos que cubren casi todas las situaciones?” y para *colectivismo institucional* “El sistema económico está orientado a maximizar el interés individual (=1) versus el interés colectivo (=7)”.

Indicadores de IDV y PDI culturales: valores nacionales de las 6 dimensiones de Hofstede (2010).

Resultados

Los análisis de correlación muestran una fuerte asociación de la satisfacción con la vida (componente cognitivo del bienestar) con el Ingreso Nacional Bruto ($r_{(99)} = .527$, $p. < .001$) y con el índice de Desarrollo Humano ($r_{(94)} = .461$, $p. < .001$). Esto significa que existiría una alta relación entre las medias nacionales del estar satisfecho con la propia vida y la estabilidad tanto financiera como social de los países. Los países más desarrollados a nivel económico y con una mayor calidad de vida de sus poblaciones muestran mejores resultados en la evaluación de la propia vida. Esta situación no se repite del todo en el componente afectivo del bienestar (Sentimiento de Felicidad), donde existe una relación con el GNI ($r_{(99)} = .358$, $p. < .001$), pero no existe relación con el HDI ($r_{(94)} = .073$, $p. n.s.$).

En lo concerniente a la Satisfacción con las Finanzas, existe una asociación fuerte tanto con el GNI ($r_{(98)} = .584$, $p. < .001$) como con el HDI ($r_{(93)} = .402$, $p. < .001$), lo que nos señala que a mayor desarrollo económico del país y una mejor calidad de vida de las sociedades, la satisfacción con las finanzas será mayor. Respecto a la Percepción de Control, existe una asociación con el GNI ($r_{(98)} = .329$, $p. = .001$) y con el IDH ($r_{(93)} = .277$, $p. = .007$), la relación es mayor en las sociedades con una mayor

estabilidad social y financiera, aun cuando ésta es de menor potencia que en lo referente a la Satisfacción con las Finanzas.

Los resultados para la asociación intrasujeto o individual entre los tipos motivacionales y los indicadores de felicidad serán significativos con gran facilidad por los enormes grados de libertad. Por ende, comentaremos la varianza explicada. Con un tamaño del efecto medio $r = .21$ y mediana de $.18$, consideraremos los efectos arriba de $.20$ como sustanciales, explicando al menos el 4% de la varianza. Cabe señalar que los tamaños de los efectos transculturales son en general de este orden (Matsumoto, Grissom, y Dinnel, 2001).

Asociaciones entre prácticas y valores culturales a nivel colectivo.

A nivel colectivo, se correlacionaron las dimensiones de Individualismo y Distancia al Poder (Hofstede et al., 2010) con las dimensiones de Colectivismo Intragrupal (Favoritismo Endogrupal), Colectivismo Institucional y Distancia al Poder de Globe Project. Los resultados muestran una alta relación de Favoritismo Endogrupal (GLOBE) con Individualismo (relación Inversa) y con Distancia al Poder (Hofstede) ($r_{(43)} = -.74$, $p < .001$ y $r_{(43)} = .79$, $p < .001$, respectivamente). Manejo de la Incertidumbre se relacionó con bajo Colectivismo Institucional (GLOBE) (Hofstede) ($r_{(43)} = -.34$, $p = .013$) y con una alta Distancia al Poder (GLOBE) ($r_{(43)} = .42$, $p = .002$). Sin embargo, la relación de las puntuaciones de Distancia al Poder de Hofstede se asocian como esperado, pero no significativamente con las practicas jerárquicas de Globe.

Se correlacionaron las dimensiones de Individualismo, Distancia al Poder, y Manejo de la Incertidumbre de Hofstede con las medias nacionales para las dimensiones de Apertura al cambio, Conservación, Promoción del Yo y Auto-Trascendencia de

Schwartz. Para controlar el sesgo de aquiescencia (aprobación), se usó la media de la escala de valores como covariable –tal como sugiere Schwartz–. Los resultados muestran una relación entre Distancia al Poder con una baja Apertura al Cambio ($r_{(53)} = -.36, p = .003$) y una alta Conservación ($r_{(53)} = .29, p = .016$), además de una relación entre Manejo de la Incertidumbre con Conservación ($r_{(53)} = .30, p = .013$). En cambio, las correlaciones entre IDV con los valores mostraban una asociación negativa de este con la Conservación, como esperado, pero también con la Apertura.

Se correlacionaron las dimensiones de Colectivismo Institucional, Colectivismo Intragrupal y Distancia al Poder de GLOBE con las medias nacionales para las dimensiones de Apertura al cambio, Conservación, Promoción del Yo y Auto-Trascendencia de Schwartz. Los resultados muestran una relación entre Colectivismo Intragrupal con una baja Apertura al Cambio ($r_{(36)} = -.50, p = .001$), una alta Conservación ($r_{(36)} = .39, p = .008$), una alta Promoción del Yo ($r_{(36)} = .37, p = .011$) y una baja Autotrascendencia ($r_{(36)} = -.34, p = .020$).

Asociaciones entre dimensiones, valores culturales y bienestar a nivel colectivo.

Se confirma la relación negativa entre PDI y bienestar, aunque no entre bienestar e IDV. En cambio, las prácticas de jerárquicas de GLOBE no se asocian al bienestar, aunque si lo hacen negativamente las prácticas de favoritismo endogrupal. Las prácticas de colectivismo institucional no tienen relación. Las prácticas estructuradas tienen una relación positiva.

Las medias nacionales de Apertura al Cambio se asocia tanto al indicador cognitivo ($r_{(73)} = .46, p < .001$), afectivo ($r_{(73)} = .39, p < .001$), y al indicador compuesto de Bienestar existiendo una relación significativa entre apertura al cambio y Bienestar ($r_{(73)} = .44, p < .001$), como se esperaba. En segundo lugar, la Trascendencia del Yo se

asocia con los indicadores cognitivos y emocionales del bienestar de forma positiva, pero este último tiene una relación más débil ($r_{(73)} = .49, p < .001$ y $r_{(73)} = .31, p = .004$, respectivamente). Respecto del indicador conjunto de Bienestar, éste se relaciona de manera positiva para el total de países ($r_{(73)} = .41, p < .001$), como se esperaba. En tercer lugar, la relación entre los indicadores de Satisfacción con la Vida y Sentimiento de Felicidad y el valor de Poder son ambas negativas y significativas ($r_{(73)} = -.53, p < .001$ y $r = -.29, p = .006$, respectivamente), como se esperaba, lo cual nos señala que a mayor valor de poder, menor satisfacción con la vida. Para el indicador conjunto (cognitivo y emocional) la relación es negativa ($r_{(73)} = -.43, p < .001$), por lo que la evaluación global de bienestar es negativa si el valor de poder es alto, como se hipotetizaba.

Por otro lado, el valor de Logro se asocia negativamente tanto con la Satisfacción con la Vida ($r_{(73)} = -.21, p = .035$). Para el componente afectivo la relación, aun cuando también es negativa, tiene una intensidad menor y no es significativa estadísticamente ($r_{(73)} = -.10, p = .187$). En relación al indicador conjunto la asociación sigue siendo negativa, pero estadísticamente tendencial ($r_{(73)} = -.16, p = .080$). La Conservación, se asocia negativamente tanto con el indicador cognitivo como emocional, y con intensidades relativamente similares ($r_{(73)} = -.36, p = .001$ en ambos casos), como se hipotetizaba. En cuanto al indicador conjunto de bienestar esta relación es negativa ($r_{(73)} = -.37, p = .001$), como se esperaba.

Asociaciones entre valores culturales y bienestar a nivel individual.

Se contrastaron las hipótesis del segundo objetivo, correlacionando las respuestas individuales en valores con el bienestar, así como las medias nacionales en ambas variables. En la tabla 1 se pueden observar los resultados para las asociaciones

entre los tipos motivacionales, los objetivos generales, y los indicadores de bienestar a nivel Individual y Colectivo (media nacional). Para controlar sesgo de aquiescencia, se usó la media de la escala de valores como covariable –tal como sugiere Schwartz– en ambos niveles.

Los valores vinculados a la Apertura al Cambio se asocian a la satisfacción con la vida ($r_{(137.563)} = .09, p. < .001$), con el sentimiento de felicidad ($r_{(137.563)} = .07, p. < .001$) y con el indicador de Bienestar Global positivamente ($r_{(137.563)} = .09, p. < .001$) sobre el total de la muestra. Aplicando el BESD² los resultados sugieren que las personas por encima de la media de Apertura ($r = .09$) tiene una probabilidad del 54,5% de tener un bienestar (componente cognitivo y afectivo) por encima de la media. En cambio, los sujetos que obtienen puntajes por debajo de la media en Apertura tienen un 45,5% de probabilidad de obtener puntajes por sobre la media en Satisfacción con la Vida y Sentimiento de Felicidad. En segundo lugar, la Trascendencia del Yo se asocia de forma positiva con la Satisfacción con la Vida ($r_{(137.563)} = .06, p. < .001$), con el Indicador de felicidad ($r_{(137.563)} = .04, p. < .001$) y con el indicador compuesto de Bienestar ($r_{(137.563)} = .06, p. < .001$) sobre el total de la muestra, como se esperaba. Los resultados sugieren que las personas por encima de la media en Trascendencia del Yo tienen una probabilidad del 54% de tener un bienestar por encima de la media, en cambio los sujetos por debajo de la media en Trascendencia del Yo tienen una probabilidad de un 46% de obtener puntajes que indiquen un alto Bienestar. En tercer lugar, los resultados muestran que el valor de Poder se asocia negativamente con la Satisfacción con la Vida ($r_{(137.563)} = -.10, p. < .001$) y con el Sentimiento de Felicidad ($r_{(137.563)} = -.05, p. < .001$), pero este último con una intensidad menor. El Indicador compuesto de Bienestar se asocia de forma negativa ($r_{(137.563)} = -.09, p. < .001$) con el

² Binomial effect size display

valor de Poder, tal como se esperaba. Por otro lado el valor de Logro no se asocia con la Satisfacción con la Vida , pero sí con el Sentimiento de Felicidad ($r_{(137.563)} = -.003$, p . n.s. y $r_{(137.563)} = -.005$, p . = .024, respectivamente), y su relación con el indicador conjunto de Bienestar es de $r_{(137.563)} = -.005$, p . = .032.

La Conservación, se asocia de forma negativa como se esperaba, tanto con la Satisfacción con la Vida como con el Sentimiento de Felicidad ($r_{(137.563)} = -.06$, p . < .001, ambos casos), mientras que la relación con el indicador conjunto de Bienestar es de $r_{(137.563)} = -.07$, p . < .001, es decir, sigue siendo negativa, al igual que los indicadores individuales, pero de una intensidad mayor. En este caso, los sujetos que obtengan puntajes por sobre la media en Conservación tienen una probabilidad de 53,5% de obtener puntajes por debajo de la media en Bienestar.

Tabla 1. Correlaciones a nivel individual y colectivo para asociación de Indicadores de Bienestar y Valores Individuales, controlando el sesgo de aquiescencia.

	Nivel Individual			Nivel Colectivo (media nacional)				
	<i>n</i>	Satisf. con la Vida	Sentim. de Felicidad	Bienestar Global	<i>n</i>	Satisf. con la Vida	Sentim. de Felicidad	Bienestar Global
<i>Objetivos Generales</i>								
Apertura al Cambio	137.563	,087***	,073***	,093***	73	,456***	,394***	,441***
Conservación	137.563	-,062***	-,063***	-,073***	73	-,356**	-,355***	-,368**
Autopromoción	137.563	-,080***	-,040***	-,069***	73	-,505***	-,272**	-,404***
Trascendencia	137.563	,064***	,042***	,062***	73	,485***	,308**	,412**

† $p < .10$; * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$

Importancia relativa afectividad control y finanzas según valores y prácticas culturales

Buscando verificar la importancia de la afectividad, a nivel colectivo, y su relación con los valores y prácticas culturales, se procedió a correlacionar el indicador emocional de bienestar –sentimiento de felicidad– con las medias nacionales de los tipos motivacionales de Schwartz, y los puntajes nacionales de las dimensiones

culturales (Hofstede) y prácticas culturales (GLOBE). Los resultados muestran que existe una relación del sentimiento de felicidad con los tipos motivacionales (controlando el sesgo de aquiescencia) para Apertura al Cambio ($r_{(73)} = .39, p < .001$) y Conservación ($r_{(73)} = -.36, p < .001$). La relación del sentimiento de felicidad con las prácticas y dimensiones culturales, se encontró una relación negativa con la dimensión de Evitación de la Incertidumbre ($r_{(73)} = -.24, p = .019$), una relación negativa y significativa con las prácticas de Colectivismo Endogrupal ($r_{(46)} = -.33, p = .012$), y tendencial y positiva con Evitación de la Incertidumbre ($r_{(46)} = .21, p = .082$).

Se encontró una relación significativa positiva entre la percepción de libertad y control de la propia vida, y la Trascendencia del yo ($r_{(73)} = .44, p < .001$); e inversamente negativa con Auto Promoción ($r_{(73)} = -.47, p < .001$). Para las prácticas y dimensiones culturales, solo existe una relación negativa con la prácticas de Colectivismo Endogrupal ($r_{(45)} = -.31, p < .020$).

La relación para satisfacción con las finanzas y los valores, controlando el sesgo de aquiescencia, fueron con Apertura al Cambio ($r_{(73)} = .54, p < .001$) y una relación negativa con Conservación ($r_{(73)} = -.47, p < .001$). La relación de la satisfacción con la vida con las prácticas y dimensiones culturales, se encontró una relación negativa con la dimensión de Distancia al Poder ($r_{(72)} = -.23, p = .026$), una relación negativa con las prácticas de Colectivismo Endogrupal ($r_{(45)} = -.51, p < .001$), y positiva con la práctica cultural de la Evitación de la Incertidumbre ($r_{(45)} = .46, p = .001$).

Cultura como moderador de las relaciones entre facetas del Bienestar y Satisfacción con la Vida

Se buscó verificar el efecto de moderación de la cultura en la relación de los distintos atributos del bienestar, identificando la cuantía de la correlación entre los

aspectos del bienestar a nivel nacional con las puntuaciones nacionales de las dimensiones culturales de Individualismo y Distancia al Poder (Hofstede et al., 2010) y las dimensiones de Colectivismo Intragrupal, Manejo de la Incertidumbre y Distancia al Poder de Proyecto GLOBE. La Tabla 2 muestra los resultados de lo anterior.

Respecto a la relación con las dimensiones culturales, se puede señalar que la asociación entre la Satisfacción con la Vida y el Sentimiento de Felicidad (componentes cognitivo y afectivo del bienestar) es más fuerte en países individualistas, como se esperaba. Esto ocurre tanto para las dimensiones culturales de Hofstede como las del Proyecto GLOBE

La relación de la Satisfacción con la Vida y Percepción de Control es mayor en países individualistas, pero esta relación es menos fuerte que la que existe con el sentimiento de Felicidad. Cabe mencionar que la relación del indicador compuesto de Bienestar (afectivo y cognitivo) con la percepción de control también es más fuerte en países individualistas tanto en las dimensiones de Hofstede como en las de GLOBE, tal como se hipotetizaba.

La asociación entre el Sentimiento de Felicidad y la Satisfacción con las Finanzas, y el índice de Individualismo de Hofstede, los datos arrojan una asociación positiva y significativa en el componente afectivo, no así en el cognitivo. También los resultados señalan que no existe una relación estadísticamente significativa para la satisfacción con la vida (componente cognitivo del bienestar), ni para el indicador compuesto de bienestar o bienestar global. Para la relación con el índice de Colectivismo del proyecto GLOBE, no existe una relación estadísticamente significativa para ninguna de estas variables, pero sí se mantiene el perfil que se describe para las puntuaciones de Hofstede. Lo mismo se puede decir para prácticas jerárquicas.

Tabla 2. Correlación entre la asociación de atributos del Bienestar y las medias nacionales de los valores de Schwartz y las dimensiones culturales de Hofstede

	<i>Dimensiones Culturales Hofstede</i>			<i>Dimensiones Culturales Globe Project (prácticas)</i>			
	<i>n</i>	<i>Individualismo</i>	<i>Distancia al Poder</i>	<i>n</i>	<i>Colectivismo Intragrupal</i>	<i>Manejo de la Incertidumbre</i>	<i>Distancia al Poder</i>
<i>Correlaciones de atributos del bienestar</i>							
Satisfacción con la vida y Sentimiento de Felicidad	73	.495***	-.402***	46	-.537***	.363**	-.11
Satisfacción con la vida y Percepción de Control	72	.255*	-.172†	45	-.307*	.267*	-.09
Satisfacción con la Vida y Satisfacción con las Finanzas	72	-.045	.066	45	.028	.124	-.14
Sentimiento de Felicidad y Percepción de Control	72	.406***	-.256*	45	-.435**	.324*	.16
Sentimiento de Felicidad y Satisfacción con las Finanzas	72	.204*	-.056	45	-.138	.217†	.15
Bienestar y Percepción de Control	72	.300**	-.177†	45	-.315*	.257*	.066
Bienestar y Satisfacción con las Finanzas	72	-.002	.107	45	.041	.119	.052

† p < .10; * p < .05; ** p < .01; *** p < .001

Efecto de Congruencia en la Cultura

A fin de poder pesquisar el efecto de congruencia de las relaciones entre los atributos del bienestar de acuerdo al contexto, se dividieron las 99 naciones en base a su puntuación en la dimensión de Individualismo de Hofstede. Esta dimensión se encuentra en dos puntos polares de un mismo continuo, donde el polo del Individualismo se refiere a las sociedades en las que los lazos entre los individuos son poco estrechos: las personas esperan cuidar de sí mismo y de su familia inmediata. El colectivismo como su polo opuesto hace referencia a sociedades en las que las personas desde el nacimiento se integran al grupo de forma fuerte y cohesionada, en el que durante toda su vida el grupo de pertenencia continúa protegiéndolos a cambio lealtad

incondicional (Hofstede et al., 2010). Los grupos de países ya presentados en los participantes, son:

Colectivistas (Bajo individualismo: con un puntaje de 25 o menos en el índice de Individualismo): por ejemplo, Ecuador, Colombia, Venezuela, Chile, Perú, Guatemala.

Mixtos (Medio Individualismo: con un puntaje de 26 a 46 en el índice): por ejemplo, México, Argentina, Brasil, Uruguay, República Dominicana, Rumanía, Japón.

Individualistas (Alto Individualismo: con un puntaje de 47 o más en el índice): Canadá, Estados Unidos, Australia, Israel, España, Alemania, Gran Bretaña, India.

La hipótesis de congruencia presupone que en las culturas colectivistas la relación entre Conservación y bienestar sería positiva o al menos no tan negativa, mientras que la relación entre Apertura y bienestar sería más alto en contextos individualistas. La hipótesis alternativa afirma que hay valores que son adaptativos *per se* al margen del contexto – como la Trascendencia y Apertura.

Tabla 3. Correlaciones medias de países entre componentes del Bienestar y Valores Culturales por tipo de contexto. Corregido Sesgo de Aquiescencia

		<i>n</i>	<i>Poder</i>	<i>Logro</i>	<i>Apertura al Cambio</i>	<i>Conservación</i>	<i>Trascendencia</i>
<i>Satisfacción con la Vida</i>	<i>Colectivistas</i>	37240	-.096***	.002	.064***	-.038***	.052***
	<i>Mixtos</i>	41104	-.126***	.017***	.056***	-.020***	.070***
	<i>Individualistas</i>	34357	-.088***	-.036***	.063***	-.050***	.073***
<i>Sentimiento de Felicidad</i>	<i>Colectivistas</i>	37240	-.014**	-.009*	.067***	-.063***	.021***
	<i>Mixtos</i>	41104	-.063***	.015**	.058***	-.036***	.034***
	<i>Individualistas</i>	34357	-.090***	-.042***	.056***	-.040***	.077***
<i>Indicador Compuesto de Bienestar</i>	<i>Colectivistas</i>	37240	-.063***	-.005	.077***	-.060***	.042***
	<i>Mixtos</i>	41104	-.110***	.019***	.066***	-.033***	.061***
	<i>Individualistas</i>	34357	-.101***	-.044***	.068***	-.051***	.085***

† p < .10; * p < .05; ** p < .01; *** p < .001

Es necesario destacar que todas las asociaciones son de baja intensidad para las relaciones entre Bienestar y Valores. Teniendo en cuenta lo anterior, los resultados de la

tabla 3 muestran que el valor de poder se relaciona de forma negativa y con intensidades relativamente similares tanto en contextos colectivistas como individualistas, aunque más fuertemente en contextos individualistas.

Respecto de la asociación de los valores de Conservación con Satisfacción con la Vida y Felicidad, se relaciona de forma positiva tanto para Satisfacción con la Vida como para Sentimiento de Felicidad, pero con un peso de la r media extremadamente bajo para ambos casos (r media = .001). En cuanto al indicador compuesto de Bienestar, éste se relaciona de forma negativa con los valores de Conservación.

En relación a la hipótesis alternativa, los valores de Trascendencia y de Apertura al Cambio se asociaron con el Sentimiento de Felicidad, la Satisfacción con la vida y con el indicador compuesto de Bienestar de forma positiva sin importar el contexto, lo que confirmaría el carácter adaptativo de estas relaciones.

Los valores de Apertura al Cambio, se asociaron positivamente con la Satisfacción con la Vida, el Sentimiento de Felicidad y el Indicador Compuesto de Bienestar, y de forma más intensa inclusive en los países Colectivistas. En cambio, los valores de Trascendencia se asociaban más fuertemente en países individualistas.

Resultados y discusión

Una de las limitaciones de los estudios previos revisados es que éstos se basaban en muestras de conveniencia, principalmente de estudiantes; para soslayar este inconveniente, este trabajo se basó en muestras representativas de los distintos países. También se ha criticado que los datos de Hofstede son muy antiguos y están desfasados. La validez congruente de las puntuaciones de Individualismo-Colectivismo (IDV-COL), Distancia Jerárquica (PDI) y Evitación Incertidumbre (UAI) de Hofstede se contrasta en relación a prácticas societales evaluadas por GLOBE de favoritismo endogrupal,

prácticas jerárquicas, estructuradas y colectivismo institucional y a valores evaluados en la *World Value Survey* con 10 ítems de Schwartz. Los resultados sugieren una validez parcial y la necesidad de examinar con datos más actuales las relaciones encontradas previamente.

Los análisis de las puntuaciones de Hofstede con datos más actuales del WVS y GLOBE confirman que en los países donde predominan valores culturales colectivistas y jerárquicos presentan prácticas culturales de mayor colectivismo o favoritismo endogrupal y menos estructuradas. Las naciones que valoran mucho la UAI muestran menores prácticas estructuradas. Los resultados muestran una relación entre Distancia al Poder con una baja Apertura al Cambio y una alta Conservación – usando puntuaciones corregidas por la media. Si el PDI se asocia a valores Conservacionistas y de baja Trascendencia del yo no ocurre lo mismo con IDV.

Los países de bajo PDI, bajo favoritismo endogrupal, bajas prácticas estructuradas, de altos valores de Apertura y Trascendencia, de bajos valores de Poder y en menor medida Conservación, muestran menor bienestar. Se confirma la relación negativa entre PDI y bienestar, aunque no entre bienestar e IDV.

En cambio, las prácticas de jerárquicas de GLOBE no se asocian al bienestar, aunque si lo hacen negativamente las prácticas de favoritismo endogrupal. Las prácticas de colectivismo institucional no tienen relación. Las prácticas estructuradas tienen una relación positiva.

Podemos concluir que culturas jerárquicas según Hofstede, con prácticas de favoritismo endogrupal y con poca estructuración según *Globe*, serían las que presentan menor bienestar.

Con respecto a la relación entre valores y bienestar, primero, se confirma efecto directo a nivel individual y colectivo (media nacional) de los valores de Schwartz y

ambos aspectos del Bienestar, tanto el componente Cognitivo (Satisfacción con la Vida) como con el componente Afectivo (Sentimiento de Felicidad). La Apertura al cambio y la Trascendencia se asociaban al bienestar a nivel colectivo con r 's de .44 y .41 y a nivel individual de $r=.09$ y $.06$ – muy similares a los efectos medios encontrados en meta-análisis previos es decir, confirmamos con indicadores de valores que valores individualistas e igualitarios se asocian al bienestar.

Segundo, se confirmó que la relación entre los componentes afectivo y cognitivo del bienestar es menor en países colectivistas; confirmando la mayor importancia de la emocionalidad positiva en contextos individualistas. Los resultados confirman que la relación entre felicidad y Satisfacción con la Vida es mayor en países individualistas, debido a que éstas culturas, además de tener un nivel de desarrollo social mayor y una estabilidad financiera más alta, comparten valores más fuertes de estimulación y placer, lo cual nos señala el énfasis en la satisfacción de necesidades hedónicas. Esto explicaría en parte la mayor asociación de Satisfacción y Felicidad en contextos individualistas.

Tercero, la relación de felicidad, satisfacción con la vida y bienestar global con el control también es menor en contextos colectivistas. Se confirma la mayor asociación entre la percepción de control y la Satisfacción con la Vida en contextos individualistas, ya que la valoración de la autonomía es mayor en este tipo de países. Esto es congruente con lo que plantea Hofstede et al. (2010) donde la autonomía es un ideal en las sociedades individualistas.

Con indicadores más recientes de prácticas culturales percibidas (GLOBE Project), se replica la asociación más fuerte entre la afectividad y la satisfacción con la vida en las culturas individualistas, probablemente por la mayor valoración de lo interno, la importancia del hedonismo y de la realización expresiva personal. También se replica la relación más fuerte en culturas individualistas, entre control del medio y

bienestar, tanto afectivo como juicio cognitivo de satisfacción con la vida, probablemente por la mayor valoración de la autonomía y del control personal del medio en este tipo de culturas.

Sin embargo los datos nos señalan que en los países individualistas el estar satisfecho con las finanzas aumenta la sensación de bienestar, pero no influye en la evaluación global de la vida. Lo anterior es contrario a lo que se esperaba, ya que en países colectivistas la satisfacción con las finanzas debiese tener una importancia mayor, tanto en el componente afectivo y cognitivo del bienestar, por la posibilidad de satisfacer y asegurar las necesidades básicas.

Con respecto a la relación entre valores y bienestar y su efecto diferencial según el contexto cultural, para Apertura al cambio se encuentra una asociación igual en todos los contextos culturales e inclusive más fuerte entre estos valores y el bienestar en países colectivistas, apoyando una hipótesis de efecto principal adaptativo de estos valores. Algo similar pero con una asociación negativa con el Bienestar se encuentra para los valores Conservacionistas. Para Trascendencia del yo, si bien la asociación es positiva en general, es más fuerte en países individualistas, apoyando la hipótesis de congruencia entre contexto y efecto de los valores. En el contexto individualista, que suelen ser menos jerárquicos como hemos visto, la asociación entre valores que enfatizan la relación con otros y el bienestar general con el bienestar es mayor.

Capítulo 3. Desigualdad Económica y Bienestar: relaciones entre los índices de Gini, Palma, los niveles del bienestar medio de las naciones y los factores explicativos de la relación entre desigualdad y felicidad

Este capítulo fue aprobado para su publicación como:
Martínez-Zelaya, G., Martner, G., Páez, D. y Bilbao, M. (2016)
Desigualdad económica y bienestar: relaciones entre los índices de Gini, Palma,
los niveles del bienestar medio de las naciones y los factores explicativos
de la relación entre desigualdad y felicidad. En A. Mendiburo, JC. Oyanedel.
y D. Páez. *La felicidad de los chilenos: Estudios sobre el bienestar.*
Volumen 2. Santiago de Chile: Ril Editores

Introducción

La relación entre desigualdad y bienestar es un tema de debate clásico. Este tema se ha puesto más de actualidad porque en las tres últimas décadas el crecimiento económico ha conllevado una disminución de las diferencias de ingresos entre naciones, aunque en general un incremento de la desigualdad dentro de las naciones. Este progreso económico ha incrementado la riqueza de las clases altas, y ha sido negativa para el bienestar colectivo, justicia social y protección ambiental. Economistas como Piketty o epidemiólogos como Wilkinson y Pickett han puesto el dedo en la llaga: la desigualdad se ha incrementado y daña a la salud y bienestar (Therborn, 2015). En este texto examinaremos como se evalúa la desigualdad económica, luego la relación entre ésta y el bienestar, revisando la postura y estudios que muestran que la desigualdad afecta

negativamente al bienestar, así como la que plantea que la desigualdad no tiene efectos negativos – una vez que se controla el desarrollo económico. Finalmente, en base a los datos del WVS (2015) sobre bienestar y factores psicosociales de este, los indicadores culturales de Hofstede et al. (2010) y GLOBE (House et al., 2004), así como datos de GNI e índices de Gini (World Bank, 2013), del índice de Palma (comunicación personal con el autor) y el Índice de Desarrollo Humano (Malik, 2013), se examinará la relación entre desigualdad y felicidad.

Evaluación de la desigualdad: GINI y Palma

A inicios del siglo XX los estudios de Corrado Gini (creador del popular coeficiente para medir la desigualdad que lleva su nombre) evidenciaron que al proceso de acumulación capitalista se aparejaba en varios contextos europeos la intensificación de la brecha entre ricos y pobres, esto es, un incremento de las desigualdades. En otras palabras, el desarrollo capitalista aumentaba la riqueza media de los países pero también la brecha social y por lo tanto la exclusión e insatisfacción entre la pobreza de muchos y la riqueza de pocos. El coeficiente de Gini refleja la diferencia entre la distribución acumulativa real del ingreso y una igualdad perfecta. Un valor de cero en el Coeficiente de Gini significa que la distribución es completamente equitativa mientras que un Coeficiente de Gini de uno significa que una persona concentra todo el ingreso. Puede decirse que el país B (0.45) es un poco menos igual que el país A (0.4). Lo que no podemos saber es dónde se da esa desigualdad. ¿Estará en el medio? ¿Se ubicará en el extremo “pobre” de la distribución? El Coeficiente de Gini es sumamente sensible a los cambios en el medio de la distribución pero insensible a los cambios de los extremos. Palma descubrió que las “clases medias” -más exactamente, los grupos de ingreso medio ubicados entre los “ricos” y los “pobres” (definidos como los cinco deciles intermedios,

5 a 9)- tienden a concentrar cerca de la mitad del GNI –Producto Nacional Bruto por sus siglas en inglés– dónde y cuándo sea que se mire. La otra mitad del producto nacional está repartida entre el 10% más rico y el 40% más pobre, aunque la manera cómo se reparte entre estos dos grupos varía considerablemente entre países (Cobham y Sumner, 2013a, 2013b; Palma, 2006, 2011). La Proporción Palma se define como la proporción entre la participación del 10% más rico en el GNI y la participación del 40% más pobre (Cobham y Sumner, 2013a, 2013b). El coeficiente Palma puede ser una mejor medición para los tomadores de decisiones y los ciudadanos en tanto es intuitivamente más fácil de asimilar que el coeficiente Gini y es una medida de la desigualdad que puede orientar las políticas de disminución de las brechas sociales aumentando los ingresos del 40% más pobre o redistribuyendo los del 10% más rico. Creemos que este indicador puede ser más relevante para examinar la relación entre desigualdad y bienestar. Obviamente esto debe ser contrastado empíricamente y es lo que haremos en este capítulo.

La desigualdad como factor de menor bienestar o felicidad

Una primera posición afirma que la desigualdad socava el bienestar. Hay una larga tradición de estudios que muestran que mientras mayor es la desigualdad se presentan más problemas de salud física, de salud mental y violencia social. Una revisión reciente de los estudios muestra que la mayor desigualdad se asocia a índices mayores de enfermedad mental, violencia, encarcelamiento, falta de confianza, embarazo juvenil, obesidad, abuso de drogas y un detrimento en el rendimiento escolar. Las sociedades con una alta desigualdad presentan mayores prevalencias de enfermedad y problemas sociales que las de baja desigualdad, afectando a una gran proporción de población, y no solo a los sectores más pobres de la sociedad (Wilkinson y Pickett, 2009b).

Como se señaló anteriormente, varios autores como Gini y Bentham plantearon que el desarrollo capitalista aumentaba la riqueza media de los países pero también la brecha social y por lo tanto la exclusión e insatisfacción entre la pobreza de muchos y la riqueza de pocos (Berg y Veenhoven, 2010). Algunos estudios han encontrado que la felicidad y la satisfacción con la vida eran menores en algunas naciones y estados de Estados Unidos con mayor desigualdad (Oishi, Schimmack, y Diener, 2012; Oishi, 2012). Un estudio basado en medidas repetidas encontró que el bienestar medio en EEUU era mayor en los años de menor desigualdad que en los de mayor desigualdad (Oishi et al., 2011). Sin embargo, otros no encontraron o encontraron una asociación positiva entre desigualdad y bienestar – controlando el GNI (Berg y Veenhoven, 2010).

Explicaciones del efecto negativo de la desigualdad

A continuación, examinamos las explicaciones que dan cuenta del efecto negativo de la desigualdad en el bienestar.

Desigualdad, pobreza significativa y menor bienestar. Una primera explicación del impacto negativo en el bienestar y salud es el efecto directo de la pertenencia a clases sociales bajas. En estudios del efecto psicológico del bajo estatus social en primates no humanos (Sapolsky, 2005) y en humanos (Ng y Diener, 2014), se ha encontrado un efecto negativo en la salud y el bienestar. Las clases bajas tienen peor salud física, mental, menor balanza afectiva y bienestar eudaimónico (Cooper, McCausland, y Theodossiou, 2013; Myers y Diener, 1995).

El pertenecer a una clase social baja se asocia con una peor salud y una alta mortalidad (Muntaner et al., 2004). La clase social también está asociada a la salud mental. Un meta-análisis (Lorant et al., 2003) y una revisión de investigaciones

(Muntaner et al., 2004) concluyeron que las personas de bajo nivel educativo y un bajo nivel de ingresos tienen un elevado riesgo de sufrir depresión.

Basados en información limitada, se han encontrado resultados que indican que los grupos socioeconómicos bajos tienen una mayor prevalencia de ataques de pánico, fobias y trastorno de ansiedad generalizada (Muntaner et al., 2004). Una revisión de la población europea a través de encuestas, encontró que una alta frecuencia de depresión y ansiedad está asociada con un bajo éxito educativo, una desventaja material y desempleo, y para las personas mayores se asocia también a un alto aislamiento (World Health Organization, 2014).

El desempleo también se asocia con los problemas de salud mental, con una correlación de $r = .26$ (Paul y Moser, 2009). Estudios longitudinales apoyan la idea de causalidad social o la hipótesis que sugiere que el estrés que se asocia a una baja posición social, como a la exposición a adversidades sociales. La falta de recursos para enfrentar las dificultades puede contribuir a la aparición de problemas mentales. Estas investigaciones no apoyan la hipótesis de la selección social que sostiene que existen individuos genéticamente predispuestos para desarrollar una movilidad social descendente (World Health Organization, 2014).

La clase social también correlaciona con el bienestar (Pinquart y Sörensen, 2000). Estudios epidemiológicos acerca de la distribución de la salud mental positiva en Europa han mostrado la asociación entre clase social baja y menor bienestar (World Health Organization, 2014). Los resultados de la encuesta del Eurobarómetro del año 2002 muestran una diferencia significativa en la población entre países en la salud mental positiva. Una pobre salud mental positiva fue encontrada en mujeres, grupos empobrecidos y aquellos que reportaban un débil soporte social (World Health Organization, 2014).

El desempleo también tiene una asociación negativa con el bienestar de $r = -.24$ (Paul y Moser, 2009). Docenas de estudios y meta-análisis en diferentes naciones han revelado que el estatus socioeconómico correlaciona con el bienestar subjetivo, usualmente evaluado como la satisfacción con la vida con r 's que rodean el .17 en muestras adultas (Diener, Suh, Lucas, y Smith, 1999; Haring, Okun, y Stock, 1984), y una asociación de $r = .14$ en una meta-análisis con muestras de personas mayores de 70 años (Pinquart y Sörensen, 2000). Los ingresos, una faceta del estatus socio-económico, están relacionados con el bienestar subjetivo con correlaciones alrededor de $r = .20$ (Diener, Lucas, Schimmack, y Helliwell, 2009; Diener et al., 1999). Un meta-análisis realizado por Howell y Howell (2008) concluyó que el tamaño del efecto entre el estatus económico y el bienestar subjetivo fue más alto entre los países en desarrollo de bajos ingresos y con muestras menos educadas, que en países más desarrollados y con ingresos más altos. Es decir, que en las clases pobres el bajo status socava más fuertemente el bienestar.

Además, la clase social correlaciona con las facetas del bienestar psicológico como lo son una baja autoestima o percepción de control. Estudios muestran que el estatus socioeconómico está relacionado con el locus de control interno (Mirowsky, Ross, y Van Willigen, 1996), faceta similar al control. El estatus socioeconómico está relacionado también con la autoestima con una correlación de $r = .08$ en un meta-análisis con población general (Twenge y Campbell, 2001) y de una $r = .17$ en un meta-análisis con personas mayores de 70 años (Pinquart y Sörensen, 2000). El desempleo también se asocia a la autoestima con una correlación de $r = -.22$ (Paul y Moser, 2009). En una muestra portuguesa de 783 sujetos, el nivel socioeconómico correlacionó $r = .30$ con el bienestar psicológico (Fernandes, Vasconcelos-Raposo, y Brustad, 2012) y de $r = .30$ en una muestra chilena ($n = 602$) (Celis-Atenas et al., 2015).

Podemos concluir que los resultados confirman una asociación positiva entre el bienestar y el nivel socioeconómico y, dado que en situaciones de fuerte desigualdad altas proporciones de la población viven en los estratos menos aventajados de la sociedad, esto provocaría un bajo bienestar. De hecho, la correlación entre el ingreso nacional y el bienestar apoya esta asociación – dado que además hay una asociación entre desigualdad y menor desarrollo económico.

Desigualdad, comparación social, ansiedad de estatus, privación relativa y menor bienestar. Sin embargo, la explicación anterior es insuficiente, ya que en los países de mayor desigualdad, todos los grupos muestran mayores problemas de salud y sociales, que grupos equivalentes de naciones más igualitarias, y no solo las clases populares (Wilkinson y Pickett, 2009b). Una segunda explicación, que sirve para entender porque todos los grupos se ven negativamente afectados por la desigualdad, hace referencia a la comparación negativa (o agravio) entre las pocas personas con alto estatus y las muchas personas con bajo estatus. Hay evidencia que la desigualdad aumenta el impacto de los problemas sociales y de salud –la cual es afectada por el estatus social, como ya fue señalado anteriormente– ya que la desigualdad aumenta esta diferenciación social. Esta también conduce a una baja expectativa de vida, un incremento en los embarazos adolescentes y otros problemas. De hecho, como veremos, la relación entre indicadores de desigualdad con un indicador de calidad de vida, como el IDH, que incluye la expectativa de vida, es negativa. Este punto de vista también concuerda con la evidencia que muestra que las variables de control que mayormente atenúan las relaciones con la desigualdad son aquellas que se encuentran relacionados con el estatus social (Rowlingson, 2011; Wilkinson y Pickett, 2009a, 2009b).

También se supone que la gente se compara a sí misma con otros en la sociedad de manera muy amplia, por lo que se generan sentimientos de ansiedad debido a posición social. La desigualdad de ingresos conduce a una baja autoestima, estrés crónico y depresión debido al estado ansioso que esto produce (Rowlingson, 2011; Wilkinson y Pickett, 2009a, 2009b).

Una evaluación directa de estos procesos existe, pero de forma limitada. Se argumenta que la gente se compara a otras personas similares, y en algunas culturas se valora y legitima la diferenciación social por la desigualdad económica, a la vez que se sugiere que esto no siempre conlleva carencias. De acuerdo a encuestas de opinión, una gran cantidad de personas –entre dos tercios y el 90% de acuerdo a la encuesta del Programa Internacional en Ciencias Sociales (ISSP por sus siglas en inglés) – perciben las diferencias en los ingresos como “muy grandes” en el país donde ellos viven. Sin embargo, existe una considerable variación entre los países. Más del 85% de los ciudadanos de las antiguas economías de planificación centralizada de Europa Central y Europa del Este, así como del sur de Europa, perciben la desigualdad en los ingresos como “demasiado alta”, mientras que “sólo” el 65% de los ciudadanos de Estados Unidos comparten esta visión. Además, en varios países la percepción de las personas acerca de la desigualdad no concuerda con las actuales medidas de desigualdad en los ingresos. Cuatro grupos de países pueden ser identificados de acuerdo a las diferencias entre la desigualdad objetiva y la percibida.

Un primer grupo refiere a países con una alta desigualdad real y una baja desigualdad percibida, grupo en el que se incluye a los países de habla inglesa y Japón. Un segundo grupo reúne a países con alta desigualdad objetiva y una alta percepción de desigualdad, que incluye a los países del sur de Europa y Polonia. Un tercer grupo, a países con una baja desigualdad objetiva y una alta desigualdad percibida, donde se

encuentran los países de Europa Central, junto a Francia y Austria. Y el cuarto grupo de países, con una baja desigualdad objetiva y percibida, incluye a los países nórdicos y Alemania. Una débil asociación entre la desigualdad objetiva y percibida también se mantiene utilizando otros indicadores de desigualdad comúnmente utilizados (Chapple, Forster, y Martin, 2009). Como se puede constatar, en países individualistas masculinos o competitivos como los anglosajones, la desigualdad es minimizada y esto puede atenuar su efecto en el bienestar.

También cabe señalar que la desigualdad es perjudicial porque sitúa a las personas en una jerarquía social que incrementa la competencia y provoca una relativa privación debido a la comparación social negativa relativa al estatus social. La injusticia de la desigual distribución de recursos en la sociedad puede elevar los sentimientos de ira y frustración (Mirowsky et al., 1996). La carencia relativa de recursos es un catalizador de emociones negativas y respuestas cognitivas a la desigualdad. Esto es, determinados niveles de desigualdad tienen un fuerte impacto en aquello que las personas sienten, y lo que las personas sienten (bienestar emocional) es un indicador de salud mental. En relación a este argumento, Smith, Parrott, Ozer y Moniz (1994) demostraron que tanto la injusticia percibida como la objetiva son predictores de hostilidad, y que la injusticia percibida también es predictora de altos niveles de síntomas de depresión.

Desigualdad, menor cohesión social y menor bienestar. Finalmente, la asociación entre desigualdad, alta violencia, baja confianza generalizada y una débil vida comunitaria sugieren que una amplia diferencia en el ingreso daña la calidad de las relaciones sociales así como las estrategias afiliativas (Wilkinson y Pickett, 2009a,

2009b). Esta argumentación neo-durkheimiana postula que la desigualdad provoca resultados negativos porque decrece la cohesión social (Ross y Mirowsky, 2006).

La desconfianza es elevada en ambientes sociales que se perciben como amenazantes. Condiciones de alta desigualdad implican escasos recursos para la mayoría. Los autores argumentan que cuando la escasez es la norma, la competencia se incrementa y los sujetos compartirán más la visión según la cual cuando una persona gana, otra persona pierde (Ross y Mirowsky, 2006). Además, la presencia de aquellos con posiciones privilegiadas puede aparecer amenazando a las personas desfavorecidas, ya que, al competir por los escasos recursos, estarían en desventaja. Así, ambientes con altos niveles de desigualdad pueden ser percibidos como amenazantes, ya que podrían amplificar la desconfianza y subsecuentemente podrían disminuir los índices de salud mental. Los efectos de la desigualdad en los ingresos también repercuten en la sociedad, causando estrés, frustración y descomposición de la familia, bajo capital social, bajo soporte social y confianza, que luego aumentan los índices de criminalidad, homicidios y violencia. La violencia en la sociedad es comúnmente provocada por la falta de respeto y la humillación, las cuales son más prevalentes en sociedades altamente desiguales.

El estudio de Wilkinson y Pickett (2009a) mostró las asociaciones de la desigualdad y la baja confianza social, una alta tasa de homicidios y de encarcelamientos, aunque señalemos que estos autores extrajeron sus datos de una cantidad limitada de países desarrollados.

Confirmando esta explicación, estudios transversales con mayor cantidad de países muestran que el índice de Gini se asocia negativamente a la confianza generalizada, $r_{(44)} = -.45$ (Sachs, 2015). La confianza social generalizada se asocia fuertemente con la desigualdad en el ingreso, los países que muestran más confianza

son, a la vez, más iguales. El GNI y la confianza social pública generalizada (nivel país) también correlaciona fuertemente con la confianza social generalizada (nivel individual), involucramiento con la comunidad y confianza en las instituciones (Rözer, 2011), por lo que es lógico concluir que la inequidad erosiona la cohesión social.

Tabla 1. Salud y Problemas Sociales en relación con la desigualdad y el promedio de ingresos

	Países Ricos				50 estados de EE.UU.			
	Inequidad		Promedio de Ingresos		Inequidad		Promedio de Ingresos	
	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
Confianza	-.66	< .001	.49	.02	-.70	< .001	.25	.11
Enfermedad mental	.59	.04	.38	.20	.18	.20	-.03	.84
Expectativa de vida	-.44	.04	.01	.95	-.45	< .001	.43	.002
Mortalidad infantil	.42	.04	.02	.92	.43	.002	-.40	.004
Obesidad	.57	.007	-.08	.74	.47	< .001	-.33	.02
Rendimiento Escolar	-.45	.04	.43	.05	-.47	< .001	.35	.01
Embarazo adolescente	.73	< .001	.18	.43	.46	< .001	-.44	.001
Homicidios	.47	.02	.13	.56	.42	.003	-.14	.35
Encarcelamientos	.67	< .001	.21	.34	.48	< .001	-.12	.39
Movilidad Social	.93	< .001	.26	.53	---	---	---	---
Índice de salud y problemas sociales	.87	< .001	-.05	.82	.59	< .001	-.36	.01

Nota. Obtenido de Income Inequality and Social Dysfunction, Wilkinson y Pickett, 2009a.

En el estudio de medidas repetidas en diferentes años en Estados Unidos de Oishi et al. (2011) se encontró una relación entre mayor desigualdad en los ingresos y menor bienestar. Esta relación fue explicada por la percepción de justicia y confianza generalizada. Los encuestados manifestaban que confiaban menos en otras personas y percibían a los otros como menos justos en los años de mayor desigualdad de Estados Unidos, que en los años de menor desigualdad económica. La asociación negativa entre desigualdad económica y felicidad mostró en los participantes con ingresos bajos, pero no para los participantes de mayores ingresos, sugiriendo que el efecto negativo se da en las franjas menos favorecidas de la población.

Asociación entre bienestar y desigualdad

Como hemos mencionado previamente, algunos estudios trans-nacionales no encuentran asociación o encuentran una relación inversa entre el Índice de Gini y el bienestar subjetivo (Diener et al., 1995, 2012; Oishi, 2012) encontrando que la desigualdad en los ingresos reduce el bienestar. Por otro lado, hay estudios que sugieren que la desigualdad tiene efectos positivos (Berg y Veenhoven, 2010; Haller y Hadler, 2006). Sin embargo, las naciones con una alta desigualdad tienden a ser naciones con bajo GNI per cápita. Por consiguiente, es importante el controlar estadísticamente para visualizar los índices de salud de las naciones. De hecho, una vez que el GNI es controlado estadísticamente, la correlación entre la desigualdad en los ingresos y el bienestar subjetivo tiende a cero (Diener et al., 1995; Oishi, 2012). Ahora bien, contrariamente a lo anterior, en otro estudio con 119 naciones se observó una correlación débil y negativa de $r = -.08$ entre la desigualdad en los ingresos y el bienestar, mientras controlando el ingreso medio la correlación parcial fue positiva de $r=.28$ (Berg y Veenhoven, 2010).

Cultura individualista competitiva, horizontal o igualitaria cooperativa, desigualdad y bienestar

Además, algunas naciones pueden ser más tolerantes con la existencia de desigualdad que otras naciones por la cultura subjetiva individualista competitiva que las caracteriza. El individualismo cultural puede ser más vertical, de estilo anglosajón, u horizontal, como en Europa del Norte (Hofstede, 2001). Además, la competitividad y el énfasis en el trabajo duro en la actualidad caracterizan a los países colectivistas en vías de modernización, no a las culturas post-materialistas (Inglehart et al., 2008). Un estudio acerca del efecto del nivel desigualdad en la sociedad sobre el bienestar individual,

encontró que a mayor desigualdad, menor bienestar en 12 países europeos tomando como base las mediciones realizadas en el periodo 1975-1992. Este efecto de la desigualdad se encontró en menor medida en las mediciones realizadas en los Estados Unidos (Alesina et al., 2004). A nivel de naciones, la desigualdad en los ingresos parece aumentar la felicidad en países anglosajones como Estados Unidos y Gran Bretaña – países que minimizan la desigualdad o que tienen desigualdad relativamente alta y percepción baja de ella. Una posible explicación es que los europeos son más contrarios a la desigualdad que los estadounidenses – lo que confirman las encuestas. Otros estudios confirman que la desigualdad reduce la felicidad en países de Europa continental como Alemania y Francia, y en los países latinoamericanos como Brasil y Perú, mientras que países europeos muestran una fuerte relación negativa ($r = -.35$) para las relaciones entre bienestar y desigualdad (Rözer, 2011). Los resultados encontrados por Rözer (2011) sugieren que las personas que tienen más confianza en los otros, las personas que perciben la pobreza en gran medida como el resultado de la mala suerte, las personas que viven en países donde sus ciudadanos muestran una alta confianza general en los otros y en las instituciones son afectados, respecto del bienestar subjetivo, de forma más negativa por la desigualdad de los ingresos. Estas personas a menudo tienen altos niveles de confianza en los otros y gustan más de vivir en sociedades mejor organizadas, en las cuales las personas están más conectadas con las otras y están más involucradas con todos. Estos resultados sugieren que una relación negativa de la desigualdad con el bienestar se encuentra para personas y países que tienen en común una cultura relativamente individualista de tipo horizontal o igualitaria cooperativa.

Crecimiento económico, desigualdad y bienestar

Se ha argumentado razonablemente que las diferencias fuertes de ingreso hacen que el crecimiento económico se distribuya desigualmente, dificultando la mejora de los niveles de vida de los sectores más pobres. El incremento de la desigualdad es una de las explicaciones que se han dado al fenómeno de la paradoja del crecimiento de Easterlin. Esta consiste en que pese al aumento del GNI, los niveles de bienestar permanecen estables en Estados Unidos – el aumento de la desigualdad en este país habría impedido mejorar el bienestar (Lora y Chaparro, 2008). Señalemos que estudios realizados analizando datos europeos o reanalizando datos de Japón, han cuestionado la generalidad de la paradoja. En un estudio utilizando con datos repetidos del WVS, el crecimiento se asocia al incremento del bienestar. De esta forma el cambio en el bienestar subjetivo promedio por país fue predicho por el crecimiento del producto entre 2001 y 2006, junto con los niveles de bienestar y el producto per cápita.

Globalmente, los estudios disponibles muestran que el efecto del crecimiento es positivo y significativo. El rol negativo de la desigualdad se daría porque si el crecimiento del ingreso beneficia solamente a un grupo de individuos, el mayor ingreso no necesariamente incrementará el bienestar promedio de todos. Regresiones prediciendo el bienestar a partir del GNI, el crecimiento y el índice de Gini del ingreso per cápita familiar de cada país, mostraron que el nivel de desigualdad de ingresos no parece incidir –una vez que controlamos por producto y crecimiento– en el nivel de bienestar medio (Gluzmann, 2013). Podemos concluir que el potencial incremento en la desigualdad provocado por el crecimiento económico no permite explicar la paradoja, y se obtiene que la paradoja desaparece al utilizar como variable dependiente el cambio en el nivel de bienestar en lugar del nivel. Es decir, la desigualdad no jugaría un papel relevante y lo central sería el crecimiento económico.

La desigualdad como fuente de bienestar.

Otra posición es que la desigualdad no se asocia negativamente al bienestar – al menos no en general. Veenhoven realizó un estudio donde comparó 41 naciones entre 1980 y 1990 (Veenhoven, 2000), y en un estudio posterior (Berg y Veenhoven, 2010) lo hizo con 119 naciones. En esta amplia muestra de naciones no se encontró relación entre la desigualdad en los ingresos y el promedio de felicidad de las naciones. Análisis de correlación mostraron que esa desigualdad va acompañada con una ligeramente baja felicidad, pero con mejor estado de ánimo, y estos efectos opuestos dando lugar a una no-relación con la felicidad general (Berg y Veenhoven, 2010). Esto suele significar que el efecto positivo y negativo de la desigualdad económica tiende a equilibrarse, y entonces este acercamiento no permite contestar la pregunta acerca de cuál es el grado de desigualdad aceptable. Esta conclusión puede ser criticada, sin embargo controlando la riqueza de la nación se encontró una relación positiva existente con las tres variantes de la felicidad.

Estos autores argumentan que la relación negativa entre la desigualdad en los ingresos y la felicidad se da dentro de una región y no es lo mismo que la desigualdad entre países. Posiblemente, los efectos negativos de la desigualdad de ingresos sean mayores en las regiones o en las ciudades debido a una mayor visibilidad de la comparación social.

Desigualdad y movilidad social

También argumentan que la desigualdad a nivel nacional se puede asociar a más competitividad y movilidad social: la desigualdad en los ingresos no solo es una fuente de frustración para las personas pobres, puede parecer también una promesa, como el

“sueño americano”. Una explicación del efecto positivo de la desigualdad puede ser que la movilidad social sea mayor en países como Estados Unidos, y que las diferencias por tanto son menos definitivas y menos amenazantes. Digamos que la asociación entre individualismo cultural y movilidad no se confirma y la movilidad social no es claramente más alta en EEUU que en países como Suecia, aunque si mayor que en Italia (Alesina et al., 2004).

Desigualdad, competitividad. Actividad y diversidad social.

Para Berg y Veenhoven (2010) también es posible que los beneficios potenciales de la desigualdad se manifiesten principalmente a nivel nacional, por ejemplo debido a una distribución del trabajo más óptima. Otro beneficio puede ser que la desigualdad de ingresos fomente el nivel de actividad de las personas, lo que posteriormente aumenta la felicidad. Esta explicación podría servir a la teoría entendiendo que la felicidad es un subproducto de ser "plenamente operativo". Otro efecto podría ser que la dispersión de los ingresos fomente la variación de estilos de vida y subculturas en la sociedad, lo que a su vez suma posibilidades para que las personas encuentren un nicho que se ajuste a sus preferencias. Esta explicación podría servir a la teoría ya que la felicidad dependería de la óptima distribución del tiempo y las actividades. Otra explicación posible es que para alcanzar la igualdad en los ingresos, el gobierno debe limitar la libertad de los individuos, lo que reduce la felicidad. Bajo esta visión, los medios anulan los beneficios del fin.

En el presente estudio examinaremos la veracidad de la idea que la desigualdad se asocia a una menor confianza en los otros y si se asocia al sueño americano, es decir una asociación positiva al individualismo, y negativa al colectivismo y a la percepción de libertad. Para lo anterior se testeará tres asociaciones posibles: primero la relación

entre el índice de Gini y el índice de Palma para visualizar el grado de coherencia de ambas medidas de desigualdad, y definir si el índice de Palma se asocia con más fuerza a las distintas medidas de bienestar. Segundo, se comprobará la relación entre desigualdad y desconfianza institucional, interpersonal y malestar positiva. Tercero, se examinará la relación entre desigualdad y desarrollo económico, confianza en otros, libertad percibida, valores culturales de individualismo y bienestar; y finalmente, se realizaran análisis multi-variados para examinar la influencia específica de las variables anteriores.

Método

Para el presente estudio se calcularon las medias nacionales para cada faceta del bienestar utilizadas en este estudio a partir de las seis encuestas de la Encuesta Mundial de Valores (WVS, 2015). Además, se obtuvieron distintas medidas globales por país a partir de otras fuentes internacionales (Banco Mundial, UNDP, Proyecto GLOBE).

El presente estudio tiene dos fases complementarias, una primera de carácter individual, en el cual se calcularon los puntajes individuales para los sujetos participantes de la totalidad de participantes de las seis encuestas de la Encuesta Mundial de Valores (World Values Survey). En una segunda fase, se calcularon las medias nacionales para cada una de las variables utilizadas en este estudio.

Participantes

La muestra utilizada proviene de la Encuesta Mundial de Valores (WVS, 2015). Se utilizó la totalidad de muestra en todas sus aplicaciones. La encuesta fue aplicada en 99 países y en 6 olas (1981-1984; 1990-1994; 1995-1998; 1999-2004; 2005-2009; 2010-2014). En la encuesta participaron 323.099 sujetos, de los cuales un 51,1% fueron mujeres y un 48% hombres, un 44,4% eran menores de 35 años, un 33,8% entre 35 y 54 años, y un 21,4% tenía 55 años o más.

Medidas e Instrumentos

Indicador de bienestar hedónico: componente cognitivo. La Satisfacción con la vida fue medida con un ítem único: “Considerando todas las cosas, ¿Cuán satisfecho está usted con su vida en este momento?”. Las posibilidades de respuesta iban de 1 (Completamente Insatisfecho), a 10 (Completamente Satisfecho) (WVS, 2015).

Indicador de bienestar hedónico: Componente afectivo. El sentimiento de felicidad fue medido con la pregunta “En general, usted diría que...”, donde las posibilidades de respuesta eran 1 (Muy Feliz), 2 (Bastante feliz), 3 (No muy feliz) y 4 (Nada Feliz). Esta pregunta fue re-codificada de forma que a mayor puntuación, mayor sentimiento de felicidad, 1 (Nada feliz), 2 (No muy feliz), 3 (Bastante feliz) y 4 (Muy Feliz) (WVS, 2015).

Indicador de satisfacción con las finanzas. La Satisfacción con las finanzas fue medida con la pregunta “¿Qué tan satisfecho o insatisfecho está usted con la situación económica en su hogar?”. Las posibilidades de respuesta iban de 1 (Completamente Insatisfecho), a 10 (Completamente Satisfecho) (WVS, 2015).

Indicador de percepción de libertad, control o dominio del medio. La percepción de control fue medido con la pregunta “cuánta libertad de elección y control piensa usted que tiene sobre la manera en que se desarrolla su vida.”. Las posibilidades de respuesta iban de 1 (ninguna elección) a 10 (mucha elección) (WVS, 2015).

Indicador de Confianza Interpersonal. El indicador de confianza interpersonal fue medido con la pregunta “Do you think most people would try to take advantage of you if they got a chance, or would they try to be fair?” (Cree que la mayor parte de las

personas intentan tomar ventaja de usted si tienen la oportunidad, o intentan ser justos?) Las posibilidades de respuesta van de 1 (Las personas intentan tomar ventaja de ti) a 10 (las personas intentan ser justos). (WVS, 2015)

Indicador de Confianza en las Instituciones. El indicador de confianza institucional fue medido con la media de las valoraciones hechas a ciertas instituciones con la pregunta “I am going to name a number of organizations. For each one, could you tell me how much confidence you have in them” (voy a nombrar un número de organizaciones. Para cada una ¿me puedes decir cuanta confianza tienes en ellas?). Las instituciones consideradas fueron la Iglesia, las fuerzas armadas, los sindicatos, la policía, el parlamento, el gobierno, los partidos políticos y los tribunales. Las posibilidades de respuesta van de 1 (mucho) a 4 (nada), las que fueron recodificadas en el continuo de 1 (nada) a 4 (mucho). (WVS, 2015)

Indicadores de desarrollo socioeconómico. Se obtuvo el valor nacional de los siguientes índices: GNI (World Bank, 2013), el Índice de Desarrollo Humano y el Índice de Desarrollo Humano corregido por Desigualdad (HDI e IHDI respectivamente, Malik, 2013).

Indicadores de desigualdad socioeconómica. Se obtuvo el valor nacional del Índice de Gini, además se calculó el Índice de Palma a partir de los datos obtenidos del Banco Mundial (World Bank, 2013).

Indicadores de prácticas culturales. dos de las 9 dimensiones Culturales del Proyecto GLOBE (House et al., 2004) para cada uno de los países: prácticas colectivistas de favoritismo endogrupal, que refleja la tendencia a ser leal y favorecer a los miembros de los grupos de pertenencia adscritos como la familia y a los grupos de

conocidos y Colectivismo Institucional, que reflejan la tendencia a favorecer el bien común por encima de los intereses individuales

Indicadores de IDV y PDI culturales: valores nacionales de 2 dimensiones de Hofstede (Hofstede et al., 2010). Los valores individualistas no se refieren al egoísmo competitivo, como se entiende en el sentido común, sino que la valoración de la autonomía individual y una sociabilidad basada en múltiples relaciones voluntarias. Su opuesto, los colectivistas, no se refieren a la cooperación y valoración de bienes colectivos, sino que a la valoración de la lealtad ante grupos adscritos, y se caracteriza por una sociabilidad basada en relaciones de deber ante unos pocos endogrupos. Hay colectivistas que son muy competitivos fuera del deber que sienten ante la familia extensa (p.e. Asia Confuciana) y los conocidos, e individualistas que son cooperativos y poco competitivos (p.e. Escandinavia).

Resultados

La asociación entre los índices de desigualdad de Gini y Palma es $r=.92$, $p=.000$. A la vez la asociación del índice de Palma es menor en todas las facetas del bienestar respecto de las correlaciones del índice de Gini con las mismas variables (ver Tabla 1). Esto nos señala que aun cuando ambos índices miden desigualdad, el índice Gini se asocia de mejor forma con el bienestar.

Tabla 2. Correlaciones entre indicadores de bienestar e índices de desigualdad

	<i>N</i>	Índices de Gini	Índices de Palma
Satisfacción con la Vida	77	.22*	.22*
Felicidad	77	.33***	.25*
Bienestar Compuesto (componente cognitivo y emocional)	77	.30**	.26*
Satisfacción con las Finanzas	76	.15	.14
Percepción de Control sobre la propia Vida	76	.37***	.35***

Nota. * Significatividad Unilateral p. < .05; ** al p. < .01; *** p. < .001

Las correlaciones entre los índices de desigualdad confirman que a mayor desigualdad, menor IDH ($r=-.29$ y $r=-.24$, para coeficiente de Gini y Palma respectivamente), es decir que se encuentra que la desigualdad se asocia a una menor calidad de vida o menores niveles educativos, menores expectativas de vida y mayor pobreza.

Con respecto al bienestar, a mayor desigualdad mayor felicidad, satisfacción con la vida y bienestar global (ver Tabla 3). Este resultado se mantiene cuando se controla el GNI replicando los resultados de Berg y Veenhoven (2010).

Tabla 3. Correlaciones entre indicadores de desigualdad e indicadores de bienestar, no controlando y controlando GNI

	Sin controlar GNI		Controlando GNI	
	Gini	Palma	Gini	Palma
Satisfacción con la vida	.22*	.22*	.48***	.38***
Felicidad	.33***	.25*	.47***	.33**
Indicador combinado de Bienestar	.30**	.26*	.52***	.39***

Nota. * Significatividad Unilateral p. < .05; ** al p. < .01; *** p. < .001

A continuación examinamos la relación entre los indicadores de cohesión social (confianza en otros e instituciones), satisfacción con las finanzas y control de la vida, valores y prácticas culturales, con la desigualdad, medida con ambos indicadores usados en este estudio (ver Tabla 4).

En lo referente a la confianza intersubjetiva, a mayor desigualdad ligera menor confianza en los otros aunque la asociación no es significativa. Respecto de la confianza en las instituciones, se muestra el mismo patrón, pero con una intensidad aún menor.

Con respecto al control percibido, a mayor desigualdad mayor control percibido. En relación a la satisfacción con las finanzas, existe una tendencia ligeramente positiva a asociarse con la desigualdad.

Ahora bien, la desigualdad no se asocia al individualismo cultural sino que al colectivismo, tanto evaluado por valores de Hofstede como por la práctica del colectivismo intragrupal del Proyecto Globe. Aun cuando cabe señalar que el coeficiente de Gini se asocia de forma más fuerte y significativa con ambos indicadores culturales que el coeficiente de Palma.

Tabla 4. Correlaciones de indicadores de desigualdad y bienestar con indicadores de cohesión social, control, satisfacción con las finanzas y valores culturales

	Indicadores de desigualdad		Indicadores de bienestar		
	Gini	Palma	Satisfacción con la vida	Felicidad	Bienestar subjetivo
Confianza en los otros	-.10	-.04	.37**	.39***	.40***
Confianza en las Instituciones	-.02	-.02	.11	.35***	.25**
Control percibido	.37***	.35**	.83***	.70***	.82***
Satisfacción con las Finanzas	.15†	.14†	.87***	.68***	.83***
Individualismo (Hofstede)	-.29**	-.18†	.19†	.01	.11
Colectivismo Intra-Grupal (Globe)	.39**	.25†	-.52***	-.33*	-.45**

Nota. † Significatividad Unilateral p. < .01; * p. < .05; ** al p. < .01; *** p. < .001

A continuación examinamos la relación entre los indicadores de cohesión social (confianza otros e instituciones), satisfacción con las finanza y control de la vida, valores y prácticas culturales, con los tres indicadores de bienestar usados en este estudio (ver Tabla 4).

Los resultados confirman que a mayor confianza en los otros y en las instituciones, mayor bienestar. Además, a mayor libertad o control de la vida y más satisfacción con las finanzas, mayor bienestar.

El individualismo de Hofstede -entendido como el grado en el que la gente espera valerse por sí misma- se asocia ligeramente a la satisfacción con la vida, aunque no a los otros indicadores de bienestar. En el mismo sentido, a menor colectivismo de Globe mayor bienestar, pero con una fuerza de la relación mucho mayor.

Señalemos que la asociación de las variables en general es más fuerte con la satisfacción con la vida en general, aspecto más evaluativo cognitivo, que con la felicidad, aspecto más evaluativo hedónico.

A continuación, tomamos el indicador de satisfacción con la vida como variable dependiente y se usaron todas las restantes variables que tenía una relación significativa como predictoras, además se agregó el Ingreso Nacional Bruto per cápita a la regresión.

Tabla 5. Modelos de regresión predictivos de Satisfacción con la Vida

VD: Satisfacción con la Vida	Modelo 1 Indicadores Socioeconómicos			Modelo 2 Indicadores Culturales			Modelo 3 Cohesión Social y Libertad Percibida		
	β	t	p	β	t	p	B	t	p
GINI	.384	4.433	.000	.441	2.931	.006	-.098	-.715	.481
GNI	.452	3.759	.000	-.056	-.191	.850	.187	.800	.431
HDI	.227	1.853	.067	.286	1.119	.270	.172	.923	.365
Distancia al Poder (Hofstede)				.199	.922	.363	.022	.138	.891
Colectivismo Intragrupal (Globe)				-.702	-2.673	.011	-.040	-.183	.856
Libertad o percepción de Control							.831	6.646	.000
Confianza interpersonal							-.120	-1.038	.309
R² del modelo	.40			.33			.74		

Nota. Modelo 1: $F_{(3,84)} = 20.551$, $p < .001$; Modelo 2: $F_{(5,36)} = 5.002$, $p = .001$; Modelo 3: $F_{(7,26)} = 14.430$, $p < .001$

Una primera regresión se realizó utilizando los indicadores socioeconómicos (Gini, GNI y HDI). Esta regresión es significativa, explica el 40% de la varianza en

satisfacción con la vida. El bienestar se asocia al desarrollo económico y a la mayor desigualdad – tendencialmente a mejor calidad de vida o HDI.

En una segunda regresión se integraron los indicadores de valores culturales asociados al bienestar. Esta regresión es significativa, explica el 38% de la varianza en satisfacción con la vida. Aun cuando hay menos unidades de análisis, los coeficientes multivariados muestran que la desigualdad y el menor colectivismo se asocian a mayor bienestar.

Se exploró la relación entre los indicadores culturales, la cohesión y libertad percibida. El individualismo de Hofstede se asoció ligera o fuertemente a la confianza en los otros. La asociación con la confianza institucional fue menor. Finalmente, la libertad se asoció solo al bajo colectivismo intra-grupal.

Tabla 6. Correlaciones de indicadores de desigualdad y bienestar con indicadores de cohesión social, control, satisfacción con las finanzas y valores culturales.

	Hofstede		Globe	
	Distancia al Poder	Individualismo	Colectivismo institucional	Colectivismo Intra-grupal
Confianza en los otros	-.179†	.189†	.391**	-.287*
Confianza en las Instituciones	-.042	-.005	-.471***	-.023
Libertad o percepción de Control	-.144	-.007	-.057	-.306*

Nota. † Significatividad Unilateral p. < .01; * p. < .05; ** al p. < .01; *** p. < .001

En una última regresión se integraron los indicadores de cohesión social y libertad percibida, junto con los socioeconómicos y culturales. Esta regresión es significativa, explica el 76% de la varianza en satisfacción con la vida. Aunque hay aún menos unidades de análisis, los coeficientes multivariados muestran que ni la desigualdad ni el menor colectivismo se asocian a mayor bienestar. Solo la libertad percibida se asocia al bienestar, sugiriendo que es la percepción de un mayor control lo que específicamente aumenta el bienestar. Es decir, es la mayor libertad percibida

asociada al individualismo -entendido como el grado en el que la gente espera valerse por sí misma- la que explica el bienestar.

Recordemos que la desigualdad se asocia a peor calidad de vida vinculada a la salud – efecto planteado por Wilkinson y Pickett (2009a, 2009b)– aunque también a mayor percepción libertad (efecto postulado por la argumentación “sueño americano”). Finalmente, para evaluar el papel mediador de ambos procesos, es decir, de la calidad de vida y la percepción de control de la propia vida entre el desarrollo económico y desigualdad sobre la Satisfacción con la Vida, se elaboró un modelo de mediación múltiple mediante el programa Mediate de Preacher y Hayes (ver *Figura 1*). Este encontró que el desarrollo económico predecía mayor satisfacción con la vida, tanto directamente como a través de la mayor calidad de vida y mayor control percibido. La desigualdad tenía efecto ambivalente: predecía mayor bienestar a través del mayor control y menor a través de la menor calidad de vida (aunque este último efecto no era significativo).

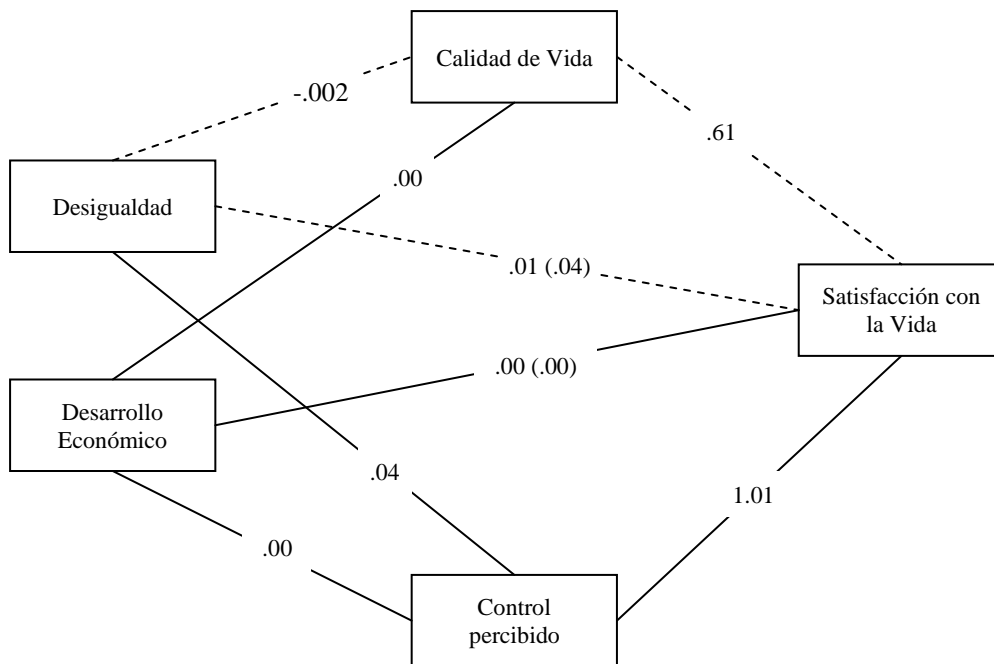


Figura 1. Mediación múltiple de efectos del desarrollo económico y la desigualdad en la satisfacción con la vida, a través de la calidad de vida y la percepción de control. Efectos totales en paréntesis

El análisis de regresión múltiple nos indica que la riqueza, aun cuando es una relación significativa, tiene un peso mínimo. Además, la asociación de la libertad percibida con el bienestar es la más fuerte de todas. Cabe señalar que solamente para riqueza se observó un efecto indirecto significativo a través de la mayor calidad de vida ($B=.00$, $Boot\ ET=.000$, 95% CI [.000, .000]), pero en ambos casos –desigualdad y riqueza– se observó un efecto indirecto significativo a través del control (Desigualdad: $B=.04$, $Boot\ ET=.010$, 95% CI [.025, .062]; Riqueza: $B=.00$, $Boot\ ET=.000$, 95% CI [.000, .000]).

Si al anterior modelo de mediación múltiple se agregan las prácticas de favoritismo endogrupal (colectivismo intra-grupal), se encuentra que la riqueza pierde su capacidad de predecir la satisfacción con la vida y el control adquiere una importancia significativa al momento de predecir la satisfacción con la vida.

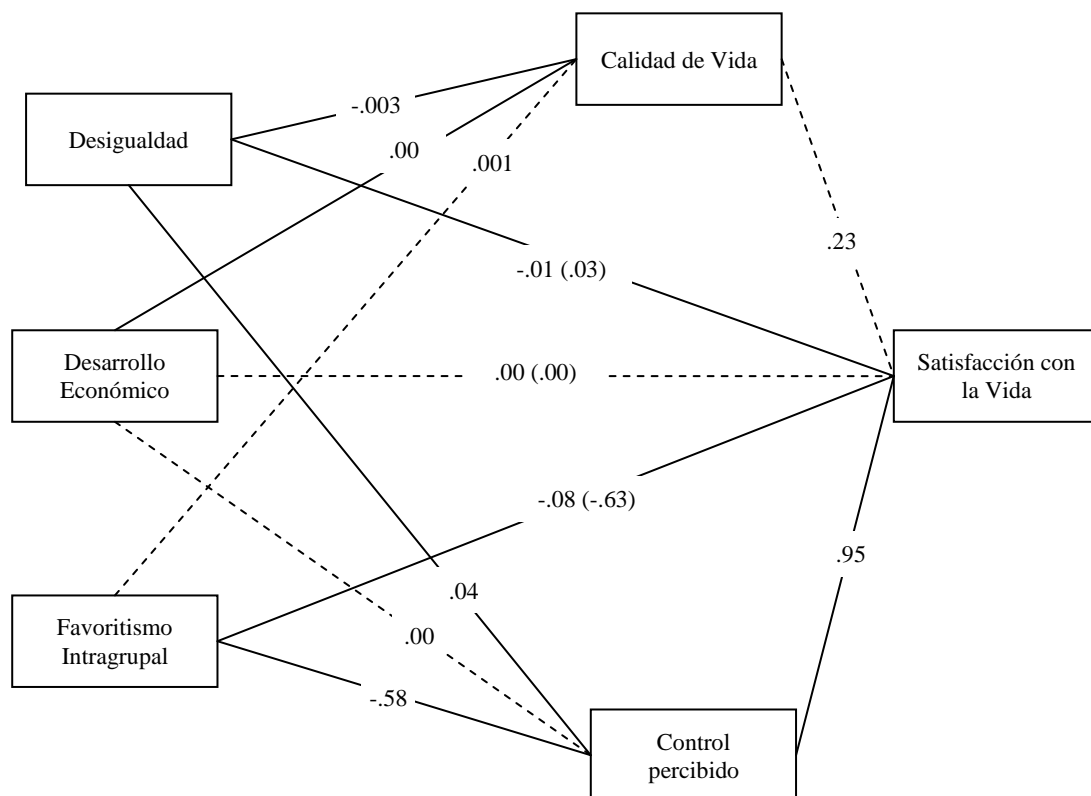


Figura 2. Mediación múltiple de efectos de la cultura, el desarrollo económico y la desigualdad en la satisfacción con la vida, a través de la calidad de vida y la percepción de control. Efectos totales en

Solamente para desarrollo económico entendido como ingreso nacional por habitante –al igual que se observó en el modelo anterior– se observó un efecto indirecto significativo a través del calidad de vida ($B=.00$, $Boot\ ET = .000$, 95% CI [.000, .000]). Sin embargo, para los tres predictores –desarrollo económico, desigualdad y favoritismo endogrupal–se observó un efecto indirecto significativo a través del control (*desigualdad*: $B=.04$, $Boot\ ET=.016$, 95% CI [.015, .075]; *desarrollo económico*: $B=.00$, $Boot\ ET=.000$, 95% CI [.000, .000]; *favoritismo endogrupal*: $B=-.55$, $Boot\ ET=.185$, 95% CI [-.988, -.258]). Es decir, la riqueza y desigualdad aumentan la satisfacción indirectamente a través del mayor control, así como el individualismo o menor favoritismo endogrupal.

La libertad percibida se asocia al bienestar, confirmando lo anteriormente señalado respecto a que la percepción de un mayor control es lo que específicamente aumenta el bienestar. Es decir, es la mayor libertad percibida asociada al individualismo en el sentido de Hofstede -entendido como el grado en el que la gente espera valerse por sí misma- la que explica el bienestar.

Conclusiones

Primero, la asociación existente entre el índice de Palma y el coeficiente de Gini es alta. Además se asocian de forma similar con bienestar y otros indicadores, sin que el índice Palma muestre una mayor sensibilidad como se había esperado.

Segundo, la desigualdad se asocia a peor esperanza de vida y menor nivel educativo. Es decir, la asociación entre desigualdad y problemas sociales y de salud planteada por Wilkinson se ve refrendada.

Tercero, en esta muestra de naciones y con los indicadores utilizados la relación entre desigualdad y menor cohesión social, no se vio refrendada. En esta muestra de

naciones la asociación con menor confianza en los otros e instituciones se dio sólo muy ligeramente y de forma no significativa.

Cuarto, la desigualdad se asoció a mayor percepción de libertad o control de la vida, aunque no se asoció a indicadores de individualismo cultural. Se asoció al favoritismo endogrupal o colectivismo.

Finalmente, en esta muestra de naciones se confirmaron los resultados de Veenhoven (2000) y Berg y Veenhoven (2010): cuando se controla el desarrollo económico –entendido como ingreso nacional por habitante– la desigualdad se asocia al bienestar. Ahora bien, esta asociación se da, pero no por el predominio de individualismo competitivo en los países más desiguales. La desigualdad se asocia a ser país con menor desarrollo económico, menor desarrollo humano (menor expectativa de vida, nivel educativo e ingresos per cápita), a ser una cultura colectivista (Hofstede), con prácticas de favoritismo endogrupal (Globe) y bajo funcionamiento institucional eficaz. Ambos indicadores de desigualdad se asociaron a los indicadores anteriores de forma similar, pero el índice de Gini lo hizo de forma más fuerte que el índice de Palma.

Hay que destacar que la desigualdad no se asocia a culturas que enfatizan la autonomía personal, sino más bien a culturas que enfatizan la lealtad grupal. A su vez, los valores colectivistas se asocian a menor bienestar. Ahora bien, el individualismo de Hofstede o bajo colectivismo si se asocia tanto al bienestar como al mayor control. Podemos concluir que el individualismo -entendido como el grado en el que la gente espera valerse por sí misma- o prácticas y valores de menor lealtad a los grupos adscritos de pertenencia, refuerza la libertad y el bienestar en este aspecto – pero no porque sean países desiguales.

Finalmente, una vez controlado el efecto de la cultura individualista, el desarrollo económico (GNI) o desarrollo social (IDH), la desigualdad deja de explicar el bienestar y es la percepción de libertad la que lo hace.

Cabe destacar que es la percepción de libertad, que está asociada negativamente a prácticas colectivistas (individualismo en el sentido de Hofstede) la que explica el bienestar, el que se asocia positivamente con inequidad. En otros términos, la desigualdad crea un horizonte de mayor elección y libertad – aunque se dé en sociedades de escasos recursos, de mayor lucha por subir en la escala social, y en las que predominan prácticas de favorecer a los miembros de la familia y conocidos, y se valora la lealtad al grupo, y no la autonomía individual.

Por otro lado, la riqueza e individualismo cultural también refuerzan la percepción de libertad, y por esta vía el bienestar. Es decir, la riqueza o altos ingresos, el individualismo, por un lado, y la desigualdad por otro, aumentan la satisfacción indirectamente a través del mayor control. Dado que la desigualdad se asocia a valores colectivistas y menor desarrollo socioeconómico, el estudio muestra que la asociación entre desigualdad y bienestar no se produce por el predominio del individualismo competitivo ni la riqueza en los países más desiguales.

Como limitaciones de este estudio, señalemos varias: a) la baja cantidad de naciones que presentan todos los indicadores, b) las formas de calcular el índice de Gini no son homogéneas por lo que se discute la validez de esta medida, c) los indicadores de cohesión eran limitados; d) además se colapsaron las evaluaciones de bienestar a lo largo de varias oleadas de encuestas de la WVS. Es posible que procedimientos como los utilizados por el grupo de investigación de Oishi, examinando los cambios en bienestar, los cambios en desigualdad, desarrollo económico, cohesión social y libertad percibida, permitieran contrastar las explicaciones con más exactitud.

BLOQUE III:

BIENESTAR Y PERCEPCIÓN
DEL CONTEXTO



**Capítulo 4. Victimización y Miedo al delito:
Relaciones con el Bienestar y la percepción
del contexto social y el clima emocional. Un
estudio con estudiantes universitarios de la
Ciudad de Concepción.**

Este capítulo fue aprobado para su publicación como:
Martínez-Zelaya, G., Martner, G., Páez, D. y Bilbao, M. (2016)
Victimización y Miedo al delito: Relaciones con el Bienestar y la percepción
del contexto social y el clima emocional. Un estudio con estudiantes universitarios
de la Ciudad de Concepción. En A. Mendiburo, JC. Oyanedel.
y D. Páez. *La felicidad de los chilenos: Estudios sobre el bienestar.*
Volumen 2. Santiago de Chile: Ril Editores

Introducción

La seguridad (o inseguridad) es uno de los principales temas de preocupación ciudadana y política en Chile (Dammert y Arias, 2007). Este fenómeno no es exclusivo de Chile, sino de gran parte de Latinoamérica, dado que se evidencia un acrecentamiento de la violencia probablemente como producto de las importantes desigualdades a nivel social, económico y político, lo cual lleva aparejado el aumento de la delincuencia, la crisis de seguridad y las consecuentes reacciones populares y marchas públicas que reclaman una solución (Pegoraro, 2004; Vuanello, 2006).

Si bien el Ministerio del Interior y Seguridad Pública, en el informe realizado con los resultados de la Encuesta Nacional Urbana de Seguridad Ciudadana (INE, 2013) revela que entre 2012 y 2013 se registra una disminución estadísticamente significativa en la cantidad de hogares victimizados a nivel nacional, la delincuencia aparece en el tercer lugar de las preocupaciones de los ciudadanos, después de la pobreza y de la educación. Por otra parte, más del 70% de los encuestados cree que la delincuencia aumentó en el país durante los últimos doce meses y, además, se siente más inseguro caminando solo/a por su barrio cuando ya está oscuro. En esta misma línea, el Centro de Estudios Públicos a través del Estudio Nacional de Opinión Pública (CEP, 2014), concluye que los ciudadanos consideran a la delincuencia, luego de la educación, como el segundo problema al que el gobierno debería dedicar el mayor esfuerzo en solucionar.

En lo que hace a la investigación criminológica, durante muchos años se asumió que el miedo al delito era una clara consecuencia de la victimización (Amaya, Espinosa Pezzia, y Vozmediano, 2011). La victimización, entendida como “el acto en el cual una persona es objeto del uso de la fuerza, que le produce un daño físico o psicológico” (Cruz, 1999, p. 260), puede afectar múltiples dominios de la vida de una persona. Así, (Hanson, Sawyer, Begle, y Hubel, 2010) en una exhaustiva revisión teórica, destacan cómo el haber sido víctima de delitos de distinta índole puede generar una disminución en las habilidades parentales, una alteración de las relaciones íntimas, un aumento de relaciones interpersonales conflictivas, dificultades para conseguir y/o mantener un empleo y problemas en el funcionamiento y actividades sociales, entre otros factores. Asimismo, puede conllevar una serie de consecuencias psicológicas tales como estrés psicológico, desórdenes postraumáticos y bajos niveles de bienestar (Russo y Roccató, 2010). Sin embargo, se ha encontrado que el miedo al delito ha probado ser tan significativo como el delito mismo (Föhrlig, 2006) configurándose como un problema en

sí mismo (Koskela, 2011). Así, como señala Kessler (2009), el sentimiento de inseguridad no guarda correspondencia con el delito y presenta una relativa autonomía respecto a éste dado que el miedo puede incrementarse aun cuando el delito decrece.

Vozmediano, San Juan y Vergara (2008, p. 2-3) conciben el miedo al delito como:

«una experiencia de naturaleza emocional, suscitada por la posibilidad de ser víctima de un delito. [...] tal experiencia emocional, es el resultado de una determinada manera de procesar la información e interpretar la realidad a partir de los elementos que nos proporciona el entorno, en forma de noticias, discursos políticos, rumores, etc. y que, en última instancia, darán lugar a diversas respuestas conativas por parte de los ciudadanos»

Estos autores delimitan el miedo al delito como una percepción y emoción subjetiva de los ciudadanos, razón por la cual no guarda relación directa con índices objetivos de seguridad y delito. Por lo tanto, ciertos enfoques psicosociales actuales han planteado la posibilidad y necesidad de entender el miedo al delito no desde una perspectiva puramente criminológica, sino como parte de una temática mayor: la percepción de seguridad, que incluye aspectos ambientales, laborales y de participación ciudadana, entre otros (Ruiz, 2007). Asimismo, la medición de la percepción de la inseguridad y el miedo al delito se han convertido en variables imprescindibles en los estudios de calidad de vida (San Juan, Vergara, y Germán, 2005), ya que se trata de un fenómeno urbano que puede constituir una amenaza al bienestar de los sujetos (Vozmediano, Vergara, y San Juan, 2010). Numerosos estudios han revelado que el miedo al delito está asociado con una serie de consecuencias tanto a nivel individual como comunitario tales como: empobrecimiento de la salud mental, por fallas de la

empatía y el aumento de la desconfianza hacia los otros, desarrollo de cuadros patológicos como depresión y ansiedad; reducciones en el funcionamiento físico debido a restricciones en actividades físicas y recreativas; cambios en la conducta que afectan el estilo y la calidad de vida como adoptar mayores medidas de autoprotección; fractura del sentido de comunidad y abandono de espacios públicos. Otras consecuencias se relacionan con un mayor acuerdo en la adopción de actitudes favorables a políticas penales más punitivas contra el delito, así como a bajos niveles de cultura ciudadana y de eficacia colectiva (Hale, 1996; Machado y Manita, 2009; Medina, 2003; Ruiz y Turcios, 2009; Soto, 2005; Stafford et al., 2007). De lo dicho anteriormente, se evidencia que el miedo trasciende las relaciones individuales en cuanto influye en los procesos de desarrollo comunitario por las consecuencias en la política, la economía y las estructuras urbanas (Koskela, 2011; Vuanello, 2006).

Sin embargo, cabe destacar que existen estudios recientes que demuestran que el miedo al delito no necesariamente disminuye el bienestar de las personas. Tanto Gray, Jackson y Farrall (2011) como Jackson y Gray (2010) llevaron a cabo una serie de entrevistas en Londres a fin estudiar los beneficios de la preocupación y el miedo al delito. Hallaron que muchos de los entrevistados reconocían que la preocupación por el crimen los hacía tomar más precauciones posibilitándoles sentirse más seguros sin que esto afectara su calidad de vida. De esta forma, el miedo al delito es considerado como una defensa natural y adaptativa frente al crimen. Es así como estos autores diferenciaron una preocupación disfuncional que altera la calidad de vida de una preocupación funcional que motiva la vigilancia y la precaución. Para concluir, Schwartz (2001) considera a la seguridad como una de las necesidades básicas por excelencia, siendo esencial para el bienestar y desarrollo de la persona, es por eso que el objetivo de este trabajo es verificar si existe relación entre la victimización y el Miedo

al delito con el bienestar en el contexto chileno. Además verificar si existen diferencias en la percepción del contexto social y clima social emocional en función de la victimización y el miedo al delito en el contexto chileno.

Método

Muestra

La muestra, no probabilística intencional, estuvo compuesta por 155 sujetos de los cuales el 68,1% fueron mujeres. La media de edad fue 21,49 (DE = 3,49; min. = 18; máx. = 41). Todos los participantes eran estudiantes universitarios de la ciudad de Concepción al momento de contestar la encuesta. Respecto al estado civil, la mayoría era soltero (86,9%) y solamente un 1,3% estaba casado. La mayoría de los participantes se autodenominan como clase media (86,4%), un 8,9% se clasifica como clase alta o muy alta, y solo un 2,8% se denomina pobre o muy pobre. La mayoría no trabaja (78,6%). Y respecto al posicionamiento político un 9,3% se define como de derecha, un 73,1% de centro, y un 17,7% de izquierda.

Instrumentos

El cuestionario utilizado fue de formato auto-administrado y estuvo integrado por preguntas sobre datos personales y sociodemográficos y por las siguientes escalas:

Bienestar General: El Pemberton Happiness Index es una medida de Bienestar General (Hervás y Vázquez, 2013; Vázquez y Hervás, 2013) y sintetiza las diferentes tradiciones de estudios del bienestar. Se utilizó solamente la subescala de Bienestar Recordado la cual está compuesta por 11 ítems con posibilidad de respuesta de 0 (totalmente en desacuerdo) a 10 (totalmente de acuerdo).

Bienestar social de Keyes (Blanco y Díaz, 2005): expone criterios públicos e interpersonales de evaluación de un buen funcionamiento psicológico. Se aplicó la versión de 33 ítems con continuo de respuesta de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo), y evalúa la percepción que las personas tienen sobre cinco aspectos del entorno social que facilitan su bienestar: integración social (7 ítems. $\alpha = 0.41$), aceptación social (8 ítems. $\alpha = 0.81$), contribución social (6 ítems. $\alpha = 0.78$), actualización social (6 ítems. $\alpha = 0.71$) y coherencia social (6 ítems. $\alpha = 0.53$).

Clima Emocional (Páez et al., 1997): esta escala evalúa la percepción de emociones negativas dominantes en el clima social o en la interacción cotidiana (tristeza, miedo y enojo), de emociones positivas (alegría, esperanza), así como la percepción de procesos sociales que refuerzan las emociones positivas (confianza en las instituciones, tranquilidad para hablar). Tiene un continuo de respuesta de 1 (Nada) a 5 (Mucho) y se compone de las subescalas de clima social positivo (6 ítems. $\alpha = 0.75$) y clima social negativo (5 ítems. $\alpha = 0.75$).

Problemas Sociales Percibidos (Páez, Fernández, Ubillós, y Zubieta, 2004): se pregunta al sujeto acerca de la frecuencia –1 (nada) a 5 (siempre)– de la ocurrencia de 21 situaciones diferentes del país como viviendas dignas, delincuencia común, analfabetismo, hambre, democracia, riqueza cultural-artística, entre otros. El coeficiente de fiabilidad para esta escala fue muy satisfactorio ($\alpha = .84$). Se realizó un análisis factorial exploratorio el que arrojó cinco dimensiones las que se denominaron: Condiciones del Entorno Adversa (6 ítems. $\alpha = 0.78$), Confianza Social Deficitaria (5 ítems. $\alpha = 0.70$), Desarrollo Político-Cultural Deficitario (3 ítems. $\alpha = 0.61$), Desviación de la Norma Moral (3 ítems. $\alpha = 0.71$), y Entorno Empobrecido (4 ítems. $\alpha = 0.29$).

Miedo al Delito (adaptación de Vozmediano, Vergara y San Juan, 2010): sobre un lista de 14 delitos que atentan contra la seguridad, se les pide a los participantes que

respondan a la pregunta “¿Ha sentido temor o inquietud por la posibilidad de ser víctima de estos delitos?”, en un continuo de respuesta de 1 (Nunca) a 5 (Siempre). El coeficiente de fiabilidad para esta escala fue muy satisfactorio ($\alpha = 0.92$).

Victimización (adaptación sobre Vozmediano et al., 2008). Se presentan los mismos 14 delitos que en la Escala de Miedo al Delito y se le pide a la persona que responda sí o no a la pregunta: “¿Ha sido víctima en alguna ocasión de estos delitos?” Se considera como víctima a la persona que ha marcado “Sí” en por lo menos uno de los 14 delitos.

Procedimiento.

La participación de los individuos fue voluntaria y anónima, y la aplicación del instrumento se hizo de manera individual. Una vez obtenida la información, cargados y depurados los datos, se procedió a realizar análisis descriptivos y posteriormente cálculos de estadística inferencial correspondientes a los objetivos de diferencias de grupos y correlación.

Resultados

Bienestar.

Bienestar General. Como se puede observar en la Tabla 1, los participantes muestran buenos niveles de bienestar general. Esto quiere decir que en una evaluación general del bienestar dado que superan la media teórica su evaluación del bienestar es alta. Al comparar estas puntuaciones con un estudio realizado por Hervás y Vázquez (2013), se puede concluir que los chilenos, junto a los mexicanos, presentan niveles de bienestar por sobre países como Estados Unidos, España, Alemania, Rusia, Suecia, Turquía e India.

Al analizar el bienestar social específicamente, se observa que la puntuación más alta se encuentra en la dimensión contribución y la más baja en la de aceptación. Por un lado, esto indica que el aspecto más óptimo respecto a la valoración que se hace de la relación con el entorno tiene que ver con el sentimiento de utilidad por parte de los participantes, que sienten que son miembros vitales de la sociedad, que se sienten eficaces y aportan al bien común. Por otra parte, el aspecto más deficitario pasa por la baja confianza que se vivencia respecto de los otros, de las actitudes positivas entre las personas y de la atribución de honestidad, bondad y amabilidad, y capacidad. No se observaron diferencias estadísticamente significativas en el bienestar según el sexo de los participantes, si bien las medias de las mujeres eran ligeramente más altas.

Tabla 1.- Descriptivos para bienestar y percepción del contexto.

	<i>Estudiantes Concepción 2014</i>			<i>Estudiantes Chile 1997</i>		
	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Bienestar General						
Pemberton Happiness Index	149	7.40	1.5			
Bienestar Social						
Integración Social	148	3.59	.5	314	3.79	.6
Aceptación Social	148	2.93	.6	314	3.05	.6
Contribución Social	148	4.05	.7	314	4.08	.6
Actualización Social	148	3.30	.7	314	3.39	.6
Coherencia Social	148	3.76	.6	314	3.74	.5
Clima Social						
Clima Social Positivo	148	2.95	.5	314	2.90	.5
Clima Social Negativo	148	3.05	.6	314	3.09	.8
Percepción de Problemas Sociales						
Condiciones del Entorno Adversas	148	3.14	.7			
Confianza Social Deficitaria	148	3.39	.7			
Desarrollo Político-Cultural Deficitario	148	3.10	.7			
Desviación de la Norma Moral	148	3.74	.7			
Entorno Empobrecido	148	3.61	.5			
<i>Total Percepción de Problemas Sociales</i>	148	3.37	.5			

Nota. Diferencia de medias de las dimensiones por año de la muestra en Chile.

Percepción del contexto.

Clima Social Emocional. En lo que hace a la percepción del clima socio-emocional, es decir, a la emoción que se percibe predominar en el ambiente, los datos

que se exhiben en la Tabla 2 muestran que la puntuación media en el clima emocional negativo y en el clima emocional positivo son relativamente similares. Se observa que el clima socio-emocional general predominante es relativamente positivo ($M = 3.38$ $SD = 0.80$). Sin embargo, se logra manifestar una ambivalencia en la percepción de éste, donde la emocionalidad predominante es de inseguridad ($M = 3.28$, $SD = 1.03$), seguida por solidaridad y ayuda mutua ($M = 3.22$ $SD = 0.85$). No se encuentran diferencias significativas en la percepción del clima socio-emocional en función del sexo.

Percepción de Problemas Sociales. Respecto a la percepción de problemas sociales, se realizó un análisis factorial exploratorio para indagar cómo, de acuerdo a las respuestas de los sujetos, se agrupaban estos problemas sociales. El resultado arrojó la existencia de cinco grupos de problemas sociales, los cuales se ordenan a continuación de acuerdo a la importancia asignada por la propia muestra.

El primer grupo, denominado *Desviación de la Norma Moral*, está compuesto por los ítems de inmoralidad y de consumo y tráfico de drogas. La media de esa dimensión fue de 3.74 ($SD = .74$) y es el grupo de problemas sociales que obtiene la mayor puntuación, por ende, la dimensión que los participantes identifican como más la importante. Es decir que los participantes de este estudio consideran que la desviación de patrones sociales establecidos por una moralidad impuesta es un problema de la sociedad en su conjunto.

En el segundo factor, denominado *Entorno Empobrecido*, está compuesto por la falta de viviendas dignas, la falta de desarrollo y modernización, la desigualdad social y la delincuencia común. La media de esa dimensión fue de 3.61 ($SD = .51$) y es la segundo grupo de problemas sociales en importancia, ya que obtiene la segunda puntuación más alta de las cinco dimensiones. Lo que revela una preocupación de los

participantes respecto a las condiciones de pobreza y desigualdad del entorno en el que viven.

En la tercera dimensión, denominada *Confianza Social Deficitaria*, se agruparon los ítems de falta de respeto a los derechos humanos, la falta de libertad de expresión, la corrupción, la discriminación y racismo, la distancia entre las instituciones y la sociedad. La media de esa dimensión fue de 3.39 (SD = .69). Esto es que los participantes comprenden que en su entorno social no existe un lazo social fuerte y que sostenga a una sociedad unida en su totalidad.

En el cuarto grupo, denominado *Condiciones del Entorno Adversas*, se agruparon las enfermedades, el hambre, el terrorismo, la falta de empleo, la pobreza y subdesarrollo, y la falta de educación y analfabetismo. La media de esa dimensión fue de 3.14 (SD = 0.71). Son estos problemas los que los participantes entienden como amenazadores del desarrollo de sus potencialidades.

Por último, en la quinta dimensión, *Desarrollo Político-Cultural Deficitario*, está contenida por la falta de democracia, la falta de participación política y la falta de riqueza cultural y artística. La media de esa dimensión fue de 3.10 (SD = .79). Esta dimensión obtuvo el puntaje más bajo de las cinco dimensiones, siendo que es una preocupación la falta de solidez en las bases sociales estructurales (cultura, democracia y participación) y poder construir una sociedad más inclusiva. No se encontraron diferencias significativas en ninguna de las dimensiones de percepción de problemas sociales en función del sexo.

Victimización y miedo al delito

Del total de la muestra, un 73.2% fue víctima de un delito. En lo referente a cuantos tipos de delitos han sufrido, un 52.3% de la muestra fue víctima de uno a tres tipos de delitos distintos, mientras que un 20.8% ha sufrido cuatro o más tipos de delitos distintos. Además, el robo en la calle (38.5%), las amenazas (36.1%) y la agresión física (31.3%) son los delitos que aparecen con mayor frecuencia entre los participantes. Al analizar por sexo, los delitos más comúnmente sufridos por los hombres fueron: agresión física (52.3%), robo o atraco en la calle (42.2%), amenazas (36.4%), víctima de la fuerza pública (29.5%) y acoso en el lugar de trabajo (15.6%). Mientras que para las mujeres fueron robo o atraco en la calle (38.5%), amenazas (35.8%), agresión física (22.1%), llamadas obscenas (19.8%) y agresiones sexuales (13.7%).

Respecto del miedo al delito, los delitos que más temor causan entre los participantes son los referidos a la vulneración de la propiedad privada (“robo o atraco en la calle”, “robo en su casa estando dentro alguno de los residentes”, y “robo en su casa cuando no hay nadie”). Al analizar por sexo, se observa que las mujeres de la muestra tienen medias más altas en todos los ilícitos, excepto en “ser víctimas de excesos de la fuerza pública” (ver Tabla 2). Lo anterior nos indica que las mujeres se sienten más atemorizadas que los hombres por la mayoría de los delitos. Si bien las mujeres presentan medias más altas en todos los delitos, se presentan diferencias estadísticamente significativas en “llamadas obscenas de desconocidos”, “agresión sexual”, “robo o atraco en la calle”, “acoso en el lugar de trabajo o estudio”, y “robo en su casa, estando dentro alguno de los residentes”, donde las mujeres tienen un miedo significativamente mayor a sufrir estos delitos.

Tabla 2.-

Descriptivos para Victimización y diferencia de medias para Miedo al delito.

		Victimización		Miedo al Delito					
		N	%	N	M	SD	T	gl	sig.
Robo en su casa, estando dentro alguno de los residentes.	Hombre	45	11.1	42	2.26	1.1	-2.300	123	.032
	Mujer	96	13.5	82	2.78	1.3			
	Total	141	12.8	133	2.59	1.2			
Robo en su casa, cuando no hay nadie.	Hombre	45	8.9	42	2.31	1.1	-1.513	122	.133
	Mujer	96	12.5	82	2.63	1.1			
	Total	141	11.3	132	2.51	1.1			
Robo o atraco en la calle.	Hombre	45	42.2	42	2.60	1.2	-3.542	127	.001
	Mujer	96	38.5	87	3.36	1.1			
	Total	141	39.7	137	3.09	1.2			
Robo o fraude con tarjetas de crédito.	Hombre	45	4.4	39	1.77	1.1	-1.227	118	.222
	Mujer	96	2.1	81	2.01	1.0			
	Total	141	2.8	127	1.98	1.1			
Robo de/en su vehículo o daños en el mismo.	Hombre	45	11.1	42	2.05	1.3	-.554	121	.580
	Mujer	96	9.4	81	2.19	1.3			
	Total	141	9.9	130	2.12	1.3			
Amenazas.	Hombre	44	36.4	40	1.98	1.2	-1.202	121	.232
	Mujer	95	35.8	83	2.25	1.2			
	Total	139	36.0	131	2.13	1.2			
Agresión física.	Hombre	44	52.3	42	2.05	1.3	-.725	125	.470
	Mujer	95	22.1	85	2.22	1.3			
	Total	139	31.7	135	2.15	1.3			
Extorsión.	Hombre	43	11.6	40	1.48	1.0	-1.302	118	.195
	Mujer	95	5.3	80	1.73	1.0			
	Total	138	7.2	128	1.64	1.0			
Secuestro.	Hombre	44	2.3	40	1.70	1.3	-1.641	118	.103
	Mujer	95	3.2	80	2.15	1.5			
	Total	139	2.9	128	2.01	1.2			
Agresión sexual.	Hombre	44	2.3	39	1.59	1.2	-4.055	94.533	.000
	Mujer	95	13.7	84	2.62	1.5			
	Total	139	10.1	131	2.27	1.5			
Víctima de excesos de la Fuerza Pública.	Hombre	44	29.5	40	2.05	1.4	.311	119	.756
	Mujer	96	8.3	81	1.98	1.2			
	Total	140	15.0	129	2.01	1.2			
Llamadas obscenas de desconocidos.	Hombre	45	13.3	41	1.15	.4	-5.178	105.674	.000
	Mujer	96	19.8	81	2.00	1.4			
	Total	141	17.7	130	1.72	1.2			
Acoso en el lugar de trabajo o estudio.	Hombre	45	15.6	40	1.53	1.0	-2.423	118	.017
	Mujer	96	10.4	80	2.05	1.2			
	Total	141	12.1	128	1.90	1.2			
Le han exigido dinero indebido para hacer un trámite público.	Hombre	45	4.4	41	1.41	.9	-1.064	118	.290
	Mujer	96	4.2	79	1.61	1.0			
	Total	141	4.3	128	1.56	1.0			

Nota. Diferencia de medias de las dimensiones por año de la muestra en Chile.

Bienestar y percepción del contexto según victimización y miedo al delito

Los resultados muestran que no existen diferencias significativas para victimización, es decir si han sido víctima de algún delito, en ninguna de las variables estudiadas. Sin embargo, al analizar cada uno de los delitos, se encuentran seis delitos que afectan alguna de las dimensiones estudiadas. Por ejemplo, las personas que han sido víctimas de una agresión física ($M = 7.09$, $SD = 1.57$) presentan menores niveles de bienestar general que aquellos que no han sido víctimas ($M = 7.62$, $SD = 1.33$), ($t_{(145)} = 2.09$, $p = .04$).

Respecto al *bienestar social*, la única dimensión donde se encontraron diferencias significativas fue *en aceptación social*, dado que quienes han sido víctimas de extorsión ($t_{(144)} = 2.14$, $p = .03$) y de robos en la casa estando alguno de los residentes ($t_{(146)} = 2.164$, $p = .03$) presentan un menor grado de aceptación (Extorsión: víctima: $M = 2.54$, $SD = .41$; no víctima: $M = 2.96$, $SD = .61$, respectivamente; Robo en su casa estando dentro alguno de los residentes víctima: $M = 2.65$, $SD = .50$, no víctima; $M = 2.97$, $SD = .62$), lo que quiere decir que su grado de disfrute por saberse y sentirse parte de un determinado grupo o comunidad (Bilbao et al., 2011; Keyes, 1998), es más bajo.

Para el *clima emocional*, aquellos que sufrieron de extorsión ($t_{(143)} = -2.56$, $p = .02$; víctima: $M = 3.54$, $SD = .60$; no víctima: $M = 3.02$, $SD = .61$) o de una agresión sexual ($t_{(144)} = -1.992$, $p = .05$; víctima: $M = 3.37$, $SD = .55$; no víctima: $M = 3.03$, $SD = .62$) son quienes perciben un clima emocional más negativo que quienes no han sido víctimas.

Por último, en cuanto a la *percepción de problemas sociales*, se encontraron diferencias significativas en tres dimensiones. Por un lado, quienes fueron víctimas de excesos por parte de la fuerza pública presentan un déficit en confianza social ($t_{(145)} = -2.61$, $p = .01$; víctima: $M = 3.75$, $SD = .79$; no víctima: $M = 3.34$, $SD = .66$) y desarrollo

político-cultural ($t_{(145)} = -2.63$, $p = .01$; víctima: $M = 3.51$, $SD = .70$; no víctima: $M = 3.03$, $SD = .79$). Por otro lado, las víctimas de agresión sexual perciben condiciones del entorno adversas ($t_{(143)} = -2.20$, $p = .02$; víctima: $M = 3.51$, $SD = .72$; no víctima: $M = 3.09$, $SD = .69$) en mayor medida que los que no fueron víctimas y, por último, las víctimas de acoso en el lugar de trabajo o estudio ($t_{(145)} = -2.00$, $p = .05$; víctima: $M = 3.45$, $SD = .69$; no víctima: $M = 3.05$, $SD = .79$) perciben un menor desarrollo político-cultural en comparación a las no víctimas.

Bienestar y percepción del contexto según miedo al delito

Se realizó un análisis de ANOVA para detectar si existen diferencias significativas en las diferentes dimensiones del bienestar y de la percepción del contexto estudiadas según el miedo al delito. Los resultados muestran que solo existen diferencias significativas en la dimensión de actualización social ($F_{(2,137)} = 3.97$, $p = .02$) siendo que los que tienen niveles medios de miedo al delito perciben más dificultades en el entorno para proveer sus necesidades que los de nivel bajo (ver Tabla 3).

Al analizar por cada uno de los delitos, se evidencian diferencias en tres dimensiones del *bienestar social*: aceptación social, contribución social y coherencia social. En primer lugar, quienes presentan altos niveles de temor respecto a sufrir una agresión física ($F_{(2,134)} = 4.69$, $p = .01$; bajo: $M = 3.02$, $SD = .68$; medio: $M = 2.95$, $SD = .52$; alto: $M = 2.56$, $SD = .56$) presentan menos actitudes positivas hacia los otros, en comparación al resto.

Además, quienes más temen a convertirse víctimas de extorsión ($F_{(2,127)} = 4.01$, $p = .02$; bajo: $M = 4.16$, $SD = .65$; medio: $M = 3.98$, $SD = .64$; alto: $M = 3.75$, $SD = .57$) se sienten menos útiles y que pueden aportar menos a su entorno, que quienes tienen

menores niveles de miedo al delito. Situación similar ocurre con aquellos que sienten un nivel medio de miedo a sufrir excesos por parte de la fuerza pública ($F_{(2,128)} = 5.09$, $p = .01$; bajo: $M = 4.22$, $SD = .59$; medio: $M = 3.78$, $SD = .65$; alto: $M = 4.00$, $SD = .68$) respecto de los que sienten menos miedo.

Y, por último, los participantes con altos niveles de miedo a ser robados en la calle ($F_{(2,135)} = 5.09$, $p = .01$; bajo: $M = 3.96$, $SD = .51$; medio: $M = 3.77$, $SD = .52$; alto: $M = 3.52$, $SD = .59$), a las amenazas ($F_{(2,129)} = 3.52$, $p = .03$; bajo: $M = 3.87$, $SD = .49$; medio: $M = 3.83$, $SD = .48$; alto: $M = 3.59$, $SD = .64$), a la extorsión ($F_{(2,126)} = 4.47$, $p = .01$; bajo: $M = 3.87$, $SD = .52$; medio: $M = 3.69$, $SD = .46$; alto: $M = 3.50$, $SD = .67$), perciben al entorno como menos coherente e inteligible que los que tienen bajos niveles de miedo. Misma situación ocurre con aquellos que tienen niveles medios de miedo a ser víctima de un robo en la casa cuando no hay nadie ($F_{(2,130)} = 4.35$, $p = .02$; bajo: $M = 4.04$, $SD = .56$; medio: $M = 3.68$, $SD = .47$; alto: $M = 3.80$, $SD = .67$), al ser víctima de excesos de la fuerza pública ($F_{(2,127)} = 4.23$, $p = .02$; bajo: $M = 3.87$, $SD = .48$; medio: $M = 3.52$, $SD = .57$; alto: $M = 3.79$, $SD = .57$), y al ser víctima de llamadas obscenas ($F_{(2,128)} = 4.02$, $p = .02$; bajo: $M = 3.86$, $SD = .49$; medio: $M = 3.49$, $SD = .63$; alto: $M = 3.65$, $SD = .62$) y aquellos que tienen bajos niveles de miedo a los mismos delitos.

Asimismo, quienes más miedo tienen de sufrir una agresión física ($F_{(2,133)} = 3.90$, $p = .02$; miedo bajo: $M = 3.00$, miedo medio: $M = 3.07$, miedo alto: $M = 3.45$; diferencias significativas entre alto-bajo), de ser robados en su casa cuando no hay nadie ($F_{(2,130)} = 5.76$, $p < .01$; miedo bajo: $M = 2.81$, miedo medio: $M = 3.08$, miedo alto: $M = 3.39$; diferencias significativas entre alto-bajo), o que les roben o dañen el vehículo ($F_{(2,128)} = 4.06$, $p = .02$; miedo bajo: $M = 2.96$, miedo medio: $M = 3.15$, miedo alto: $M = 3.38$; diferencias significativas entre alto-bajo), son quienes perciben en mayor medida un clima socio-emocional negativo.

Tabla 3

Descriptivos en Dimensiones del Bienestar Social por nivel de Miedo al Delito.

	Nivel de Miedo al Delito	N	M	SD
Bienestar General				
Pemberton Happiness Index	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	7.69	1.5
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	7.54	1.4
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	7.27	1.4
Bienestar Social				
Integración Social	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.60	.4
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	3.64	.5
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.56	.4
Aceptación Social	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.05	.7
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	2.91	.5
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	2.79	.6
Contribución Social	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	4.15	.7
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	4.01	.6
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.99	.7
Actualización Social	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.49	.7
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	44	3.10	.7
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.30	.6
Coherencia Social	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.91	.5
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	44	3.73	.5
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.67	.6
Clima Social				
Clima Social Positivo	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	2.90	.6
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	3.00	.5
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	2.94	.5
Clima Social Negativo	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	2.99	.7
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	2.99	.5
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.25	.6
Percepción de Problemas Sociales				
Condiciones del Entorno Adversas	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.19	.7
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	2.99	.7
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.24	.7
Confianza Social Deficitaria	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.34	.8
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	3.40	.7
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.46	.7
Desarrollo Político-Cultural Deficitario	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	2.99	.8
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	3.10	.9
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.23	.8
Desviación de la Norma Moral	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.80	.8
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	3.59	.7
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.87	.7
Entorno Empobrecido	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.55	.5
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	3.59	.5
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.70	.5
<i>Total Percepción de Problemas Sociales</i>	<i>Miedo al Delito Bajo</i>	46	3.35	.5
	<i>Miedo al Delito Medio</i>	45	3.30	.5
	<i>Miedo al Delito Alto</i>	48	3.47	.5

Y, por último, en cuanto a la *percepción de problemas sociales*, quienes presentan un mayor miedo de sufrir una extorsión, perciben más condiciones adversas

en el entorno ($F_{(2,126)} = 3.93$, $p = .022$; miedo bajo: $M = 3.31$, miedo medio: $M = 2.97$, miedo alto: $M = 2.95$; diferencias tendenciales entre alto-bajo y medio-bajo).

Bienestar, percepción del contexto y su relación con la victimización y miedo al delito

Para poder apreciar la relación existente entre el ser víctima de un delito, el miedo al delito, el bienestar y la percepción del contexto, se construyeron dos índices. El primero es el índice de victimización, el cual es la sumatoria de victimización en cada uno de los tipos de delitos. A mayor valor, mayor cantidad de tipos de delito ha sufrido, es decir, mayor victimización. El segundo, el índice de miedo al delito, es el promedio de los miedos que el sujeto manifiesta a cada uno de los delitos. A mayor valor, mayor miedo a los delitos de forma genérica.

Se realizó un análisis correlacional entre las dimensiones del bienestar y la percepción de contexto y ambos índices (Ver tabla 4). Respecto del bienestar, los valores de las correlaciones son mayores en el miedo al delito que para la victimización. Sobre las distintas medidas de bienestar, el bienestar general no tiene una correlación significativa con ninguno de los dos índices. Sin embargo, el miedo al delito correlaciona con dos dimensiones del bienestar social: coherencia social y aceptación social. Es decir, a mayor miedo al delito, mayor malestar social en la sensación de pertenencia al grupo y de comprender la dinámica social.

Respecto del clima emocional, se puede observar que a mayor victimización y mayor miedo al delito, los participantes perciben un mayor clima emocional negativo, siendo ésta relación aún más fuerte con el miedo. Cabe destacar que la relación más fuerte del clima social negativo es con el miedo al delito que con la victimización.

Por último, respecto a la percepción de problemas sociales, se observa que a mayor victimización, los participantes perciben una mayor problemática social, en especial en las dimensiones de desarrollo político-cultural deficitario y confianza social deficitaria. No existe relación de la percepción de problemas sociales con el miedo al delito en ninguna de sus dimensiones.

Tabla 4.-

Correlaciones de Pearson (univariadas) para Bienestar General, Dimensiones del Bienestar, Clima Social y Percepción de Problemas Sociales con Victimización y Miedo al Delito.

	<i>Índice de Victimización</i> N = 148	<i>Índice de Miedo al Delito</i> N = 143
Bienestar General		
Pemberton Happiness Index	-.06	-.10
Bienestar Social		
Integración Social	-.02	-.05
Aceptación Social	-.10	-.15*
Contribución Social	-.05	-.13
Actualización Social	-.03	-.07
Coherencia Social	-.05	-.19*
Bienestar Social Total	-.07	-.17*
Clima Social		
Clima Social Positivo	-.07	.01
Clima Social Negativo	.18*	.22**
Problemas Sociales Percibidos		
Condiciones del Entorno Adversas	.11	.03
Confianza Social Deficitaria	.14*	.06
Desarrollo Político-Cultural Deficitario	.17*	.05
Desviación de la Norma Moral	.00	.02
Entorno Empobrecido	.05	.12
<i>Total Percepción de Problemas Sociales</i>	.14*	.07

Nota: Significatividad estadística * p. < .05; ** p. < .01; *** p. < .001

A continuación, se realizó un análisis factorial exploratorio (AFE) sobre los 7 índices que se utilizan principalmente en este estudio: Bienestar General, Miedo al Delito, Victimización, Clima Socio-Emocional Positivo, Clima Socio-Emocional Negativo y Bienestar Social. Se realizó solicitando los resultados con una rotación Varimax. La comprobación de la idoneidad de la matriz de correlaciones para ser factorizada fue adecuada (KMO = .54; prueba de esfericidad de Bartlett $\chi^2 = 164.71$, p. < .001). El primer factor, en el cual saturaban los índices de Bienestar General,

Bienestar Social y Clima Positivo, explica un 30,41% de la varianza; el segundo factor, con saturaciones de los índices de Problemas Sociales Percibidos, Clima Socio-Emocional Positivo (de forma negativa), y Clima Socio-Emocional Negativo, explicando un 19,29% de la varianza; y por último, un tercer factor en el cual saturan los el Miedo al Delito, la Victimización y el Clima Socio-Emocional Negativo, con un 17,04% de la varianza explicada. En la tabla 5 se muestra las cargas de los indicadores en los respectivos factores.

Tabla 5.- Análisis Factorial Exploratorio sobre las dimensiones del estudio.

Variables	F1	F2	F3
Bienestar General	.90		
Bienestar Social	.79		
Problemas Sociales Percibidos		.88	
Clima Emocional Positivo	.40	-.68	
Clima Emocional Negativo		.59	.49
Miedo al Delito			.78
Victimización			.68
<i>% de Varianza explicada</i>	<i>30.41</i>	<i>19.29</i>	<i>17.04</i>

Nota: VD: Variable Dependiente. Significatividad estadística * p. < .05; ** p. < .01; *** p. < .001

Con este AFE, se procedió a realizar las regresiones necesarias para intentar explicar el Bienestar General a partir de los datos en esta muestra. En la figura 1 se muestra un modelo predictivo del Bienestar en el que se han unido el AFE anteriormente explicado y las regresiones consecutivas que se realizaron para poder explicarlo. En la tabla 6 se muestran de las regresiones predictoras del bienestar.

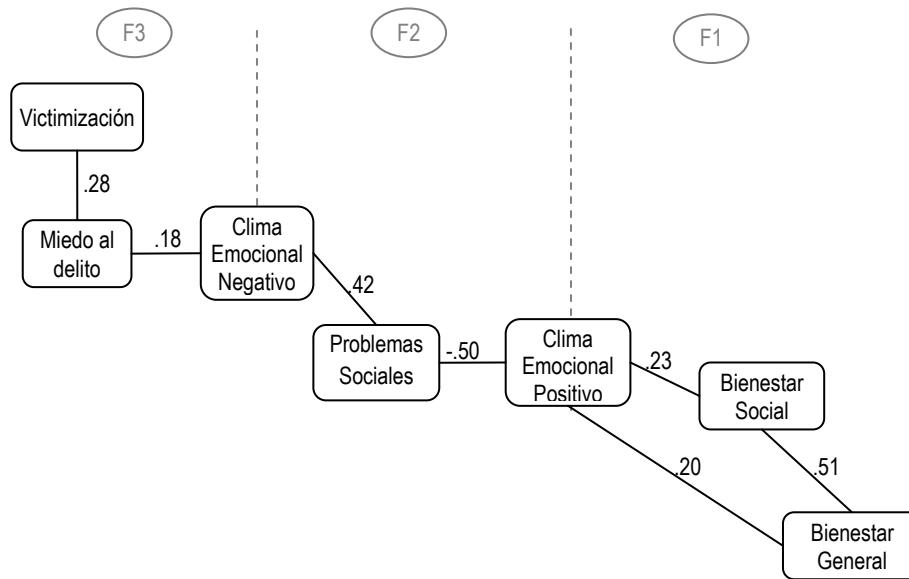


Figura 1. Esquema de regresiones prediciendo el bienestar general.

Esto sugiere que el miedo al delito (e indirectamente a través de él el haber sido víctima de algún delito) predicen la percepción de Clima Emocional Negativo, y éste una percepción de problemas sociales (figura 1). Una baja Percepción de Problemas Sociales estaría prediciendo una percepción de Clima Social Positivo, lo cual, junto con el bienestar social, estarían prediciendo el bienestar individual. Esto nos señala que el haber sido víctima, pasando por el miedo al delito asociado a él, incide en la percepción del contexto, y solamente una positiva percepción del medio circundante –baja percepción de clima negativo, bajo percepción de problemas sociales, y una alta percepción de Clima Socio-Emocional Positivo– pueden predecir el bienestar tanto social como individual.

Tabla 5.- Regresiones predictoras del Bienestar General

Variables	Regresiones					
	VD: <i>Miedo al Delito</i>	VD: <i>Clima Negativo</i>	VD: <i>Problemas Sociales</i>	VD: <i>Clima Positivo</i>	VD: <i>Bienestar Social</i>	VD: <i>Bienestar General</i>
	β	β	β	β	B	β
Victimización	.28***					
Miedo al delito		.18*				
Clima Emocional Negativo			.42***			
Problemas Sociales				-.50***		
Clima Emocional Positivo					.23**	.20**
Bienestar Social						.51***
<i>R</i> ²	.07	.05	.17	.22	.05	.34
<i>F</i>	12.10***	4.65*	30.56***	19.89***	7.82**	37.47***

Nota: VD: Variable Dependiente. Significatividad estadística * p. < .05; ** p. < .01; *** p. < .001

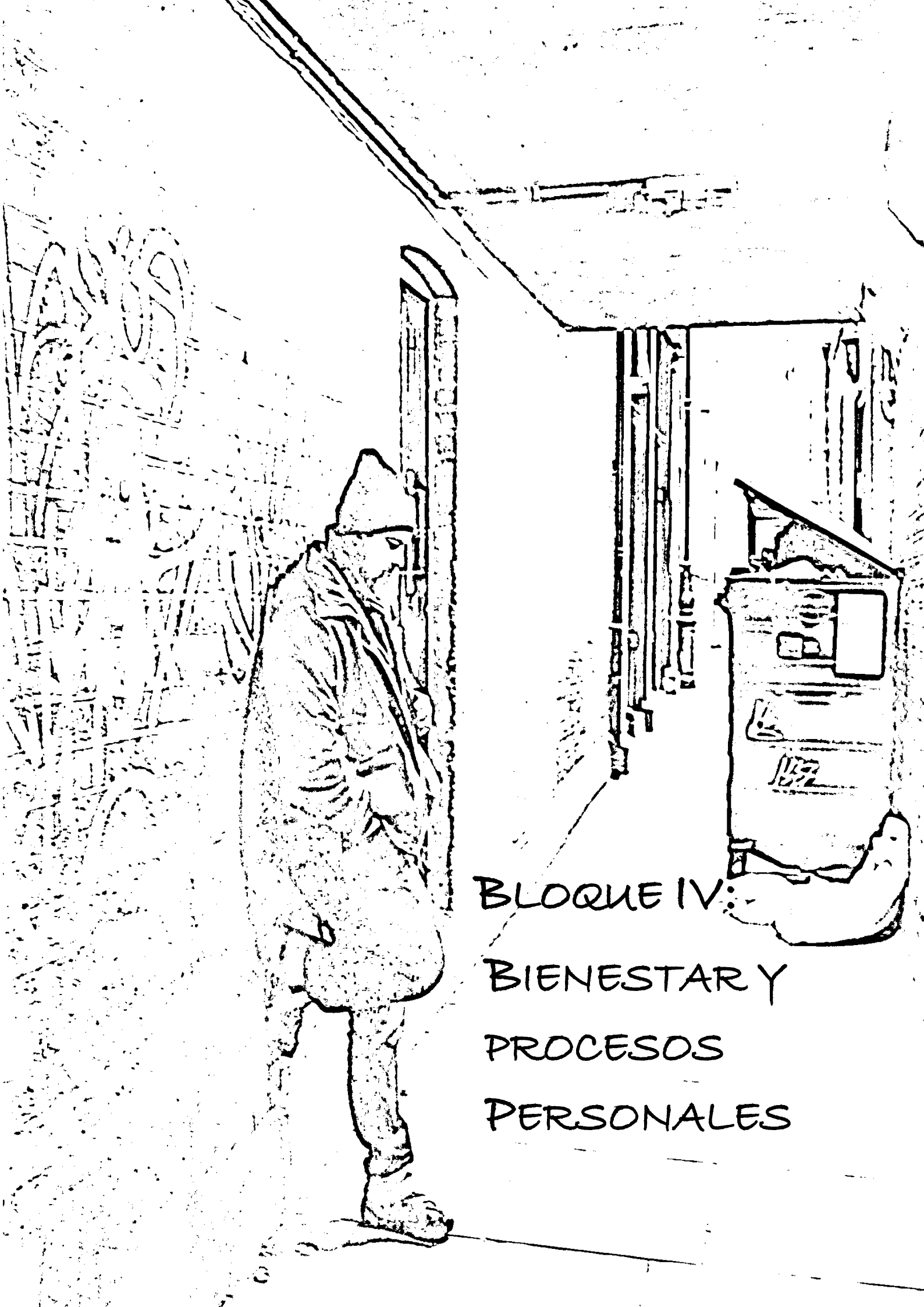
Conclusiones y Discusión

Los resultados presentados en este trabajo corroboran lo hallado en estudios previos (Muratori y Zubieta, 2010; Páez y Asún, 1994; Páez, 2004; Zubieta y Delfino, 2010; Zubieta, Muratori, y Mele, 2012). Respecto a la percepción de problemas sociales, los participantes señalan como principal preocupación la posibilidad de la vulneración de la propiedad privada (robo o hurto en la calle y en la morada). Por un lado, se observan buenos niveles en el bienestar general y bienestar social, sin embargo, la dimensión más deficitaria es la que se refiere a la confianza interpersonal, a poder sentir que los otros son honestos, amables y capaces, lo que impide a su vez, que se generen actitudes positivas hacia las personas. Comparado con una muestra de estudiantes universitarios chilenos del año 1997 (Bilbao et al., 2011), las medias son similares, solo existiendo ligeras diferencias en Integración y Aceptación Social, lo que muestra una estabilidad en los resultados de ambas muestras. Con respecto al clima emocional, la percepción de emociones positivas en el entorno social es baja y existe un predominio de enfado y desesperanza en el ambiente, no existiendo diferencias

significativas con la misma muestra de estudiantes universitarios de 1997 (Techio et al., 2011).

Respecto a la victimización, la mayoría de la muestra reconoce haber sido víctima de algún delito, siendo el robo en la calle, las amenazas y la agresión física los delitos más frecuentes, seguido de llamadas obscenas y víctimas de la fuerza pública. Si bien la victimización no afecta significativamente el bienestar de la persona, sí afecta a la percepción del clima emocional negativo. Respecto al miedo, se puede observar que disminuye el bienestar social, principalmente en las dimensiones de aceptación y coherencia social. Es decir, que a mayor miedo al delito, menos actitudes positivas y confianza en los otros, y no logran percibir esa «cualidad, organización y funcionamiento del mundo social, e incluye la preocupación por enterarse de lo que ocurre en el mundo» (Keyes, 1998, p. 123)

Lo interesante de estos hallazgos es que evidencian, en línea con lo planteado por Föhrig (2006), Kessler (2009), Koskela (2011) y Muratori y Zubieta (2013), que el miedo al delito se ha configurado como un problema en sí mismo, relativamente independiente del haber sido víctima de un delito o no. Por lo tanto, siendo un fenómeno que efectivamente constituye una amenaza al bienestar y a la calidad de vida de las personas, su medición y evaluación se vuelve una variable fundamental de estudio. Asimismo, cabe resaltar la importancia de interpretar los datos atendiendo a los distintos contextos socio-económicos más amplios donde se desarrollan los estudios dado que en este caso particular, lejos de observar consecuencias positivas y adaptativas como en estudios previos realizados en el continente europeo, en el contexto chileno el miedo al delito parece provocar consecuencias en el bienestar y en la percepción del clima emocional. Es por esta razón que es fundamental identificar e intervenir sobre los antecedentes del miedo al delito a fin de promover una mayor calidad de vida.



BLOQUE IV:
BIENESTAR Y
PROCESOS
PERSONALES

Capítulo 5. Cambio en creencias básicas y crecimiento post estrés: un estudio transversal sobre el mayor impacto de los hechos positivos sobre el bienestar

Este capítulo fue aprobado para su publicación como:
Bilbao, M., Páez, D., da Costa, S., y Martínez-Zelaya, G. (2013).
Cambio en creencias básicas y crecimiento post estrés: Un estudio transversal sobre el fuerte impacto de los hechos positivos sobre el bienestar.
Terapia Psicológica, 31(1), 127–139. doi: 10.4067/S0718-48082013000100012

Introducción

Los resultados de investigaciones realizadas sobre el impacto temporal de los hechos vitales (Bilbao, 2008; Suh, Diener, y Fujita, 1996) han mostrado que tanto los hechos positivos como negativos ocurridos hace tres meses o menos tienen una influencia significativa en la satisfacción con la vida, disminuyendo su impacto a los seis meses de ocurrido. Por otro lado, el impacto de los hechos negativos se relaciona más fuertemente con la afectividad negativa, aunque también disminuye la positiva. Lo anterior es particularmente cierto para sucesos negativos como la muerte de un ser querido, el divorcio y la pérdida del trabajo, siendo su impacto duradero en el tiempo a más de dos años (Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer, y Vohs, 2001). Los sucesos positivos que mayor fuerza mostraron en nuestros resultados fueron los de tipo afiliativo, los cuales reforzaron la afectividad positiva y la percepción de apoyo social, pero no disminuyeron el malestar psicológico (Bilbao, 2008).

La asimetría de mayor impacto de lo negativo sobre el bienestar hedónico y balanza de afectos

Estudios realizados señalan como regla que los hechos negativos tienen un impacto mayor y más duradero en las personas que los hechos positivos, a pesar de que éstos son más frecuentes (Baumeister et al., 2001). En el mismo sentido de la mayor influencia de lo negativo, varios estudios han encontrado que el buen contacto social se asocia más débilmente al bienestar, mientras que los conflictos de pareja y familiares provocan con mayor fuerza malestar (Baumeister et al., 2001).

Se han planteado distintos mecanismos que explicarían por qué “lo malo es más fuerte que lo bueno”. Los hechos negativos impactan más en la afectividad y el pensamiento de las personas, ya que generalmente son contrarios a sus expectativas e intenciones, además de ser menos frecuentes. En efecto, la frecuencia de hechos emocionales negativos es menor que la de los positivos (Baumeister et al., 2001).

Se ha visto que las personas reaccionamos más fuertemente, utilizando más recursos cognitivos, emocionales y fisiológicos, en respuesta a eventos negativos. Se piensa más en ellos, se busca más el explicarlos y afrontarlos, que los hechos positivos que implican la misma necesidad de reajuste, dejándonos además una huella más profunda y a más largo plazo – por ejemplo, los estudios sobre atribución de causalidad mostraban un mayor esfuerzo de explicación sobre los hechos negativos que los positivos (Mezulis et al., 2004). Estudios sobre episodios emocionales confirman que las personas despliegan mayores esfuerzos cognitivos ante hechos negativos que positivos (Corsini, 2004).

Se ha planteado que la predisposición a responder más rápida e intensamente a hechos negativos tiene una base evolutiva: el coste de perder oportunidades o recursos es menor que

el de no percibir amenazas, por lo que en el desarrollo de la especie se ha seleccionado como un rasgo adaptativo esta predisposición a lo negativo (Baumeister et al., 2001).

La asimetría de mayor impacto de lo positivo sobre el bienestar eudaimónico o psicológico-social

Por otro lado, algunos estudios han mostrado que los hechos positivos impactan más profundamente en la percepción de apoyo social subjetivo que los negativos (Bilbao, 2008) y que el impacto en las creencias sociales de los episodios emocionales positivos era mayor que la de los negativos (Corsini, 2004). Analizando la relación entre los hechos de cambio del año pasado con indicadores de bienestar hedónico (como la escala de Satisfacción con la vida de Diener) y eudaimónico (como la escala de Bienestar psicológico de Ryff y de Bienestar social de Keyes), Bilbao (2008) encontró que los hechos negativos se asocian a una menor satisfacción con la vida, menor felicidad y a menor bienestar eudaimónico. La correlación entre hechos negativos e indicador de balanza de afectos era de $r(873) = -.15$, similar aunque de signo inverso a la de hechos positivos, $r = .15$. En cambio, los hechos negativo se asociaban con menos fuerza al bienestar psicológico de Ryff, $r(873) = -.06$, que los hechos positivos, $r = .24$. Los análisis por dimensiones del bienestar psicológico mostraron que los hechos negativos cuestionan la *auto-aceptación* y el *control* personal de forma similar a como los positivos las refuerzan (r 's de $.13$). En cambio los hechos positivos apoyan más intensamente aspectos del bienestar psicológico, como el *crecimiento personal*, $r = .28$, *las relaciones positivas con otros* y el *sentido de la vida* (ambos r 's $.20$), mientras que los hechos negativos no se asociaban significativamente. Los hechos positivos se asociaban al bienestar social, $r(873) = .28$ mientras que los negativos no se asociaban (Bilbao, 2008). En lo referente a la dimensión de tener un propósito en la vida del bienestar eudaimónico, diversos estudios muestran que los estados de ánimo positivos pueden predisponer a la

persona a sentir que la vida tiene sentido, con mayor intensidad de la que la afectividad negativa socava el sentido (King, Hicks, Krull, y Del Gaiso, 2006).

Hechos de cambio negativo y crecimiento post-estrés, post trauma o florecimiento

Otro elemento que explicaría el bienestar sería que no solo los hechos positivos refuerzan la autoestima, las relaciones positivas con otros, y el sentido de la vida, sino que inclusive los hechos negativos extremos provocan crecimiento personal. Se ha estudiado el crecimiento post-estrés en relación a hechos negativos, demostrando frecuentemente que las personas mejoran su visión de sí mismos y de los otros después de hechos traumáticos. Los estudios muestran que si el 100% de los afectados por hechos traumáticos reporta efectos negativos de lo ocurrido, también un 30-70% de los afectados informan de efectos positivos (Vázquez y Páez, 2011). Si bien los hechos traumáticos pueden producir una visión negativa de sí mismo y del mundo, en ocasiones también pueden conllevar efectos positivos en el ámbito personal. Entre ellos se pueden plantear los siguientes: a) una sensación de crecimiento personal, aprender sobre las capacidades, habilidades y resistencia personal; b) aumentar la sabiduría y el conocimiento; c) mejorar el conocimiento sobre sí mismo y los otros; d) apreciar lo que se tiene y aprender las prioridades importantes en la vida, y e) crecimiento y desarrollo espiritual. En el mismo sentido, si un hecho de cambio vital negativo puede empeorar la visión del mundo y de los otros, también puede tener efectos positivos en las relaciones con los otros, como los siguientes: a) reunir y acercar a la familia, b) unir a la comunidad, haciéndolos sentirse más cerca; c) provocar una orientación más pro-social: ser más tolerante y compasivo con los otros, así como valorar el apoyo que estos ofrecen; y d) pensar que los otros pueden beneficiarse de tu experiencia. Los estudios transculturales en Asia, África, Medio Oriente y Latino-América han confirmado que en

general los cambios se organizan en dos dimensiones (v.g., cambios intra e interpersonales), o bien en tres dimensiones (v.g., descubrimiento de fortalezas y nuevas oportunidades personales, cambios interpersonales, y una tercera de crecimiento espiritual y cambio de filosofía de vida como, por ejemplo, valorar la vida y el presente, cambiar prioridades). Solo en países desarrollados individualistas, como Australia o de Europa Occidental, se encuentran las 5 dimensiones originales de Calhoun y Tedeschi, probablemente porque en estas culturas por su énfasis en la persona individual los sujetos diferencian más las facetas de crecimiento personal entre ellas y de lo interpersonal (Vázquez y Páez, 2011). Este proceso de crecimiento post-traumático se asocia, en parte, a la reconstrucción de una imagen positiva del Yo, de las relaciones con los otros y del mundo (Helgeson et al., 2006; Prati y Pietrantonio, 2009). No obstante, con respecto a las creencias básicas, no se centra tanto en la reconstrucción de una visión ordenada, justa, controlable, con sentido y benevolente en general del mundo, sino que se orienta a valorar los aspectos positivos de las reacciones del Yo, de los otros, así como a una flexibilización y adaptación de las creencias filosóficas generales. Podemos suponer que hechos de cambio extremos positivos también tendrán este efecto, ya que estas experiencias positivas ayudarán a ampliar recursos psicológicos y sociales (Fredrickson, 2009).

El impacto de los hechos positivos en las creencias básicas y crecimiento post cambio como mecanismo explicativo de la asociación asimétrica entre hechos de cambio positivo y bienestar psicológico

En síntesis, varios estudios matizan la asimetría de los eventos vitales, dado que la influencia de los hechos negativos del último año deprime más fuertemente el bienestar en sus dimensiones afectivas, así como la auto-aceptación y la sensación de control, mientras que esto no ocurre en los aspectos más sociales, ni del *sentido y propósito en la vida* del

bienestar, los cuales se ven fortalecidos por las vivencias positivas. También parece razonable que experiencias positivas extremas ayuden a otorgarle un sentido positivo a la vida.

El estudio que se presenta en este artículo examina cómo los hechos vitales afectan las Creencias Básicas sobre el mundo, uno mismo y los demás. Se ha postulado la existencia de un conjunto de creencias esenciales benevolentes o positivas que tenemos las personas sobre el mundo (que es justo, controlable, con sentido), sobre uno mismo (competentes y dignos de respeto) y sobre los otros (que podemos confiar en ellos). Estas creencias sociales, implícitas, se enraízan en la experiencia emocional y son persistentes (Janoff-Bulman, 1992). Particularmente, como una forma de explicar el impacto asimétrico de lo positivo sobre lo negativo en el bienestar eudaimónico, el primer objetivo es contrastar la hipótesis que los hechos positivos van a “inflar” o reforzar más las creencias positivas sobre uno mismo y el mundo, de lo que los hechos negativos las van a cuestionar. Un segundo objetivo es contrastar la hipótesis que los hechos de cambio extremo positivos generen crecimiento personal después del suceso de forma similar a los negativos. Esto plantea una relación curvilínea entre intensidad de la valencia del hecho y cambio: hechos medios producirán menos cambios que extremos positivos y negativos. En cambio, la hipótesis alternativa que solo los hechos negativos extremos provocan cambio postula una relación lineal: a mayor valencia negativa del suceso vital, más crecimiento post-estrés. Finalmente examinaremos la relación entre el cambio de creencias básicas que la situación de cambio vital provocó y las formas de crecimiento post-estrés. Varios modelos coinciden en que la alteración de estas creencias básicas son un motor para el crecimiento cambio post-estrés (Helgeson et al., 2006). Dado el carácter retrospectivo del estudio es imposible asegurar que el cambio de creencias antecedió al crecimiento personal, pero se puede pensar que un cambio negativo en creencias sobre sí mismo llevaría de forma compensatoria a descubrir fortalezas, nuevas

oportunidades o cambiar la filosofía de la vida. Otra alternativa es un proceso de cambio congruente: los cambios positivos sobre el yo y el mundo asociados a la situación de cambio vital se asociarán a percibir mejoras en el yo y el mundo.

Método

Participantes

Los participantes de este estudio fueron 304 estudiantes y sus familiares de la UPV, quienes respondieron una serie de escalas como parte de sus prácticas de cursos de Psicología. La muestra quedó constituida por 60.1% mujeres y 39.9% hombres, con un rango de edad entre 17 y 73 años ($M = 35.8$ años, $DT = 15.3$). El 31% de los participantes mencionó un hecho vital positivo mientras el 69% recordó un hecho negativo.

Instrumentos

La práctica del curso de Psicología incluía una amplia gama de escalas con las cuales se buscaba medir el efecto de los hechos de cambio en el Bienestar de las personas. La variable de clasificación de los sujetos en este estudio será el hecho de cambio vital elegido por el participante de los listados presentados, en los Hechos traumáticos de Norris y Lista de Hechos de Cambio.

Hechos Traumáticos de Norris (Norris, 1990; adaptada por Bilbao, 2008). La escala de Norris mide la experiencia de siete hechos traumáticos o extremos, amenazantes para la vida o la integridad, tales como un peligro inminente en su entorno; heridas o daños en sus bienes como causa de catástrofe natural o provocada; la muerte traumática (accidente, homicidio o suicidio) de alguien muy querido; un accidente de tráfico grave; haber sido obligado a tener algún tipo de relación sexual por medio de la fuerza o bajo amenaza; y que

alguien haya tomado algo suyo por la fuerza o bajo amenaza de daño, como en un robo o asalto. Las preguntas desarrolladas por Páez y colaboradores son una versión adaptada más amplia y se utilizaron en una muestra aleatoria, demostrándose su validez de contenido y comprensión.

Lista de Hechos de Cambio (Bilbao, 2008). Se construyó un listado ad-hoc para indagar sobre los hechos de cambio vividos a lo largo de la vida, que incluyó 20 hechos seleccionados de la escala de estresores de Holmes y Rahe (1967), del estudio de Headey y Wearing (1989) y el de Suh et al. (1996). Se les pidió a los participantes que indicaran si les ha sucedido el evento señalado o no, y el período de tiempo transcurrido desde que le ocurrió, pudiendo ser: menos de tres meses, tres a seis meses, seis meses a un año, un año a dos años, dos a tres años, tres a cuatro años, cinco o más años. La lista contiene siete hechos de cambio negativos (p. ej., ¿Murió algún familiar o amigo cercano?, ¿Le echaron del trabajo o tuvo un fracaso en los estudios?) y trece hechos de cambio positivos (p. ej., ¿Le promocionaron en su trabajo, o consiguió notas muy satisfactorias en sus estudios?, ¿Logró un nuevo amigo íntimo?). Luego, se les pidió que si podían señalar un hecho de todos los anteriores que les hubiese impactado profundamente en sus vidas, pudiendo decir que sí o no. A los que recordaron un suceso impactante, se les pidió que señalaran cuál había sido éste y con qué intensidad emocional lo habían vivido, de 1 muy negativo a 7 muy positivo. Se dividió esta variable para los análisis, primero, en negativo o positivo según la clasificación inicial propia del contenido del hecho y, posteriormente, en tres grupos dependiendo de la intensidad señalada en la escala, entre: Hecho Negativo (1 y 2), Neutro (3 a 5) y Positivo (6 y 7).

Las variables que se buscan estudiar dan cuenta del impacto en las creencias básicas que tuvo el hecho elegido y si se percibió crecimiento a raíz del mismo y son las que se describen a continuación.

Escala de Impacto en Creencias Básicas de Hechos Emocionales y Traumáticos de Corsini (Impact of Beliefs Questionnaire IBQ, Corsini, 2004; traducida y adaptada por Páez en Bilbao, 2008;). La escala de Corsini para evaluar el impacto de los eventos emocionales cotidianos en las creencias básicas de 15 ítems, se modificó (Bilbao, 2008) simplificándola a 12 ítems, seis de vulnerabilidad o disminución de creencias básicas positivas (negativos impares) y seis de invulnerabilidad aumento de creencias básicas positivas (positivos pares). Dos ítems representan cada una de las dimensiones siguientes: Visión del Yo digno y de respeto, Aumento de la motivación y eficacia, Visión del mundo social benevolente y de los otros, Integración social, Visión del mundo benevolente y Sentido del mundo (véase Tabla 1 para ítems). Las respuestas puntúan en una escala de tipo *Likert* con rango 1 (totalmente falso) a 7 (totalmente verdadero), y tiene una buena fiabilidad, presentando los ítems de vulnerabilidad un *alfa* de *Cronbach* de .86 y los de invulnerabilidad, de .87.

Crecimiento Después de Hecho Extremo (Post-Traumatic Growth Inventory) de Tedeschi y Calhoun (1996), versión corta de Bilbao (2008). Evalúa los cambios positivos percibidos por las personas ante un suceso impactante, los cuales serían el resultado de los procesos emocionales y cognitivos surgidos a raíz del enfrentar este hecho. Para este estudio se abrevió la original, quedando una escala de seis ítems de la escala original, y se agregó uno de participación política o social, de respuesta tipo *Likert* de rango 0= No he experimentado este cambio, a 5= He experimentado este cambio en un grado muy grande. Las dimensiones que evalúa son: *Apreciación de la vida, Nuevas posibilidades, Desarrollo espiritual, Relaciones con otros, Percepción positiva del Yo, Participación social*. La escala mostró una buena fiabilidad: *alfa* de *Cronbach* .80 (solo ítems Tedeschi y Calhoun) y de .79 (con el ítem de participación social). Todos los instrumentos están descritos en Páez, Beristain, González, Basabe y de Rivera (2011).

Procedimiento

Los participantes eligieron espontáneamente un suceso relevante de sus vidas que los había impactado personalmente. Este hecho debía luego ser clasificado en una escala respecto del grado que lo evaluaba positivo o negativo, desde su punto de vista personal. En los análisis del estudio se clasificaron estas respuestas en extremadamente positivas; neutras –como los sucesos evaluados ligeramente positivos o ligeramente negativos–; o extremadamente negativas; para así estudiar el impacto considerando las diferencias existentes dependiendo de la afectividad asociada al suceso de cambio vital. Posteriormente, pensando en este hecho elegido, respondieron a las escalas de Creencias Básicas y Crecimiento en función de cómo lo vivieron y afrontado en particular.

Análisis de datos

Se realizaron correlaciones con r de Pearson y se aplicaron ANOVAS para contrastar la relación lineal y curvilínea entre niveles de cambio negativos, intermedios y positivos con las variables de creencias y crecimiento–, estableciéndose como nivel de significación estadística $p < .05$, utilizando el paquete estadístico SPSS 15.0 para Windows.

Resultados

Las relaciones entre las variables de interés y las diferencias entre los participantes que vivieron el suceso elegido, divididos según la intensidad emocional señalada, se estudian con mayor detalle a lo largo del artículo. Los análisis realizados por sexo y edad no muestran diferencias significativas ni correlaciones particulares según la valencia del suceso vivido, por lo que no se reportan más adelante en los resultados. Los análisis descriptivos del impacto en las Creencias Básicas (IBQ), y el Crecimiento Psicológico, se presentan según la valencia del hecho elegido en la Tabla 1, divididos entre los que mencionaron un hecho

positivo y los de hecho negativo. Los grupos quedaron compuestos por un 29% ($N = 88$) de hechos positivos, un 10% ($N = 29$) de hechos neutros y un 61% ($N = 187$) de hechos negativos. Dentro de las personas que mencionaron estos últimos, los hechos negativos más mencionados fueron la muerte de un familiar o persona muy querida (35%), la enfermedad o accidente grave de una persona querida (13%) y el sufrir una separación o ruptura amorosa (12%). Los hechos positivos más frecuentemente elegidos fueron el iniciar una relación amorosa intensa y satisfactoria (21%) y el haber sido aceptado en un grupo social muy valorado (21%).

Las diferencias de medias observadas entre los que eligieron hechos positivos o negativos, evidencia lo hipotetizado sobre el efecto reforzador de las Creencias Básicas de los sucesos positivos y el menoscabo que ejercen en éstas los negativos. Sabiendo que en cada ítem el puntaje medio teórico del cambio o impacto en las Creencias Básicas sería de 4, en la escala de 1 a 7, podemos observar que las personas que reportan un hecho positivo muestran puntajes que expresan mayor cambio positivo en las creencias, que los del grupo de hechos negativos. Las personas que reportan un hecho negativo presentan en general puntajes en torno a 3–4, lo que implica que a pesar de lo vivido, el impacto generaría una imagen del Yo, del mundo social y del mundo en general solamente menos positiva y no un giro total hacia unas creencias básicas negativas.

Finalmente, la mayor diferencia relativa en los ítems de crecimiento se observa en el grupo que vivió un hecho negativo respecto del descubrir fortalezas personales y la percepción de apoyo social. Los participantes que señalan un hecho positivo, principalmente mencionan haber desarrollado nuevos intereses y cambiado sus prioridades en la vida.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos para hecho según valencia, ítems de escala Impact of Beliefs Questionnaire (IBQ), Afrontamiento y Crecimiento

	Hecho Positivo		Hecho Negativo	
	Media	DT	Media	DT
<i>Impacto en creencias básicas</i>				
1. Redujo la confianza que tenía en mí mismo/a	1.68	1.4	3.11	2.0
2. Me hizo sentir muy capaz	5.86	1.5	3.11	1.8
3. Me hizo perder la confianza en los otros, en la gente	1.80	1.4	3.16	2.1
4. Me hizo ver a las personas de forma más positiva	4.92	1.6	3.45	1.8
5. Me hizo perder confianza en la vida	1.69	1.3	3.80	1.9
6. Hizo que viera al mundo de forma más optimista	5.68	1.5	2.58	1.6
7. Hizo que la vida no tuviera más sentido para mí	1.45	1.2	3.00	1.8
8. Me hizo ver más claro el sentido de la vida	5.13	1.8	3.86	2.0
9. Me sentí muy distante de la gente, me sentí como abandonado a mí mismo	1.67	1.4	3.16	2.1
10. Me sentí capaz de hablar y compartir con mucha gente	5.26	1.6	3.70	1.9
11. Me sentí descorazonado, desmoralizado	1.80	1.6	5.09	1.9
12. Me sentí motivado y lleno de alegría	6.22	1.3	2.13	1.3
<i>Crecimiento</i>				
13. He cambiado mis prioridades sobre lo que es importante en la vida.	2.98	1.5	2.86	1.6
14. He desarrollado nuevos intereses.	3.28	1.3	2.46	1.6
15. Tengo una mejor comprensión de algunas cuestiones espirituales.	1.99	1.7	1.65	1.8
16. Veo de una manera más clara que puedo contar con la gente en momentos de crisis.	2.56	1.7	3.03	1.6
17. Tengo un mayor sentimiento de cercanía hacia los demás.	2.73	1.6	2.73	1.5
18. Descubrí que era más fuerte de lo que en realidad pensaba.	2.79	1.8	3.19	1.6
19. He reforzado mi participación social o política, relacionados con el suceso.	1.32	1.5	.81	1.3

Nota. Rango escalas: Cambio en Creencias 1= falso 7= verdadero; Crecimiento de 0= nada a 5= muchísimo

Hechos de cambio y su impacto en las creencias básicas

La Tabla 2 muestra las diferencias entre los grupos respecto al impacto en las creencias básicas del suceso vivido. Al ser las varianzas desiguales, se han usado pruebas post-hoc de T2 de Tamhane, con las que se observaron diferencias significativas en una relación lineal entre todos los grupos para todas las dimensiones de Creencias Básicas, menos en *integración social*, en la cual las medias del grupo con experiencia negativa no se diferencian de las con experiencia neutra.

Tabla 2. Descriptivos diferencias de medias en dimensiones de Impact of Beliefs Questionnaire (IBQ) por valencia del hecho

	Hecho reportado	N	M	D.T.	F	sig.
Visión del Yo digno	Hecho negativo	175	8.0	3.1	66.811 ^{a, b, c}	.000
	Hecho neutro	27	9.2	2.3		
	Hecho positivo	87	12.2	2.3		
	Total	289	9.4	3.4		
Motivación y Eficacia Personal	Hecho negativo	175	4.9	2.7	244.167 ^{a, b, c}	.000
	Hecho neutro	27	7.1	2.9		
	Hecho positivo	87	12.6	2.6		
	Total	289	7.4	4.4		
Visión de Mundo Social Benevolente	Hecho negativo	175	8.2	3.1	31.801 ^{a, b, c}	.000
	Hecho neutro	27	9.6	2.3		
	Hecho positivo	87	11.2	2.6		
	Total	289	9.2	3.2		
Integración Social	Hecho negativo	175	8.5	3.1	35.171 ^{a, b}	.000
	Hecho neutro	27	9.3	2.4		
	Hecho positivo	87	11.7	2.5		
	Total	289	9.5	3.2		
Visión de Mundo Benevolente	Hecho negativo	175	6.6	2.9	123.738 ^{a, b, c}	.000
	Hecho neutro	27	8.5	2.4		
	Hecho positivo	87	12.2	2.4		
	Total	289	8.5	3.7		
Sentido del Mundo	Hecho negativo	175	8.8	2.8	40.514 ^{a, b, c}	.000
	Hecho neutro	27	10.4	2.4		
	Hecho positivo	87	11.8	2.2		
	Total	289	9.8	2.9		

Nota. Diferencia de medias hechos negativos versus neutros versus positivos pruebas post-hoc de T2 de Tamhane. Escala IBQ respuestas por dimensiones de rango de impacto: (2) negativo a (14) positivo. Se han invertido los ítems impares de forma 1=verdadero ha cuestionado creencias, 7= falso ha cuestionado las creencias. A mayor puntuación, mas cambio positivo. Rango 2-14, media teórica 8.

^a: diferencia de medias significativa de hechos positivos versus hechos neutros.

^b: diferencias de medias significativas de hechos positivos versus negativos.

^c: diferencias de medias significativas de hechos neutros versus negativos.

Se constata un efecto asimétrico positivo: los hechos negativos no influyen tanto hacia lo negativo de las creencias básicas, como el vivir hechos positivos impacta las dimensiones de las creencias básicas, reforzándolas más claramente. También hay que destacar que los hechos negativos cuestionan la *motivación* y *eficacia* del Yo, con una media inferior a la teórica (2,5 frente a 4), así como la visión del *mundo benevolente* (3,3). En el resto de dimensiones la media se sitúa en la media teórica o ligeramente por encima de ella, es decir, las personas perciben que los hechos negativos extremos si bien no refuerzan las creencias tampoco las cuestionan.

Hechos de cambio y crecimiento personal

Los resultados con respecto al cambio medio en general muestran que las personas que habían contestado sobre hechos extremos informaron haber experimentado en grado moderado un cambio en la *Apreciación de la vida*, y cambios en las *Relaciones con otros* y mostraron el mayor cambio en *Percepción positiva del Yo*. Señalaron también haber experimentado un pequeño a moderado cambio respecto de *Nuevas Posibilidades*. Igualmente, manifestaron haber experimentado en pequeña medida un *Desarrollo espiritual y aumento de Participación social*.

A continuación se contrasta la existencia de una relación lineal según el carácter emocional del suceso, negativo, neutro y positivo, en la que los hechos negativos extremos producirían mayor cambio, los medios menor cambio y los positivos nada. El ANOVA indica si la prueba de significación y el tamaño del efecto es mayor para una relación lineal o para una desviación de la linealidad – en este caso debido a la existencia de tres niveles esto indica curvilienalidad. Esta relación lineal se confirmó para las *relaciones con otros*, la *percepción positiva del Yo* y para *participación social*, siendo las diferencias en esta relación lineal significativas entre los hechos negativos y los positivos (Ver Tabla 3). En cambio, para *nuevas posibilidades* y cambios en la *apreciación de la vida*, los hechos extremos negativos o positivos producían mayor cambio que los intermedios.

Tabla 3. Descriptivos de diferencia de medias en crecimiento según hecho reportado.

Crecimiento ⁽¹⁾	Hecho reportado	N	M	D.T.	Dif. M (I-J)	F
<i>Apreciación de la vida</i> 1. He cambiado mis prioridades sobre lo que es importante en la vida.	<i>Negativo</i>	186	2.96	1.64	.690 ^a	2.212* Relación no-lineal
	<i>Neutro</i>	29	2.34	1.50		
	<i>Positivo</i>	85	3.04	1.48		
	Total	300	2.92	1.59		
<i>Nuevas Posibilidades</i> 2. He desarrollado nuevos intereses.	<i>Negativo</i>	184	2.52	1.62	1.050 ^a	9.646*** Relación no-lineal
	<i>Neutro</i>	29	2.28	1.51		
	<i>Positivo</i>	86	3.33	1.32		
	Total	299	2.70	1.57		
<i>Desarrollo espiritual</i> 3. Tengo una mejor comprensión de algunas cuestiones espirituales.	<i>Negativo</i>	185	1.79	1.78		1.164 <i>n.s.</i>
	<i>Neutro</i>	29	1.38	1.68		
	<i>Positivo</i>	86	1.95	1.72		
	Total	300	1.76	1.76		
<i>Relaciones con otros</i> 4. Veo de una manera más clara que puedo contar con la gente en momentos de crisis.	<i>Negativo</i>	186	3.09	1.53	-.545 ^b	3.490* Relación lineal
	<i>Neutro</i>	29	2.83	1.51		
	<i>Positivo</i>	86	2.55	1.73		
	Total	301	2.91	1.61		
<i>Relaciones con otros</i> 5. Tengo un mayor sentimiento de cercanía hacia los demás.	<i>Negativo</i>	184	2.81	1.52		.064 <i>n.s.</i>
	<i>Neutro</i>	29	2.76	1.33		
	<i>Positivo</i>	85	2.74	1.66		
	Total	298	2.79	1.54		
<i>Percepción positiva del Yo</i> 6. Descubrí que era más fuerte de lo que en realidad pensaba.	<i>Negativo</i>	185	3.26	1.59	-.495 ^b	2.626* Relación Lineal
	<i>Neutro</i>	29	2.97	1.78		
	<i>Positivo</i>	85	2.76	1.82		
	Total	299	3.09	1.69		
<i>Participación social</i> 7. He reforzado mi participación social o política... relacionada con el suceso.	<i>Negativo</i>	185	.85	1.41	.477 ^b	3.771** Relación Lineal
	<i>Neutro</i>	29	.76	1.12		
	<i>Positivo</i>	86	1.33	1.48		
	Total	300	.98	1.42		

Nota. Rango de respuesta 0 'no cambió' a 5 'muchísimo cambio'.

ANOVAs con diferencias significativas a nivel *** $p < .001$.; ** $p < .01$.; * $p < .05$.

^a: diferencia de medias significativa de hechos positivos versus hechos neutros.

^b: diferencias de medias significativas de hechos positivos versus negativos.

n.s.: no significativo

Esta relación curvilínea sugiere que estos cambios se asocian a hechos de cambio vital y no necesariamente a hechos traumáticos o estresantes, estudiados clásicamente. Para el cambio de apreciación de la vida se daba una relación de impacto similar, mientras que los hechos positivos refuerzan más el cambio de orientación en la vida hacia nuevas

posibilidades, así como refuerzan y aumentan la participación social. Finalmente, las formas de crecimiento psicológico de *desarrollo espiritual* y de la *relación con otros* respecto de mayor cercanía, se dieron de forma muy limitada y no mostraron diferencias entre hechos extremos negativos, positivos y medios.

Cambio en creencias básicas y crecimiento personal

Con respecto a la relación entre cambio en creencias básicas y el *crecimiento personal* como fruto del suceso vital de cambio, utilizando la sumatoria de los ítems de Crecimiento Post-Traumático, se observa en la tabla 4 que en la muestra total la asociación es estadísticamente significativa para las dimensiones de creencias básicas del *mundo social benevolente* ($r = .15$) y tendencialmente para la dimensión de *integración social* ($r = .09$). Destaca la asociación en las personas con una vivencia neutra y positiva con la visión de un *mundo social benevolente* ($r = .72$; $r = .29$, respectivamente), de un *mundo con sentido* ($r = .57$, $r = .24$, respectivamente) y de *integración social* ($r = .37$, $r = .23$, respectivamente). Las personas que recordaron un hecho marcadamente negativo no presentan para ninguna dimensión de cambio de las creencias básicas una asociación significativa con crecimiento post-estrés. Las modificaciones en las creencias básicas no se asocian -en caso de un evento negativo intenso- a percibir beneficios en el crecimiento personal como resultado de un evento traumático.

Tabla 4. Correlaciones de Pearson entre dimensiones de Impact of Beliefs Questionnaire (IBQ) y crecimiento psicológico

		Yo digno	Motiv. y Eficacia	Mdo. Soc. Benevol.	Integra- ción Social	Mundo Benevol.	Sentido del Mundo
Crecimiento (sumatoria total)	negativo	-.10 [†]	-.05	.08	.04	-.09	-.11 [†]
	neutro	.30 [†]	.00	.72 ^{***}	.37 [*]	.16	.57 ^{***}
	positivo	.14	.08	.29 ^{**}	.23 ^{**}	.14	.24 ^{**}
	todos	-.02	-.03	.15 ^{**}	.09 [†]	-.02	.02

Nota. * Correlación significativa al nivel $p < .05$ (unilateral); ** a nivel $p < .01$.; *** a nivel $p < .001$.

[†] Significación tendencial a nivel. $p < .10$. Análisis con (a) $n = 185$, (b) $n = 29$, (c) $n = 86$, (d) $n = 295$.

Hechos traumáticos, creencias básicas, y crecimiento personal

Finalmente, quisimos examinar la sensibilidad de la escala de creencias básicas, es decir, su capacidad de detectar cuestionamiento de creencias ante hechos claramente traumáticos. De los hechos extremos del listado de Norris, treinta y seis participantes eligieron uno de estos sucesos como el más impactante de su vida. Luego de agruparlos temáticamente, los que destacan son: “Estuvo implicado en algún accidente de tráfico grave con heridos” (25%, $n= 9$); “Alguien le robo o amenazó con hacerlo o vio como le robaban a otra persona a mano armada” (22.2%, $n= 8$); “Fue maltratado por algún policía u otra autoridad pública” (17%, $n= 6$); o “Le ha obligado alguien a tener algún tipo de relación sexual por medio de la fuerza o por una amenaza de agresión” (14%, $n= 5$). Sus puntajes medios son particularmente bajos comparados con las medias de los participantes que eligieron otro hecho negativo; particularmente se observa una vulneración de las creencias básicas sobre el *mundo social benevolente* ($F_{(1,207)}= 5.838, p = .017$). La Tabla 5 muestra las medias para cada tipo de hecho extremo. Dentro de las personas que eligieron un hecho extremo, se aprecian diferencias significativas entre los distintos hechos en creencias básicas de la visión del *Yo digno* y de respeto ($F_{(4,24)}= 3.414, p < .05$); en visión del *mundo social benevolente* ($F_{(4,24)}= 4.178, p = .01$); en la Integración social ($F_{(4,24)}= 4.052, p = .011$); y en la *motivación y eficacia* personal ($F_{(4,24)}= 3.916, p = .013$). En la tabla se pueden observar las medias de los participantes, destacándose las víctimas de abuso sexual con las medias más bajas en todas las dimensiones, es decir, con el mayor impacto en las creencias básicas posterior a este suceso.

Tabla 5. Diferencia de medias en *Impact of Beliefs Questionnaire (IBQ)* por hecho extremo vivido.

	Robo o asalto	Maltrato policial	Abuso sexual	Accidente grave	Otro
	<i>M</i>	<i>M</i>	<i>M</i>	<i>M</i>	<i>M</i>
Yo Digno y de Respeto	10.2 ^a	8.0 ^{a, c}	3.2 ^b	6.3 ^c	8.2 ^{a, c}
Mundo Social Benevolente	9.5 ^a	7.5 ^{a, c}	3.2 ^{b, c}	8.0 ^{a, c}	5.9 ^c
Mundo Benevolente	9.0	6.2	5.3	6.8	7.6
Sentido del Mundo	9.5	8.8	6.5	10.2	9.7
Integración Social	10.7 ^a	10.3 ^a	4.8 ^b	8.0	8.6 ^a
Motivación y Eficacia personal	8.2 ^a	4.5 ^{b, c}	4.7 ^b	3.3 ^{b, c}	7.3 ^{a, b}

Nota. Letra señala grupos diferentes con prueba diferencia de medias post-hoc, significativa $p < .05$. Rango 2-14, media teórica 8.

Discusión

El impacto de hechos de cambio extremos en las creencias básicas: la asimetría en favor de lo positivo en el cambio de creencias básicas sobre el yo y el mundo

Nuestro estudio examinó el impacto de hechos negativos y positivos de cambio extremo en las creencias básicas situacionales sobre la benevolencia del mundo en general, en la bondad del mundo social y en la buena imagen del Yo, de ser un individuo capaz de controlar el medio y ser una persona digna. Dos tercios de los hechos extremos fueron negativos, esencialmente muertes o enfermedades de familiares de amigos; un 20% positivo, como inicios de nuevas relaciones íntimas y en ambos casos habían ocurrido hacía dos-cuatro años. Alrededor del 6% reportó hechos de valencia media, es decir, ligeramente positivos, neutro o ligeramente negativos.

Los trabajos sobre las Creencias Básicas han planteado que las experiencias diarias que podrían minarlas generalmente no son lo suficientemente impactantes como para provocar cambios duraderos en ellas (Janoff-Bulman, 1992). Estos sucesos que cuestionan nuestras creencias serían meros ‘casos que confirman la regla’, pudiendo de manera aislada hasta reforzar nuestro sesgo positivo de la vida. Sin embargo, se ha demostrado que las experiencias emocionales cotidianas, no sólo los eventos traumáticos, pueden también

remover nuestras creencias sobre el mundo, la gente y nosotros mismos, al menos en un periodo corto de tiempo (Corsini, 2004). Por otro lado, estos cambios en los esquemas cognitivo-emocionales sobre el mundo, los demás y el sí-mismo, es decir, nuestras creencias básicas, estarían asociados a la posibilidad de obtener beneficios a través de crecimiento personal e interpersonal como resultado de enfrentar estos eventos de cambio. En este estudio se ha buscado averiguar en qué medida estos procesos cognitivo-emocionales se relacionan entre sí.

Los resultados obtenidos muestran que sólo un tercio de los participantes recuerdan como el hecho más impactante de sus vidas un suceso positivo, mientras dos tercios mencionan uno negativo, confirmándose nuevamente que ‘lo malo es más fuerte que lo bueno’ (Baumeister et al., 2001). En todos los ítems de cambio en creencias básicas de vulnerabilidad, es decir, de disminución de creencias positivas sobre yo y el mundo, las personas que señalaron el hecho negativo mostraron medias más altas, aunque sólo llegaran a niveles medios, es decir reducen la apreciación positiva de sus creencias básicas y no las cambian a totalmente negativas. Estas personas revelaron un cambio significativo en sus creencias básicas, destacando el cuestionamiento de la dimensión de un Yo motivado y eficaz.

Ahora bien, en el caso de personas que vivieron hechos traumáticos, las medias muestran un cambio negativo mayor e importante, lo que confirma la sensibilidad de la escala y su validez.

Por otro lado, las personas que recordaron un hecho positivo muestran claramente que estas dimensiones se vieron reforzadas positivamente tras el hecho. Por lo tanto, tal como se muestra en otros estudios sobre creencias básicas, los hechos vividos emocionalmente como extremos –aunque no sean negativos– impactan estas creencias básicas. Esto confirma las hipótesis planteadas y son coherentes con los resultados encontrados en los estudios de King

et al. (2006) sobre el papel central de la afectividad positiva para aumentar el sentido de la vida. Los resultados son muy relevantes, ya que confirman que los hechos positivos se asocian más fuertemente al bienestar eudaimónico, porque estos refuerzan más las creencias básicas de lo que las negativas las cuestionan. Es decir, el bienestar no se mantiene solo porque haya más hechos positivos que negativos que lo mantienen, sino porque también la mayor frecuencia de hechos positivos provoca que las creencias sociales se vean más frecuentemente reforzadas que neutralizadas por los hechos negativos – que además de ser menos frecuentes, socavan menos dichas creencias.

Varios procesos explicarían esta asimetría vinculados a cómo se analiza, recuerda y comunica la información de los eventos acaecidos:

Primero, la información positiva es mejor analizada y se mantiene a más largo plazo, debido no solo a que es menos amenazante y refuerza el bienestar, sino porque la información positiva es más simple y sencilla de comprender (Unkelbach, Fiedler, Bayer, Stegmüller, y Danner, 2008).

Segundo, existe una tendencia de las personas a recordar a largo plazo una mayor proporción de acontecimientos positivos que de negativos, y de reinterpretar los sucesos negativos para que así sean de carácter menos negativos, llegando a ser neutros o incluso positivos (Taylor, 1991). Un ejemplo de esto es que los sujetos recuerdan los hechos positivos (relacionados con el orgullo) de mejor forma que los negativos (relacionados con la vergüenza). Además esta tendencia fue más fuerte en sujetos con alta autoestima (D'Argembeau y Van der Linden, 2008). Esto se debe no sólo al hecho que los acontecimientos de vida positivos tienden a superar en número a los acontecimientos negativos, sino también a que la intensidad del recuerdo de estos acontecimientos positivos en la memoria se desvanece más lentamente. Esta diferencia en el desvanecimiento da a las

personas una sensación positiva al recordar sus acontecimientos vitales (Walker, Skowronski, y Thompson, 2003).

Tercero, también hay una superioridad de lo positivo en la comunicación. Esta se refleja en el lenguaje y su estructura: las palabras positivas se utilizan con mayor frecuencia que las negativas (al menos en las sociedades occidentales), y éstas son más básicas o primarias y representan de mejor forma la totalidad del concepto o dimensión (es decir, “feliz” es más utilizada, más simple y representa toda la dimensión de valencia hedónica, aunque “descontento” es secundaria, más compleja y está solamente para una parte de la dimensión (Matlin y Stang, 1978).

Además, generalmente, la información negativa se minimiza o reconstruye en la comunicación interpersonal (Taylor, 1991). Estas tendencias psicológicas suelen ser más fuertes en los rituales, monumentos y otros productos culturales: lo que es negativo para el grupo social rara vez se conmemora y lo que se recuerda son hechos que glorifican al grupo como héroes o mártires (Pennebaker, Páez, y Rimé, 1997). Podemos concluir que los sesgos que afectan a la memoria personal y social son mecanismos psicológicos utilizados para mantener una auto-imagen positiva, y explicar a largo plazo, el impacto asimétrico de los acontecimientos positivos en el bienestar eudaimónico.

Hechos de cambio y formas de crecimiento post-estrés o posterior al suceso

Se ha planteado que el efecto de estos sucesos vitales puede generar desarrollo personal e interpersonal. Los resultados muestran que el crecimiento después de hechos de cambio vital es relativamente frecuente, al igual que ocurre con hechos estresantes y/o traumáticos, y que son coherentes con las creencias básicas que se deben reconstruir, así como con las tareas que se deben cumplir para asimilar experiencias emocionales positivas. Esto es congruente con los estudios de crecimiento post-traumático (Helgeson et al., 2006).

Los resultados con respecto al cambio medio en general muestran que las personas que habían contestado sobre hechos extremos informaron haber experimentado en grado moderado un cambio en la *Apreciación de la vida*, y cambios en las *Relaciones con otros* y mostraron el mayor cambio en *Percepción positiva del Yo*. Señalaron también haber experimentado un pequeño a moderado cambio respecto de *Nuevas Posibilidades*. Igualmente, manifestaron haber experimentado en pequeña medida un aumento de la *Participación Social* y del *Desarrollo Espiritual*.

La hipótesis de una relación lineal entre valencia negativa y crecimiento post-estrés se ve parcialmente apoyada, ya que son los hechos más negativos los que producen la posibilidad de descubrir fortalezas personales y valorar el apoyo de los otros con mayor intensidad que los hechos medios y positivos (Tedeschi y Calhoun, 1996).

Sin embargo, se encontró una relación curvilínea para el desarrollo de nuevas posibilidades y cambio de prioridades en la vida, que se asociaban tanto a hechos positivos como negativos extremos. Esto sugiere que hechos de cambio del signo que sea, comparten mecanismos comunes y producen reajustes cognitivos y motivacionales, cambiando las metas, fines y reorientación de conducta. Lo específico del crecimiento post-trauma o post-estrés, sería entonces el mejorar la imagen del Yo en base a descubrir fortalezas, así como en mejorar la capacidad de recibir y valorar el apoyo social. Además, los hechos positivos se asocian más fuertemente que los negativos al cambio de orientación en la vida hacia nuevas posibilidades y al aumento de la participación social. Esto es coherente con la idea que las experiencias emocionales positivas aumentan los recursos psicológicos y sociales (Fredrickson, 2009), aunque hay que destacar que los hechos negativos también se asocian a estas formas de crecimiento.

Cambio creencias básicas y formas de crecimiento post-estrés

Finalmente, se confirmó que predominaba un proceso de congruencia: los cambios positivos en las creencias básicas sobre el yo y el mundo vinculados a la situación de cambio vital se asociaron a percibir crecimiento personal. Esto ocurría además cuando los hechos eran neutros y positivos (en particular sobre el mundo social y en menor medida sobre el sentido del mundo). Los cambios en las creencias básicas provocados por la situación de cambio vital en el caso de hechos negativos no se asociaron a crecimiento post-estrés. Globalmente, los resultados no confirman que un cuestionamiento de las creencias sirva de motor para el crecimiento post-estrés (aunque véase más abajo).

Hay que señalar que este estudio tiene una serie de limitaciones importantes de considerar. La muestra es de estudiantes y conocidos de estos. Un estudio con muestra representativa encontró que el impacto positivo en las creencias básicas se asociaba al crecimiento personal posterior al suceso de forma congruente: a más cambio negativo, menor crecimiento y viceversa. El que los datos sean retrospectivos y no se incluyera alguna instrucción o estímulo que aumentara la saliencia del suceso vivido, hace más probable que haya mayor sesgo de memoria. Además, al ser datos transversales no hay certeza de que las relaciones entre suceso—cambio—crecimiento y bienestar actual se estén presentando en ese orden en la realidad. Por lo tanto, sería muy importante realizar estudios longitudinales, para poder contrastar en particular la relación entre cuestionamiento de creencias y cambios.

Conclusión

Los hallazgos de este estudio confirman lo que la Psicología Positiva ha querido desarrollar en estos últimos años: las personas tenemos grandes recursos personales y sociales para superar las dificultades, disfrutar de las alegrías y para ser felices. Los seres humanos podemos encontrar fortalezas, reinterpretar positivamente las dificultades y

apoyarnos en los demás. Al conocer distintos mecanismos que participan en este proceso de afrontamiento y crecimiento psicológico, dependiendo de la intensidad emocional y la naturaleza misma de los hechos vitales, se pueden desarrollar programas sociales o intervenciones clínicas específicas que fomenten el bienestar, yendo más allá de los existentes actuales (Argyle, 1987; Lyubomirsky, 2008; Seligman, Steen, Park, y Peterson, 2005).

**Capítulo 6. Good is stronger than bad for
eudaimonic well-being: positive life events are
related to strong perceived changes in basic
beliefs and personal growth than negative ones**

Este capítulo está bajo revisión como:
Martínez-Zelaya, G., Páez, D., Bilbao, M., y da Costa, S.(2016).
Good is stronger than bad: positive life events
are stronger perceived changes in beliefs and growth. *Emotion*

Introduction

The theoretical and empirical association between negative life events, including traumatic, with changes in assumptive world or basic beliefs is firstly reviewed, as an instance of the “negative is stronger than positive effect” on psychological outcomes. However, this effect is at odds with the fact that a large majority, leaving extreme crises aside, report satisfactory wellbeing. Second, it is reviewed the evidence and arguments which suggest the opposite, or that positive life events and related emotions are not only more frequent, but they have stronger long-term effects on well-being (i.e. eudaimonic and purpose of life) than negatives ones. Third, post-stress and post-traumatic growth (PTG) is described as a complementary process explaining why people report satisfactory wellbeing in the long term, i.e. even negative events could induce positive changes. In post-stress traumatic growth, negative changes in basic beliefs or assumptive worlds are supposed to play an explanatory role, and evidence related to this point is reviewed. Evidence showing

that not only negative, but also positive life events are associated with changes in basic beliefs is reviewed, and it is argued that positive life events provoke similar or higher personal growth than negative ones, in part because positive events reinforce changes in basic beliefs to a greater extent than the erosion caused by negative events. The general link between the improvement of basic beliefs and growth is discussed as an alternative to the association between the shattering of basic belief and growth – which is specific to models of PTG.

Research suggests that, as a rule, negative events have a stronger and more durable impact on attention, judgement and affect than positive events, despite the fact that the latter are more common (Baumeister et al., 2001). Different mechanisms have been proposed to explain why “the bad is stronger than the good”. Negative events have more impact on people’s affectivity and thoughts, since these are generally contrary to their expectations and intentions, as well as being less frequent. Indeed, the frequency of negative emotional events is lower than the frequency of positive emotional events (Baumeister et al., 2001). It has been observed that people react more strongly, using more cognitive, emotional and physiological resources, in response to negative events (Taylor, 1991). People think more about them and make more effort to explain and deal with them than they do for positive events, even though they might involve the same need for readjustment. For example, studies of causal attribution showed greater efforts to explain negative events in comparison to positive ones (Mezulis et al., 2004). Studies on emotional episodes support that people deploy greater cognitive efforts when facing negative rather than positive events (Corsini, 2004). It has been proposed that the predisposition to respond more rapidly and intensely to negative events has an evolutionary basis: the cost of losing opportunities or resources is less than failing to perceive threats; therefore, in the development of the species this predisposition towards the negative has been selected as an adaptive trait (Baumeister et al., 2001).

However, as Taylor (1991) proposes, negatively loaded events have a strong short-term impact, but are minimized in the long term. Even traumatic events did not have an homogenous negative impact in basic assumptions or beliefs. Regarding the impact of traumatic events on basic beliefs, comparisons have shown that subjects traumatized show more negative basic beliefs only in some dimensions than not traumatized subjects, and only four of six traumatic events were associated to more negative basic beliefs (Janoff-Bulman, 1989). The reliability and structural validity of the scales of basic beliefs like Janoff-Bulman has been also criticized (Kaler et al., 2008). However, studies using other scales also show that only half of trauma have an effect and only in some dimensions (Catlin & Epstein, 1992). When some dimensions of beliefs are modified, basic belief did not become completely negative, but usually are less positive (Foa, Ehlers, Clark, Tolin, & Orsillo, 1999). Finally, only the subjects suffering from post traumatic stress disorder report less positive basic beliefs - and only a third of the subjects exposed to potentially traumatic events suffer PTSD (Foa et al., 1999). Overall, the results suggest that traumatic events have a limited impact on basic beliefs.

Not only the impact of negative extreme events on basic beliefs are limited, but also it was found that, the impact of positive emotional episodes on basic beliefs was greater than the impact of negative episodes (Corsini, 2004). Another study found that negative events were more weakly associated with Ryff's eudaimonic wellbeing (Keyes et al., 2002; Ryff & Keyes, 1995; Ryff, 1989), $r(873) = -.06$, than positive events, $r = .24$ (Bilbao et al., 2013). Similarly, regarding the "purpose in life" dimension of eudemonic wellbeing, six studies show that positive mood states reinforce the attribution of meaning to life more than negative affect undermines the perception of such meaning (King et al., 2006).

Another element explaining long-term minimization of negative events effects would be that even extreme negative events might stimulate personal growth. Studies on post-stress

growth compared to negative events have shown that 30-70% of people improve their vision of self and others after traumatic events (Cho & Park, 2013). Traumatic events can bring positive effects such as a feeling of personal growth, learning about one's capacities and personal strength; discovering new opportunities, appreciating what one has and learning about life's priorities; spiritual growth and development, being more tolerant and compassionate with others, and valuing the support they offer; and thinking that others can benefit from your experience, as cross-cultural studies have supported (Vázquez & Páez, 2011). This process of PTG is associated with the reconstruction of changes in the basic beliefs of the self, world and others, and it is also referred to as *assumptive world* beliefs that people share about the world (just, controllable and meaningful), about the self (competent and worthy of respect), and about the others (Helgeson et al., 2006; Janoff-Bulman, 1992; Prati & Pietrantonio, 2009). Calhoun and Tedeschi's model of PTG (Cann et al., 2011) posits a positive relationship between the extension of change of basic beliefs and growth. Two cross-sectional studies showed that a significant disruption of beliefs is associated with high post-traumatic growth, and two longitudinal studies found that the change in basic beliefs predicts PTG, controlling the stress level (Cann, Calhoun, Tedeschi, Kilmer, et al., 2010). However, other studies that measured changes in beliefs about the world as conducive to growth have not supported this theory (Park & Fenster, 2004). Finally, another study differentiates positive negative changes in basic beliefs, and shows that negative changes in basic beliefs caused by traumatic events were associated with traumatic symptoms as well as with post-traumatic growth, but the positive changes were only related to the growth (García, Jaramillo, Martínez, Valenzuela, & Cova, 2014).

On the other hand, trauma is not necessary and people can grow through positive life changes (McMillen, 2004). At least one published study found that positive events are linked to changes in basic world assumptions (Catlin & Epstein, 1992). As Fredrickson (2009)

posits, positive emotions broaden attention, cognition and behavioural repertoire, and consequently, we can suppose that they provoke positive changes in basic beliefs, helping to build long-term wellbeing.

In conclusion, the first objective contrasts the hypothesis that positive events reinforce positive beliefs about the self and the world more than negative events erodes them. A second objective is to test the hypothesis that positive life change events correlate with post-traumatic growth in a similar way to negative ones. In contrast, the alternative hypothesis proposes that only negative events are related with change. Finally, we examine the relationship between changes in basic beliefs associated with life-changing situations and forms of post-stress growth. Negative changes in beliefs about oneself lead, in a compensatory way, to the discovery of strengths, new opportunities and/or changes in one's philosophy of life, as the PTG model and some studies suggest. Positive changes which are connected to the self and to the world linked to the life-changing situation should be associated with the perception of improvements in the self and in the world.

The first study uses a representative sample and compares retrospective perceived changes in basic belief and PTG from participants, when remembering a negative or a positive important life event. In the second study, we examine the valence of the event in a more differentiated manner, in order to discriminate between clearly negative events and clearly positive events and to check the role of intermediate events, i.e. important life events close to an ambivalent point on affective valence. The first two studies used a retrospective between subjects design, and did not rule out dispositional differences. It could be argued that people low in optimism and high in neuroticism were over represented in the negative event group (Headey & Wearing, 1989). The third study used a random within subject design, asking people to recall and evaluate the most important positive and negative life events at the same time.

Study 1

Method.

Participants. The participants in this study were 885 persons living in the Basque Country, who responded to a series of scales as part of a survey on collective violence and attitudes (ISAVIC). The sample was made up of 64% women and 36% men, with an age range from 17 to 93 ($M = 48.56$ years, $SD = 15.3$). In total, 15% of the participants mentioned a positive life event, while 85% mentioned a negative event. Data was collected by a social marketing enterprise using quasi-random sampling design and face-to-face trained interviewers. **Measures.** The ISAVIC survey included a broad range of scales which purpose was to measure the effect of change events on people's wellbeing. The classification variable for the participants was the life event chosen by the participant from the lists presented, e.g. Norris's *Traumatic Events* and a *Life Events List*.

Traumatic Events (Norris, 1990; adapted by Páez, Arroyo, & Fernández, 1995). Norris's scale measures the experience of seven traumatic events threatening life or one's integrity, such as an imminent danger in one's environment; damage to one's goods or possessions resulting from a natural or man-made catastrophe; the traumatic death (accident, homicide or suicide) of someone greatly loved; a serious traffic accident; having been obliged to have some type of sexual relation by force or under threat; and having had something of yours taken away, through force or under threat, as in robbery or assault. The questions were used with a random Spanish sample, demonstrating their content validity and ease of understanding (Páez et al., 1995).

Life Events List (Bilbao et al., 2013). A list of life change events included 20 events selected from the Holmes and Rahe (1967) stressors scale, the study by Headey and Wearing (1989), and the work by Suh, Diener and Fujita (1996). Participants were asked to indicate

whether the event in question had happened to them or not, and the time elapsed since it occurred: less than three months, three to six months, six months to one year, one to two years, two to three years, three to four years, and five or more years. The list contains seven negative change events (e.g., Did a close family member or friend die? Did you lose your job or fail in your studies?), and thirteen positive change events (e.g., Did you get promotion at work, or get very good grades in your studies? Did you make a new close friend?). Participants were asked “to choose the most important past event” of the list. This variable was divided into negative or positive for the analysis, according to the initial classification of the event’s content.

Impact on Beliefs Questionnaire (IBQ, Corsini, 2004, translated and adapted by Bilbao et al. (2013). This scale assesses the situational or specific perceived changes in basic beliefs related to everyday emotional events by 12 items, six of *negative changes in beliefs* and six of *positives changes in beliefs* (see Table 1a for items). This scale has shown good reliability and criterion validity in two previous studies (Bilbao et al., 2013; García et al., 2014). Responses are scored on a Likert-type scale ranging from 1 (totally false) to 7 (totally true), and the instrument has good reliability, the *negative changes in beliefs* presenting a *Cronbach’s α* =.86, and the *positives changes in beliefs* of .87. An index of asymmetry of belief changes was calculated: positive minus negative changes. Higher and positive score means that improvements of basic beliefs predominate over negative changes.

Posttraumatic Growth Inventory (Tedeschi & Calhoun, 1996; short version, Cann, Calhoun, Tedeschi, Taku, et al., 2010; Cárdenas, Barrientos, Ricci, & Páez, 2015). This instrument rates the positive changes people perceive in the face of an impactful event. The short form of the Posttraumatic Growth Inventory (PTGI-SF) includes 10 items distributed in 5 post-traumatic growth dimensions measured in the original instrument. The psychometric properties of the Spanish adaptation are satisfactory (α = .83). For the present study, the

original instrument was abbreviated, leaving a scale of six items from the original one, with Likert-type response and a range of 0 = I have not experienced this change, to 5 = I have experienced this change to a very great extent (see Table 2 for items). The dimensions assessed are: *Appreciation of life, New possibilities, Spirituality/Change, Relating to others and Personal strength*. The scale showed good reliability, $\alpha = .80$.

Procedure. Participants selected a relevant event from their lives that had made an impact on them personally. They would later be required to rate this event on a scale according to the degree to which they considered it positive or negative, from their personal point of view. Subsequently, for the event selected, participants responded to the Basic Beliefs and Growth scales according to how they experienced and dealt with it.

Data analysis. We carried out unilateral correlations with Pearson's r and differences of means, with a statistical significance level of $p < .05$, using the statistical package SPSS 22.0 for Windows. Data was normally distributed and none extreme outliers were excluded. Bootstrap procedures were used to overcome potential parametric limitations.

Results.

The analyses carried out by sex and age do not show significant differences or particular correlations according to the valence of the event experienced, and are thus not further reported in the results. Descriptive analyses about the impact of Basic Beliefs (IBQ) and Psychological Growth are presented according to the valence of the event in Table 1a. The most often mentioned negative events were the death of a family member or very close person (56%), illness or serious accident affecting a very close person (8.2%), illness or serious accident (5.7%), and experiencing the break-up of a marriage or intimate relationship (5.2%). The positive events most frequently chosen were an expected new birth in the family

(54.6%), initiating an intense and satisfactory intimate relationship (9.2%), and a job promotion or obtain satisfactory grades (7.8%).

Life events and perceived changes on basic beliefs. Table 1b shows the differences between groups on the impact on basic beliefs of the event experienced.

Table 1a. Means and Standard Deviations of Impact on Basics Beliefs Questionnaire's Items by valence of event for 3 studies.

	Study 1				Study 2						Study 3			
	Positive Event (N=141)		Negative Event (N=750)		Positive Event (N=83)		Intermediate Event (N=26)		Negative Event (N=182)		Positive Event (N=245)		Negative Event (N=245)	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
<i>Impact on basic beliefs</i>														
1. Reduced the confidence I had in myself	1.71	1.4	3.06	1.9	1.44	1.1	2.50	1.5	3.14	2.1	1.35	.9	3.53	1.9
2. Made me feel very capable	5.04	1.7	3.27	1.9	5.83	1.6	3.73	1.7	3.08	1.9	5.76	1.1	3.21	1.6
3. Made me lose confidence in others, in people	1.64	1.2	2.90	1.9	1.60	1.3	2.31	1.6	3.21	2.1	1.57	1.1	3.67	2.1
4. Made me see people in a more positive way	4.76	1.5	3.62	1.8	5.06	1.5	3.88	1.4	3.42	1.9	5.38	1.4	3.27	1.6
5. Made me lose trust in life	1.80	1.4	3.02	1.8	1.43	1.1	3.04	1.7	3.86	2.0	1.36	.9	3.35	1.9
6. Made me see the world in a more optimistic way	5.06	1.8	2.87	1.8	5.81	1.5	3.58	1.6	2.51	1.7	5.65	1.2	2.49	1.6
7. Meant that life no longer had any meaning for me	1.99	1.7	2.76	1.8	1.37	1.1	2.04	1.3	3.05	1.9	1.48	1.2	2.60	1.7
8. Made me see the meaning of life more clearly	4.93	1.9	4.11	2.0	5.06	1.8	4.31	1.6	3.80	2.1	4.78	1.6	3.36	1.8
9. I felt very distant from people, as though abandoned to myself	1.63	1.2	2.86	1.8	1.55	1.3	2.92	1.8	3.18	2.1	1.41	1.0	3.42	2.1
10. I felt capable of talking to and sharing with many people	5.05	1.7	4.35	1.8	5.32	1.7	4.23	1.7	3.61	1.9	5.57	1.2	3.50	1.9
11. I felt disheartened, demoralized	1.62	1.2	4.85	1.8	1.53	1.3	3.92	1.8	5.16	1.9	1.38	1.0	4.87	1.8
12. I felt motivated and full of energy	5.65	1.7	2.33	1.7	6.27	1.4	3.08	1.7	2.06	1.3	6.12	1.1	2.09	1.3

Participants who report a positive event have greater *positive change in beliefs* than participants who report a negative event. People who report a negative event present scores of *negatives changes in beliefs* close to the mean of the scale or neutral response, which

implies that it is not associated to a swing toward negative basic beliefs. People reporting positive events strongly disagree on whether the event produces *negative changes in beliefs*. Finally, asymmetry scores show that positive events are strongly related with basic beliefs, while negative events are slightly more associated to positive than to negative changes.

Table 1b. Study 1: Descriptive differences of means in IBQ dimensions by valence of event.

	Reported Event	N	M	SD	T	sig.
Reinforcement of Positive Basic Beliefs	Negative Event	747	3.41	1.2	-14.88	.000
	Positive Event	138	5.07	1.2		
Reinforcement of Negative Basic Beliefs	Negative Event	747	3.23	1.2	15.83	.000
	Positive Event	140	1.73	1.0		
Assymetry Index (Reinforce Positive-Reinforce Negatives)	Negative Event	747	.18	1.8	-19.44	.000
	Positive Event	138	3.37	1.8		

Note: IBQ Scale : (1) disagree (7) agree, higher scores means more change.

Change events and personal growth. For *new possibilities* and changes in *appreciation of life*, positive life events show a greater change than negative ones. *Relation with others* (greater appreciation of social support) shows a marginal difference between negative and positive events, being higher in the negative ones.

Table 2*Study 1: Descriptive difference of means in growth according to event reported.*

Growth	Reported Event	N	M	SD	T	sig.
<i>Appreciation of Life</i> I have changed my priorities about what is important in life.	Negative event	749	1.95	1.8	-2.236	.027
	Positive event	138	2.37	2.1		
<i>New Possibilities</i> I have developed new interests	Negative event	749	1.53	1.7	-5.367	.000
	Positive event	138	2.47	1.9		
<i>Spirituality</i> I have a better understanding of some spiritual matters.	Negative event	749	1.35	1.7	.978	.329
	Positive event	138	1.20	1.6		
<i>Relating to others</i> I see more clearly that I can count on people in times of crisis.	Negative event	749	2.39	1.8	1.770	.078
	Positive event	138	2.09	1.9		
<i>Relating to others</i> I have a greater feeling of closeness in relation to others.	Negative event	749	2.10	1.8	.455	.649
	Positive event	138	2.02	1.9		
<i>Personal strenght</i> I discovered I was stronger than I actually thought.	Negative event	749	2.57	1.8	1.146	.253
	Positive event	138	2.36	2.0		

Note: Score: (0)No change (5)A great deal change,

Change in basic beliefs and personal growth. Correlations between *PTG* and *negative changes in beliefs* found a positive association for negative events $r_{(747)} = .23$, $p < .001$, and a non-significant negative association for positive events $r_{(138)} = -.085$, n.s. Post-traumatic growth was related to *positive changes in beliefs* in the case of negative events $r_{(747)} = .31$, $p < .001$ and positive events $r_{(138)} = .35$, $p < .001$.

Table 3. *Study 1: Pearson's Correlation between dimensión of Impacto n Basics Beliefs and Post-traumatic Growth*

	Reported Event	N	Reinforcement of Positive Basic Beliefs	Reinforcement of Negative Basic Beliefs
Post-traumatic Growth	<i>Negative Event</i>	742	.315***	.227***
	<i>Positive Event</i>	138	.351***	-.085

Note. * Significant correlation at $p < .05$ (unilateral); ** al $p < .01$; *** al $p < .001$.

Discussion.

This study shows that positive events were associated with the improvement of positive situational basic beliefs much more than with negative events undermining them. It was found that negative events did not increase positive beliefs, but participants also reported that they did not increase negative basic beliefs either. On the other hand, positive events were perceived as transforming basic beliefs into highly positive. It was also found that important positive events generated as much perceived personal growth after the change as negative events. The development of new possibilities and changes of life priorities were associated with both positive and negative life events, but strongly with positive ones. Perceived negative changes in basic beliefs were related to growth in the case of negative life events, supporting the role of the alteration of basic beliefs as a driver of post-stress growth - though this did not occur in the case of positive events. Positive changes in basic beliefs were associated with personal growth for both positive and negative events. This profile supports that a congruent socio-cognitive process is valid for all type of life events.

Study 2

This study contrasts a linear relationship between events and personal growth according to the emotional nature of the event, i.e. negative, intermediate or positive. A specific effect of negative events on post-traumatic growth predicts that only negative events produce the greatest change, with intermediate events and positive events producing no or less change. An extreme valence event hypothesis should be supported by a nonlinear relationship: intermediate events are associated with lower changes, while negative and positive are related to strongly perceived changes.

Method.

Participants. The participants in this study were 291 students from a public Spanish University and their family members. All responded to a series of scales as part of their practical courses in Psychology and received academic credits for their participation. The sample was made up of 60.1% women and 39.9% men, with an age range from 17 to 73 ($M = 35.8$ years, $SD = 15.3$). In total, 31% of the participants mentioned a positive life event, 9.1% mentioned an intermediate event, and 63.1% mentioned a negative event. Participants received academic credits for their participation.

Measures. The Psychology practical course included a broad range of scales which purpose was to measure the effect of change events on people's wellbeing. The participants answered *Impact on Beliefs Questionnaire* and *Posttraumatic Growth Inventory* with regard to the life event chosen from the lists of *Traumatic Events* and *Life-Change Events*.

Traumatic Events (Norris, 1990; adapted by Páez et al., 1995). and *Life events List* (Bilbao et al., 2013). Previous study measures were used. A question was added: those who recalled an impactful event were asked to rate the emotional valence of the experienced, from 1, highly negative, to 7, highly positive. This variable was divided, for the analyses, into three groups depending on the intensity indicated on the scale: Negative Event (1 and 2), Intermediate Event (3 to 5) and Positive Event (6 and 7).

Impact on Beliefs Questionnaire (Corsini, 2004, translated and adapted by Bilbao et al., 2013). The measure of the previous study was used. Reliability was satisfactory for *negative changes in beliefs*, $\alpha = .86$, and *positive changes in beliefs*, $\alpha = .87$.

Post-traumatic Growth Inventory (Tedeschi & Calhoun, 1996; short version, (Cann et al., 2010; Cárdenas et al., 2015). Previous study's measure was used. In this sample the scale showed good reliability, $\alpha = .80$.

Procedure. Participants were instructed as in the previous study to select the most relevant event from their lives. They rated this event on a scale according to their valence. Subsequently, for the event selected, participants responded to the Basic Beliefs and Growth scales according to how they experienced and dealt with it.

Data analysis. We carried out correlations with Pearson's r and differences of means –studying the linear or deviation of linearity relation of the association between variables–, with a statistical significance level of $p < .05$, using the statistical package SPSS 22.0 for Windows. Data was normally distributed and three extreme outliers were excluded. Bootstrap procedures were used to overcome potential parametric limitations.

Results.

The analyses carried out by sex and age did not show significant differences. Descriptive analyses on the impact of Basic Beliefs (IBQ) and Psychological Growth are presented according to the valence of the event chosen in Table 4, divided into people who mentioned a positive event, an intermediate event and a negative event. The groups were made up of 29% ($N = 83$) extreme positive events, 9% ($N = 26$) intermediate events, and 62% ($N = 182$) extreme negative events. The most often mentioned negative events were the death of a family member or very close person (35%), illness or serious accident affecting a very close person (13%), and experiencing the break-up of a marriage or intimate relationship (12%). The positive events most frequently chosen were initiating an intense and satisfactory intimate relationship (21%) and having been accepted in a highly valued social group (21%).

Life events and their impact on basic beliefs. Table 5 shows the differences between groups on situational changes in basic beliefs. Participants who reported a positive event show important *positive changes in beliefs* and disagree with *negative changes*. People who reported a negative event show low level of *positive changes in beliefs*, but also a mean

score close to neutral point in *negative changes*.

Finally, a negative asymmetry score is observed in the group that experienced a negative event, a slightly positive score is reported in the intermediate group and those participants who mentioned a positive event report mainly positive changes in basic beliefs.

Table 4
Study 2: Descriptive differences of means in IBQ dimensions by valence of event.

	Reported Event	N	M	SD	Linear		Not Linear	
					F	sig.	F	sig.
Reinforcement of Positive Basic Beliefs	Negative Event	182	3.07	1.2	231.824	.000	4.160	.042
	Intermediate Event	26	3.80	1.2				
	Positive Event	83	5.55	1.2				
Reinforcement of Negative Basic Beliefs	Negative Event	182	3.60	1.4	150.125	.000	.803	.371
	Intermediate Event	26	2.79	1.2				
	Positive Event	83	1.50	.9				
Assymetry Index (Reinforce Positive- Reinforce Negatives)	Negative Event	182	-.54	2.0	296.216	.000	3.396	.066
	Intermediate Event	26	1.01	1.8				
	Positive Event	83	4.07	2.8				

Note: IBQ Scale (1) disagree (7) agree

Change events and personal growth. A linear relation according to the emotional nature of the event was tested using one-way ANOVA: negative, intermediate or positive. Negative events would produce the greatest change, while intermediate and positive events would produce no or less change. This linear relation was supported for *Relating to Others* item: *it is possible to account for others' support and discovering personal strengths*, with significant differences in this linear relation between negative and positive events. However, the linear relations for *new possibilities* show that positive events are associated with stronger changes than intermediate and negative events (see Table 6). On the other hand, for changes in *appreciation of life*, negative or positive events produced more change than intermediate events. Finally, changes in *spirituality* and *relation with others* showed no differences between negative, positive and intermediate events.

Table 5*Study 2: Descriptive differences of means in PTG I items by valence of event.*

Items	Reported Event	N	M	SD	Lineal		No Lineal	
					F	sig.	F	sig.
<i>Appreciation of Life</i> I have changed my priorities about what is important in life.	<i>Negative Event</i>	181	2.96	1.6	.094	.760	6.420	.012
	<i>Intermediate Event</i>	26	2.19	1.5				
	<i>Positive Event</i>	80	3.09	1.5				
<i>New Possibilities</i> I have developed new interests	<i>Negative Event</i>	179	2.49	1.6	14.544	.000	5.035	.026
	<i>Intermediate Event</i>	26	2.19	1.6				
	<i>Positive Event</i>	80	3.33	1.4				
<i>Spirituality</i> I have a better understanding of some spiritual matters.	<i>Negative Event</i>	180	1.77	1.8	.432	.512	2.317	.129
	<i>Intermediate Event</i>	26	1.31	1.7				
	<i>Positive Event</i>	82	1.96	1.7				
<i>Relating to others</i> I see more clearly that I can count on people in times of crisis.	<i>Negative Event</i>	181	3.08	1.6	4.751	.030	.059	.809
	<i>Intermediate Event</i>	26	2.77	1.6				
	<i>Positive Event</i>	82	2.62	1.7				
<i>Relating to others</i> I have a greater feeling of closeness in relation to others.	<i>Negative Event</i>	179	2.79	1.5	.007	.935	.003	.960
	<i>Intermediate Event</i>	26	2.77	1.3				
	<i>Positive Event</i>	81	2.78	1.7				
<i>Personal strenght</i> I discovered I was stronger than I actually thought.	<i>Negative Event</i>	180	3.30	1.6	5.008	.026	.078	.780
	<i>Intermediate Event</i>	26	2.96	1.7				
	<i>Positive Event</i>	81	2.81	1.8				

Note: (0)No change to (5)A great deal change

Change in basic beliefs and personal growth. *PTG* and perceived *negative changes in beliefs* show a significant correlation for negative events ($r_{(182)} = .20, p < .001$), a non-significant negative association for intermediate events ($r_{(26)} = -.14, n.s.$) and positive events ($r_{(83)} = -.022, n.s.$). *PTG* was related to *positive changes in beliefs* in the case of all type of events, but the association was significantly weaker in the case of negative events ($r_{(182)} = .14, p < .001$) than in the case of intermediate events ($r_{(26)} = .57, p < .001$) and positive events ($r_{(83)} = .37, p < .001$).

Table 6. Study 2: Pearson's Correlation between Impact on Basics Beliefs and Post-traumatic Growth

	Reported Event	N	Reinforcement of Positive Basic Beliefs	Reinforcement of Negative Basic Beliefs
Post-traumatic Growth	<i>Negative Event</i>	182	.136*	.198**
	<i>Intermediate Event</i>	26	.571***	-.144
	<i>Positive Event</i>	83	.367***	-.022

Note. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

Discussion.

Two-thirds of the important life events were negative, namely deaths or illnesses of family or friends; 20% were positive, such as the beginning of new intimate relationships. Around 9% reported important events of moderate valence, that is, slightly positive, intermediate or slightly negative. This second study supports that positive events are associated with the perceived improvement of positive basic beliefs much more than with negative events undermining them. On the other hand, intermediate events show a middle increase in positive changes in basic beliefs and positive charged events were associated with strong positive changes. A linear relationship (negative events are associated with the greatest change, intermediate events to middle level, and positive events to low level of perceived change) was supported for *Relating to others item: it is possible to account for others' support and personal strength or discovering personal strengths*. The first result replicates the first study's finding and it is fair to conclude that negative events help to understand the importance of received social support. The results also support Nietzsche's statement that negative events increase personal strength – however, in the first study, increase in the Personal strength was stronger in the case of positive events. The nonlinear relation for changes in *appreciation of life* suggests that these changes in life philosophy are associated with life events, and not only with negative or stressful events. The linear relationship for new possibilities suggests that these changes are associated with positive life events, and not only with traumatic or stressful events, as classically studied.

Finally, negative changes in basic beliefs are related to growth only in negative life events, supporting the role of the alteration of basic beliefs as a driver of post-stress growth. Positive changes in basic beliefs are associated with personal growth for positive, intermediate and negative events, supporting that a congruent socio-cognitive process is valid for all type of life events.

Study 3

This study replicated the two previous ones using a within subjects design to control any dispositional differences. The full version of PTG scale was used instead of the short version, in order to improve the reliability of the personal growth variable and also to explore differences in dimensions with higher accuracy.

Method.

Participants. The participants in this study were 245 students of a public Spanish University who responded to a series of scales as part of their practical courses in Psychology. The sample was made up of 81% women and 19% men, with an age range of 20 to 52 ($M = 22.68$ years, $SD = 4.01$). Participants receive academic credits for their participation.

Measures. The Psychology practical course included a broad range of scales which intended to measure the effect of change events on people's wellbeing.

Traumatic Events (Norris, 1990; adapted by Páez et al., 1995), **Life events List** (Bilbao et al., 2013). Previous studies measures were used. A question was added: Those who recalled impactful events were asked to indicate what it was and with what emotional intensity they had experienced it with, from 1, highly negative, to 7, highly positive.

Impact on Beliefs Questionnaire (Corsini, 2004, translated and adapted by Bilbao et al., 2013). Previous study measures were used. In this sample reliabilities were satisfactory: for *negative changes in beliefs*, $\alpha = .79$ for negative events and $\alpha = .78$ for positive events, and for positive *changes in beliefs*, $\alpha = .77$ for negative events and $\alpha = .82$ for positive events.

Post-traumatic Growth Inventory (Tedeschi & Calhoun, 1996; Vázquez, Pérez-Sales, & Matt, 2006). The Spanish version of the PTG I 21 items was used in this study. In this sample the scale showed good reliability for negative events, with $\alpha = .95$ for the total scale. The same occurs for the sub-scales, which show good reliability in almost all dimensions: $\alpha = .90$ for *Relating with other*, $\alpha = .88$ for *New Possibilities*, $\alpha = .82$ for *Personal strength*, and was $\alpha = .83$ for *Appreciation of Life*. The dimension with low reliability was *Spirituality*, and showed $\alpha = .44$. Reliabilities were also satisfactory for positive events: *Cronbach's alpha* of $.95$ for the total scale. $\alpha = .90$ for *Relating to others*, $\alpha = .89$ for *New Possibilities*, $\alpha = .86$ for *Personal strength*, $\alpha = .81$ for *Appreciation of Life*, and low reliability $\alpha = .41$ for *Spirituality*.

Procedure. Participants selected two relevant personal events, one positive and other negative that had made an impact on their lives. Subsequently, for the two events selected participants responded to the changes in Basic Beliefs and Growth scales. Participants were randomly assigned to first answer the negative event and secondly the positive one, while the other half answer in reverse order. No order effect was found.

Data analysis. We carried out unilateral correlations with Pearson's r and differences of means with a statistical significance level of $p < .05$, using the statistical package SPSS 22.0 for Windows. Data was normally distributed and four extreme outliers were excluded. Bootstrap procedures were used to overcome potential parametric limitations.

Results.

The analyses carried out by sex and age did not show significant differences. The most often mentioned negative events were the death of a family member or very close person, illness or serious accident affecting a very close person (7%), family problems and conflicts with relatives (10%) and with friends (8%). The positive events most frequently chosen were participating in an emotional positive collective gathering (27%), initiating an intense and satisfactory romantic relationship (13%) and a non-romantic intimate relationship (7%).

Life events and their impact on basic beliefs. Table 7 shows the differences between positive and negative events on perceived changes in basic beliefs.

Positive events scores show strong *positive changes in beliefs* and disagreement with negative changes. Negative events means show a decrease in *positive changes in beliefs*, but also disagreement with negative changes.

Table 7. Study 3: Descriptive differences of means in IBQ dimensions by valence of event.

	Reported Event	N	M	SD	t	sig.
Reinforcement of Positive Basic Beliefs	Negative Event	245	2.99	1.1	-29.104	.000
	Positive Event	245	5.54	.9		
Reinforcement of Negative Basic Beliefs	Negative Event	245	3.57	1.3	24.481	.000
	Positive Event	245	1.42	.7		
Assymetry Index (Reinforce Positive- Reinforce Negatives)	Negative Event	245	-.58	2.1	-30.234	.000
	Positive Event	245	4.12	1.4		

Note: IBQ Scale : (1) disagree (7) agree

Change events and personal growth. With the exception of *Spirituality*, positive life events were associated with higher post-stress growth.

Table 8. Study 3: Differences of means in PTG I dimension by valence of event.

	Reported Event	N	M	SD	t	sig.
Relating to others	<i>Negative Event</i>	244	2.17	1.4	-6.862	.000
	<i>Positive Event</i>	244	2.71	1.3		
New Possibilities	<i>Negative Event</i>	244	2.25	1.4	-7.429	.000
	<i>Positive Event</i>	244	2.85	1.4		
Personal Strenght	<i>Negative Event</i>	244	2.57	1.4	-3.198	.002
	<i>Positive Event</i>	244	2.83	1.4		
Appreciation of Life	<i>Negative Event</i>	244	2.60	1.5	-1.264	.197
	<i>Positive Event</i>	244	2.72	1.4		
Spirituality	<i>Negative Event</i>	244	.85	1.1	2.253	.025
	<i>Positive Event</i>	244	.74	1.0		
Post-traumatic Growth	<i>Negative Event</i>	245	2.23	1.3	-5.082	.000
	<i>Positive Event</i>	245	2.57	1.2		

Note: (0)No change to (5)A great deal change

Change in basic beliefs and personal growth. *Negative changes in beliefs* correlated positively with global *PTG* and sub-dimensions, with the exception of *Spirituality*, in the case of negative life events. *PTG* total score and sub-dimensions were related to *positive changes in beliefs* in the case of positive and negative events, but the association was non-significant for negative events for *Appreciation of Life* and *New Possibilities*.

Table 9*Study 3: Pearson's Correlation between Impact on Basics Beliefs and Post-traumatic Growth*

	Reported Event	N	Reinforcement of Positive Basic Beliefs	Reinforcement of Negative Basic Beliefs
Relating to others	<i>Negative Event</i>	244	.179**	.141*
	<i>Positive Event</i>	245	.403***	-.022
New Possibilities	<i>Negative Event</i>	244	.037	.304***
	<i>Positive Event</i>	245	.350***	.019
Personal Strength	<i>Negative Event</i>	244	.153**	.169**
	<i>Positive Event</i>	245	.313***	.026
Appreciation of Life	<i>Negative Event</i>	244	.090	.276***
	<i>Positive Event</i>	245	.334***	.042
Spirituality	<i>Negative Event</i>	244	.199**	.049
	<i>Positive Event</i>	245	.139*	.102†
Post-traumatic Growth	<i>Negative Event</i>	245	.147*	.215***
	<i>Positive Event</i>	245	.390***	.020

Note. * $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$.

Discussion.

This study based on a within subject comparison supports that positive events are associated with the reinforcement of positive basic beliefs much more than negative events increasing negative beliefs. It was found that negative events slightly decreased positive beliefs but did not increase negative basic beliefs. Perceived changes were higher in the case of positive events, suggesting that post-stress growth is associated with positive life events, and not only necessarily with traumatic or stressful events. It is important to remark that negative events are associated with PTG as large-scale studies show (Weiss and Berger, 2010). The important point is that positive events are also related to personal and interpersonal improvements. Replicating the two previous studies, a compensatory process was supported only for negative events: in this case, negative changes in basic beliefs are related to growth. Positive changes in basic beliefs are associated with personal and

interpersonal growth for positive and negative events, supporting that a congruent socio-cognitive process is valid for all type of life events.

General Discussion

The results obtained show that around a third of participants recall a positive event as the most meaningful event in their lives, while two-thirds mention a negative one, supporting the idea that probably because its relevance for adaptation, negative events are more frequently chosen as important (Baumeister et al., 2001). Three studies test the hypothesis that positive events reinforce positive beliefs about the self and the world more than negative events. Results supported an asymmetrical profile: good is stronger than bad with respect to perceived changes in basic beliefs.

As shown in other studies on basic beliefs (Catlin & Epstein, 1992), positive life events emotionally experienced as important have an impact on basic beliefs. This supports the hypotheses proposed, and everything is in line with the findings of King et al. (2006) on the central role of positive affectivity for increasing a sense of meaning in life. The results are very important, since they suggest that positive events are strongly linked with eudemonic wellbeing because they reinforce basic beliefs about self and the world more than negative events erode it.

Various processes would explain this asymmetrical effect of positive events on basic beliefs – processes that are linked to how information on events is analysed, recalled and communicated. First, positive information is better analysed and maintained for longer, due not only to the fact that it is less threatening and reinforces wellbeing, but also because positive information is simpler and easier to understand (Unkelbach et al., 2008). Second, there is a tendency for people to recall a greater proportion of positive events than negative events in the long term, and to reinterpret negative events so that they become less negative,

to become neutral or even positive (Taylor, 1991). An example of this is when people recall positive events (related to pride) better than negative ones (related to shame). Moreover, this tendency has been seen to be stronger in people with high self-esteem (D'Argembeau & Van der Linden, 2008). This is due not only to the fact that positive life events tend to be more numerous than negative events, but also to the fact that the intensity of these positive events in the memory diminishes more slowly. This difference in rate of diminishment gives people a positive feeling on recalling their life events (Walker et al., 2003). Third, there is also a superiority of the positive in communication. This is reflected in language and its structure: positive words are used with greater frequency than negative ones (at least in Western societies), and the former are more primary and more representative of the totality of the concept or dimension (i.e. happy is more frequently used, simpler and represents the whole dimension of hedonic valence, while unhappy is secondary and more complex, and is only for part of the dimension (Matlin & Stang, 1978). Moreover, negative information is generally minimized or reconstructed in interpersonal communication (Taylor, 1991). These psychological tendencies tend to be stronger in rituals, monuments and other cultural products: what is negative for the social group is rarely commemorated, and what it recalls are events or facts that glorify the group as heroes or as martyrs (Pennebaker et al., 1997). We can conclude that the biases affecting personal and social memory are psychological mechanisms used for maintaining a positive self-image, and this explains the asymmetric impact of positive events in the long term.

Change events and forms of post-stress growth.

Results show that growth after life events is relatively common, as occurs with stressful and/or traumatic events. This is congruent with research results on PTG (Helgeson et al., 2006). The results with regard to mean change in general (these are the aggregated

means for PTG dimensions) show that people who had responded about negative events reported having experienced a change in *Personal strength* ($\bar{x} = 2.69$) and *Relating to others* ($\bar{x} = 2.39$). They also reported having experienced a moderate change with regard to *Appreciation of life* ($\bar{x} = 2.36$) and in *New Possibilities* ($\bar{x} = 2.11$). Likewise, they said they had experienced slight increases in *Spirituality* ($\bar{x} = 1.25$).

Results in one study show that negative events specifically produce growth effects like the reinforcement of personal strength, suggesting the truth of the dictum “what doesn’t kill you makes you stronger”. In two studies, negative events were related to higher scores in the Relating to others item which is based on being able to count on people in times of crisis. The specific aspects of post-trauma or post-stress growth, then, would involve improving the image of the self through the discovery of strengths, as well as improving one’s capacity for receiving and valuing social support (Tedeschi & Calhoun, 1996).

In the three studies, forms of PTG like the development of new possibilities and change of life priorities were associated with both positive and negative events. This suggests that change events of either sign have common mechanisms and produce cognitive and motivational readjustments, changing goals and purposes, and reorient behaviour. Moreover, positive events are associated more strongly than negative events to changes of orientation in life toward new possibilities and increased social participation. This is coherent with the idea that positive emotional experiences increase psychological and social resources (Fredrickson, 2009); though it should be stressed that negative events are also associated with these forms of growth.

Change in basic beliefs and post-stress growth.

Negative events were perceived as provoking positive changes in basic beliefs by an important minority - in particular concerning the attribution of meaning to life (46%, 41%

and 27% in study 1, and 3 respectively) and relations with others (55%, 34% and 35%). Similar results were found in a large cross-cultural study by Scherer et al (1998). Episodes of anger and sadness provoke positive effects in the self-concept (15% and 12%) and in relationships with others (19% and 20%).

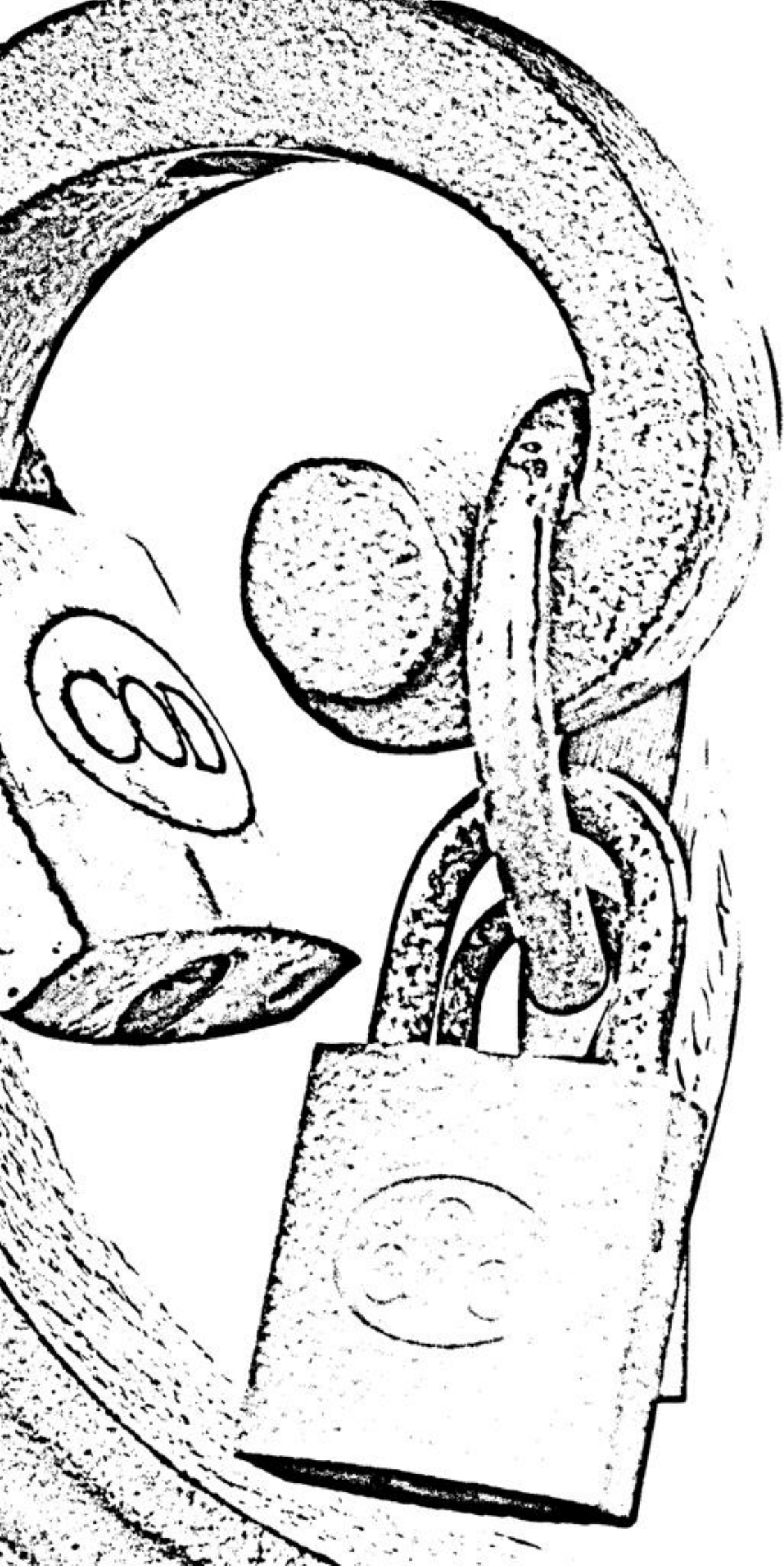
In the three studies the reinforcement of negative basic beliefs were associated with post-stress growth in the case of negative events ($\bar{r}_{(1164)} = .22, p < .001$). Overall, the results support that questioning beliefs serves as a driver of post-stress growth. On the other hand, the reinforcement of positive basic beliefs was associated with post-stress growth. This would occur, moreover, when the events were negative ($\bar{r}_{(1174)} = .26, p < .001$) or positive ($\bar{r}_{(466)} = .37, p < .001$).

This study has a series of substantial limitations. The fact that the data are retrospective and the study does not include any instructions or stimulus that increase the salience of the event experienced mean that there is greater memory bias. Moreover, given that the data are cross-sectional there is no certainty that the sequence “life event-change in basic beliefs- growth” actually occurs in that order. Studies suggest that in cross-sectional retrospective assessments of PTG and shattered assumptions or changes in basic beliefs, an issue is that the participants may derogate their pre-event selves and beliefs and report deceptive growth to cope with the threat of remembering negative events (McFarland & Alvaro, 2000). However, results of the third study that examines both positive and negative event were similar to studies 1 and 2, in which participants remembering a negative event might even report a “fake” growth to deal with the event. In any case, it is necessary to carry out longitudinal studies to be able to explore in particular the relation between questioning of beliefs and changes.

Conclusion

The findings of this study support what Positive Psychology has set out to show in recent years: people have substantial personal and social resources for overcoming difficulties, enjoying pleasant experiences and being happy. As human beings, we can find strengths, positively reinterpret difficulties and find support in others. And finally, regarding the gathering of knowledge about different mechanisms that are involved in this process of coping and psychological growth, depending on the emotional intensity and the very nature of the life events, it is possible to develop social programmes or specific clinical interventions that nurture wellbeing by emphasizing the capitalization of positive events, but also of positive reactions to negative events, so as to go beyond the already existing approaches and strategies (Lyubomirsky, 2008; Seligman et al., 2005).

0010139-01



El trabajo de tesis que en este apartado se concluye ha tratado de reflexionar sobre el bienestar, sus aristas y perspectivas, y su expresión en los distintos niveles de influencia y acción del sujeto en su vida. Nuestra perspectiva, en esta Tesis, fue posicionarnos desde una comprensión positiva del sujeto, intentando buscar los recursos y no, como nos tiene acostumbrado la sobre-patologización que a veces realiza la psicología, desde las carencias o problemas del sujeto. No podemos decir que nos posicionamos absolutamente desde la psicología positiva –entendida como el estudio de las emociones positivas, rasgos positivos del carácter e instituciones positivas (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000; Seligman et al., 2005)– , pero sí intentamos estudiar procesos en distintos niveles, que afectan directamente la salud mental y el bienestar.

Esta Tesis fue construida en seis capítulos, que fueron organizados en cuatro bloques que posibilitan entender de mejor forma como el bienestar se expresa en los distintos niveles de desarrollo y desenvolvimiento del accionar humano.

Primer Bloque: Contenido y Estructura del Bienestar

Una primera línea de reflexión de esta tesis era determinar *cuál es el contenido del bienestar y examinar la validez de contenido de la escala PHI*. Globalmente optamos por una concepción del bienestar que integra perspectivas tanto hedónicas como eudaimónica y social. Esta integración contempla una faceta corporal de vitalidad, de satisfacción vital, de afectividad tanto positiva como negativa, autoestima, dominio del entorno, de relaciones positivas con los otros, de autonomía, de crecimiento y sentido de vida, así como una percepción positiva de la sociedad.

Concluimos que un cierto consenso existe en torno al trabajo de Diener y cols. acerca de la existencia de un bienestar hedónico afectivo o balanza de afectos positivo y negativo, de un bienestar hedónico cognitivo o satisfacción vital tanto en general como sobre dominios

como la familia, amistades, trabajo, etc. Un aspecto importante no integrado en la tradición anterior es el cuerpo, es decir, calidad de vida vinculada a la salud y particularmente a la vitalidad corporal. Esta dimensión de activación, diferente del placer-displacer, juega un rol importante en las teorías del campo afectivo y autores ya clásicos como Taylor (1991) la integraron en sus estudios del estado de ánimo. Uno de los elementos que nos hizo optar por la Escala PHI es debido a que integra la vitalidad con la satisfacción con la vida y la afectividad tanto positiva como negativa.

Otra faceta importante es el bienestar psicológico o eudaimónico (Ryff y Keyes, 1995), definición que incluye la autoestima, la percepción de control, las relaciones con los otros, la autonomía, el crecimiento y sentido de vida; así como el bienestar social eudaimónico (Keyes, 1998). La escala PHI integra indicadores de las seis facetas del bienestar psicológico y un ítem de percepción que la sociedad facilita el bienestar.

Ahora bien, un atributo que no se integra en el modelo de Ryff son los recursos espirituales y el desarrollo ideológico –más allá del sentido de la vida. Otro atributo que tampoco se recoge es la sensación de armonía o equilibrio, elemento que se ha destacado en otros estudios –principalmente los de tipo transcultural– como central para definir el bienestar y la felicidad (Delle Fave et al., 2016; Moyano, 2016). Estos aspectos no están recogidos en la escala y queda como unos elementos e ítems pendientes a desarrollar.

Con respecto a los atributos sociales definido por Keyes (1998) hay que decir que su visión es muy micro y se ha criticado que no se integra una dimensión holística o colectiva, importante en algunas culturas, referida a la relación con el sujeto con colectivo, la naturaleza y el cosmos. Este aspecto no está recogido en la escala y queda como un elemento pendiente a desarrollar. Tampoco se integra una dimensión social hedónica, tal como se plantean en los estudios de clima emocional, que hacen referencia a los estados de ánimo y

emociones colectivas. En estudios posteriores de esta tesis integramos escalas de clima emocional, además de bienestar social.

Un segundo interrogante era saber si la escala PHI mostraba fiabilidad, validez estructural y de criterio. Como dijimos anteriormente, la escala PHI incluye todas las dimensiones anteriormente mencionadas, con la excepción del bienestar hedónico colectivo (o clima emocional), los recursos internos o espiritualidad, la armonía o equilibrio, y la relación trascendente con el entorno.

Congruentemente con los estudios de los autores originales de la escala, se confirmó la fiabilidad y uni-factorialidad de escala de 11 ítems –contemplando las todas las distintas facetas anteriormente mencionadas– aunque el ítem de bienestar social es el ítem que se ajusta peor a los datos. Análisis previos de escalas (aunque utilizando instrumentos multi-ítems) encontraban una dimensión hedónica y otra eudaimónica (Compton, Smith, Cornish, y Qualls, 1996). Analizando factorialmente las escalas de salud mental y bienestar, en éstas se diferencia una dimensión de bienestar subjetivo y otra de Crecimiento personal. La primera de estas dimensiones estaría compuesta por la balanza de afectos (PNA), satisfacción vital (SWL) y felicidad, además de auto-estima, calidad de vida y optimismo. La dimensión de crecimiento personal estaría compuesta por la Apertura a la Experiencia (dimensión contenida en el instrumento de los Cinco Grandes de la personalidad), auto-actualización (en el sentido que propone Maslow), y de control del medio (en el sentido de personalidad “resistente” de Antonovsky, compuesta de sentido de control, compromiso y sensación de desafío ante el entorno, aunque un indicador similar es el locus de control interno).

Ahora bien, estudios recientes han encontrado que la satisfacción con la vida se contendría dentro de la misma dimensión que las facetas del bienestar eudaimónico (Díaz et al., 2015). La unifactorialidad de la escala PHI indica que la evaluación general de

afectividad positiva y negativa, y no solo la satisfacción vital, se integran en una misma variable latente.

La escala de bienestar recordado mostró validez de criterio. El bienestar recordado se asoció positivamente con indicadores de calidad de vida asociado a salud, de competencia emocional y de estrategias de afrontamiento adaptativas; a la vez la escala PHI recordada mostró asociaciones negativas con sintomatología en salud mental y con estrategias de afrontamiento inadaptativas, tal como se esperaba.

Un tercer interrogante era examinar la diferencia entre bienestar recordado o global retrospectivo y experimentado afectivo vivenciado o experimentado. La escala de Bienestar Experimentado del PHI integra 5 ítems vinculados a experiencias que inducen afectividad positiva y cinco que inducen afectividad negativa ocurridas el día anterior – además de los 11 ítems de evaluación global del bienestar. Como planteó Kahneman (Kahneman y Krueger, 2006; Kahneman y Riis, 2005; Kahneman et al., 1997; Redelmeier et al., 2003), el bienestar recordado o evaluativo se basa en la memoria, siendo más global y reconstruido, y se asocia más fuertemente a factores socio estructurales. Refleja procesos de pensamiento lento o sistemático (Kahneman, 2011). En cambio, el bienestar experimentado se basa en la vivencia cercana, está menos vinculado a factores socio estructurales y depende más de la actividad y contacto social cotidiano. Se supone que refleja el estilo de pensamiento rápido heurístico según Kahneman (2011). De esta manera, el bienestar experimentado varía día a día –o de acuerdo a la actividad cotidiana–, y se asocia más débilmente a factores estructurales –no existen diferencias entre ricos y pobres, o asiáticos y occidentales, en el bienestar experimentado, aunque sí en el recordado. Hay que destacar que esto no se refiere a que un tipo de bienestar sea más verdadero (vivenciado) y el otro menos (recordado); de hecho, el último tipo de bienestar, el recordado, predice mejor la conducta.

Con respecto a la diferenciación estructural entre bienestar recordado y experimentado, los análisis factoriales confirmatorios mostraron que el modelo que mejor se adaptaba a los datos era un modelo bifactorial, donde el bienestar recordado conformaba un factor latente, y el bienestar experimentado otro. Al interior del factor latente del bienestar experimentado existen otros dos factores que diferencian las experiencias que mejoran el estado de ánimo y aumentan la afectividad positiva, y otro que agrupa a las experiencias que lo deterioran y aumentan la afectividad negativa. Hay que señalar que en el proceso de ajuste, hubo que excluir un ítem de experiencias (“me permití un capricho”) que aumentan el estado de ánimo positivo, ya que ajustaba mal a los datos. Probablemente el carácter no coloquial de esta afirmación en América Latina hizo que afectara negativamente la fiabilidad.

Con respecto al contraste de la hipótesis que el bienestar recordado es más estable y se encuentra más fuertemente asociado a variables socioestructurales –educación, ingresos, etc.– que el bienestar experimentado. Esto se confirmó parcialmente, ya que el estatus conyugal se asocia al bienestar recordado –casados con una afectividad positiva más alta que divorciados–, pero no se asoció al bienestar vivenciado. En cambio los resultados confirmaron claramente que el bienestar evaluado se asocia más fuertemente que el vivenciado a indicadores de inteligencia emocional o competencias emocionales, de regulación afectiva, de ajuste al estrés, de salud percibida y reacciones estrés. Generalmente el tamaño del efecto de la asociación con el bienestar recordado fue el doble o más que la asociación con el bienestar evaluado. Esto confirma que el bienestar evaluado a largo plazo se asocia más fuertemente con elementos psicológicos estructurales, como las competencias emocionales y formas de regulación de la afectividad.

Ahora bien, esto no niega que el bienestar experimentado se asociara también a las variables criterio anteriormente mencionadas: las experiencias que mejoran el estado de

ánimo se asociaron positivamente con calidad de vida, competencias emocionales y negativamente con sintomatología en salud mental. Las experiencias que empeoran el estado de ánimo se relacionaron negativamente con calidad de vida y ausencia de síntomas de estrés y de forma positiva con sintomatología en salud mental. En cuanto a la asociación de ambas dimensiones con las estrategias de afrontamiento, las experiencias que mejoran el estado de ánimo se asociaron con las estrategias adaptativas de forma positiva y de forma negativa con las inadaptativas. Sin embargo, las experiencias que empeoran el estado de ánimo se asociaron positivamente tanto con las estrategias adaptativas como inadaptativas, pero la relación con estas últimas fue más fuerte. Esto último se podría deber a que las experiencias que empeoran el ánimo facilitan la ocurrencia de ambos tipos de estrategias, pero facilitan en mayor medida la ocurrencia de estrategias inadaptativas.

Sin embargo, cabe señalar que algunas formas de regulación se asociaron con igual fuerza al bienestar experimentado como al recordado. Formas de regulación como la reevaluación, aceptación, regulación fisiológica pasiva y confrontación se asociaron fuertemente al bienestar experimentado. Creemos que esto sugiere que estas formas de regulación atencional cognitiva y de expresión tienen un fuerte componente temperamental o de personalidad, o que simplemente son más sensibles al estado de ánimo.

Finalmente, nuestros resultados permiten afirmar que aun controlando la influencia del bienestar vivenciado, el bienestar retrospectivo se asocia a competencias emocionales, regulación, salud percibida y reacciones estrés, con la misma o mayor fuerza.

Segundo Bloque: Factores Macrosociales, Socioestructurales Y Culturales Del Bienestar

El segundo tema de esta tesis es examinar los factores macro estructurales del bienestar a nivel colectivo o de media nacional. Para esto hemos abordado dos estudios

acerca de la relación del bienestar colectivo con la cultura, y otro respecto del bienestar colectivo con la desigualdad social.

El *primer estudio* buscaba actualizar los hallazgos de Diener y Suh (2000) y de Oishi, Diener, Suh y Lucas (1999), es decir, si existe una relación entre valores culturales y bienestar, a nivel individual y colectivo (de media nacional).

En el primer estudio nos interrogamos sobre la influencia de dimensiones culturales en el nivel medio de bienestar. Los estudios previos –tanto de tipo colectivo o usando medias nacionales como individuales– mostraron que los países individualistas (en el sentido de Hofstede), igualitarios o de baja distancia al poder, y de mayor desarrollo económico, informaban de una mayor felicidad colectiva o bienestar (Basabe y Ros, 2005; Diener et al., 1995, 2012).

Una de las limitaciones de los estudios previos revisados es que éstos se basaban en muestras de conveniencia, principalmente de estudiantes; para soslayar este inconveniente, este trabajo se basó en muestras representativas de los distintos países utilizando los datos del World Values Survey.

Son comunes las críticas a los distintos índices propuestos y calculados por Hofstede, ya que éstos son muy antiguos lo cual hace que estén desfasados. La validez congruente de las puntuaciones de Individualismo-Colectivismo (IDV-COL), Distancia Jerárquica (PDI) y Evitación de la Incertidumbre (UAI) de Hofstede (Hofstede et al., 2010) se contrastaron con las prácticas societales evaluadas por GLOBE (Minkov y Blagoev, 2012) de favoritismo endogrupal, prácticas jerárquicas, estructuradas y colectivismo institucional, además de los tipos motivacionales (valores) de Schwartz (Schwartz, 1994; Schwartz et al., 2012) evaluados en la *World Value Survey* con 10 ítems. Los resultados sugieren una validez parcial y la necesidad de examinar, con datos más actuales, las relaciones encontradas previamente.

Los análisis de las puntuaciones de Hofstede con datos más actuales de prácticas validaron parcialmente a estos. La comparación de puntuación de Hofstede con las prácticas de GLOBE confirmaron que en los países donde predominan valores culturales colectivistas y jerárquicos presentan prácticas culturales de mayor colectivismo o favoritismo endogrupal, y prácticas culturales menos estructuradas. Las naciones que valoraban mucho la evitación de la incertidumbre en el estudio de Hofstede muestran menores prácticas estructuradas en Globe.

Con respecto a la comparación de las dimensiones de Hofstede con los valores de Schwartz, los resultados mostraron una relación entre una alta Distancia al Poder con una baja Apertura al Cambio y una alta Conservación –usando puntuaciones corregidas por la media. La Distancia al Poder se asocia a valores Conservacionistas y de baja Trascendencia del yo, sin embargo no ocurre lo mismo con bajo Individualismo.

Teniendo en mente la validez parcial de las puntuaciones de Hofstede, se contrastó la relación entre valores culturales y bienestar. Se confirmó que los países de baja Distancia al Poder, bajo favoritismo endogrupal, bajas prácticas estructuradas, de altos valores de Apertura y Trascendencia, de bajos valores de Poder y en menor medida Conservación, muestran un menor bienestar. Dado lo anterior, se confirma la relación negativa entre Distancia al Poder y Bienestar, aunque no entre Bienestar y el Individualismo. En cambio, las prácticas jerárquicas de GLOBE no se asocian al bienestar. Podemos concluir que culturas jerárquicas según Hofstede, con prácticas de favoritismo endogrupal y con poca estructuración según *Globe*, serían las que presentan un menor bienestar.

Estudios y meta-análisis han mostrado que el bienestar se asocia a valores de Apertura al Cambio y de Trascendencia del yo, mientras que ocurre lo inverso con los valores de Poder y de Conservacionismo – en este último caso cuando se controlan las medias (Bilbao et al., 2007; Bobowik et al., 2011).

Con respecto a esta relación entre valores y bienestar, se confirmó el efecto directo a nivel individual y colectivo (media nacional) de los valores de Schwartz sobre la Satisfacción con la Vida (componente cognitivo del bienestar) y el Sentimiento de Felicidad (Componente afectivo del Bienestar) medido por dos ítems del WVS. La Apertura al Cambio y la Trascendencia se asociaron al bienestar a nivel colectivo con r 's de .44 y .41 y a nivel individual de $r = .09$ y $.06$ –muy similares a los efectos medios encontrados en meta-análisis previos de $r = .08$ y $r = .03-.04$ (Bobowik et al., 2011)– es decir, se confirmó dicha relación con indicadores de valores recientes basados en la teoría de Schwartz, y no solamente con las puntuaciones de las dimensiones culturales de Hofstede, que los valores individualistas e igualitarios se asocian al bienestar.

Un *segundo interrogante de este estudio fue la influencia moderadora de factores macro sociales como dimensión cultural en el nivel de asociación de facetas del bienestar*. Los estudios de Diener et al., mostraban que la asociación entre atributos, como la afectividad, la autoestima y la autonomía, con la felicidad o satisfacción vital general es mayor o más fuerte en muestras individualistas que colectivistas, sugiriendo que el bienestar está muy determinada por la valoración del hedonismo, y lo interno en estas culturas. Igualmente la importancia de la unicidad diferenciada positivamente del individuo y de la independencia en estas culturas hizo que la alta auto-estima y autonomía fueran determinantes más relevantes del bienestar. Estos estudios basados en muestra de estudiantes mostraba empíricamente que la relación entre auto-estima o satisfacción con su persona, así como de un indicador de autonomía vital, con la satisfacción vital es mayor en culturas individualistas (Véase a Oishi y Diener, 2000).

Utilizando las muestras representativas del WVS contrastamos la idea que la asociación entre el aspecto afectivo –felicidad– y el aspecto cognitivo –satisfacción vital–, por valoración de lo interno y afectivo, debería ser menor en culturas colectivistas y

jerárquicas; igualmente se esperaba que la asociación entre satisfacción con la vida, el aspecto afectivo y la percepción de control de la vida debiese ser mayor en culturas individualistas, que valoran la autonomía y la capacidad de decisión independiente.

Los resultados confirmaron que la relación entre el componente afectivo y cognitivo del bienestar es menor en países colectivistas; confirmando la mayor importancia de la emocionalidad positiva en contextos individualistas. Los resultados confirman asimismo que la relación entre felicidad y satisfacción con la vida es mayor en países individualistas, debido a que en éstas culturas –además de tener un nivel de desarrollo social mayor y una estabilidad financiera más alta– se comparten valores más fuertes de estimulación y placer, lo cual nos muestra el énfasis en la satisfacción de necesidades hedónicas. Esto explicaría en parte la mayor asociación de Satisfacción y Felicidad en contextos individualistas.

Los resultados también confirmaron que la relación de felicidad, satisfacción con la vida y bienestar global con el control también es menor en contextos colectivistas. Se replica con muestras representativas la relación más fuerte en culturas individualistas, entre control del medio y bienestar, tanto afectivo como juicio cognitivo de satisfacción con la vida, probablemente por la mayor valoración de la autonomía y del control del medio que tienen las personas en este tipo de culturas.

Otra de las ideas planteadas por el equipo de Diener era que la satisfacción con las finanzas se asocia más fuertemente al bienestar en sociedades menos desarrolladas, en las que el dinero es necesario para satisfacer necesidades básicas y por ende es más relevante para el bienestar que en países más ricos. Es decir, se planteaba que en países de bajo Índice de Desarrollo Humano y menores ingresos, debería de haber una asociación más fuerte entre la satisfacción con los ingresos y el bienestar, esto debido al predominio de valores más materialistas y menor calidad de vida. Algunos de sus resultados señalaban que la asociación entre satisfacción finanzas y bienestar era mayor en países colectivistas – aunque análisis

multivariados indicaban que era la pobreza del país el moderador real. Sin embargo, inclusive nuestros datos bivariados nos señalan que en los países individualistas el estar satisfecho con las finanzas aumenta la sensación de bienestar afectivo más fuertemente que en los colectivistas –aunque no había relación con la satisfacción con la vida. Lo anterior es contrario a lo que se esperaba, ya que en países colectivistas –que suelen ser países pobres– la satisfacción con las finanzas debiese tener una importancia mayor, por la posibilidad de satisfacer y asegurar las necesidades básicas. Los resultados sugieren que los países individualistas simultáneamente son más materialistas –lo que es congruente con el consumismo y valoración de lo material en la cultura actual– y más postmaterialistas –expresivos, que valoran el placer, la unicidad. Cabe destacar que los resultados no se replican con las prácticas culturales de GLOBE ni con el indicador de satisfacción con la vida.

Un tercer interrogante de este estudio fue si la relación entre valores y bienestar sería moderada por el contexto cultural. Una hipótesis de congruencia presupone que los valores son funcionales al contexto, el cual los apoyan y constituyen parte del entramado normativo. Por ejemplo en las culturas colectivistas la relación entre Conservación y bienestar sería positiva o más fuerte, mientras que la relación entre Apertura y bienestar sería más alto en contextos individualistas, ya que ambos valores son congruentes con el contexto. La hipótesis alternativa afirma que hay valores que son adaptativos *per se* al margen del contexto –como los de Trascendencia y Apertura.

Con respecto a la relación entre valores y bienestar y su efecto diferencial según el contexto cultural, los resultados confirman un efecto “universal” positivo para Apertura al Cambio y negativo para Conservacionismo. La Apertura al cambio mostró una asociación igual con el bienestar en todos los contextos culturales e inclusive más fuerte entre estos valores y el bienestar en países colectivistas, apoyando una hipótesis de efecto principal

adaptativo de estos valores. Algo similar pero con una asociación negativa con el Bienestar se encontró para los valores Conservacionistas.

De lo anterior se puede concluir que la Apertura al Cambio tiende a reforzar el bienestar general, mientras que el conservacionismo lo socava. La valoración del hedonismo probablemente sensibiliza a la persona a aumentar el bienestar hedónico gozando de los placeres y evitando lo negativo. El valor de estimulación probablemente aumentara el bienestar hedónico por su apertura a nuevos estímulos y ayudar al crecimiento personal y aprendizaje. La autonomía refuerza la independencia, el control del medio y, mediante esto, el bienestar eudaimónico; así como el bajo conformismo probablemente reforzará lo anterior. La seguridad como valor probablemente se asocia a situaciones deficitarias, inseguras y actitudes defensivas. Los valores de tradición podrían ayudar a otorgar sentido a la vida, aunque aparentemente este aspecto se ve equilibrado negativamente por las limitaciones al cambio que produce.

Se encontró un efecto de congruencia para los valores de Trascendencia del yo. La asociación en general es positiva, y es más fuerte en países individualistas, apoyando la hipótesis de congruencia entre contexto y efecto de los valores. Como hemos visto, contextos individualistas suelen ser menos jerárquicos; así, la asociación entre valores que enfatizan la relación con otros y el bienestar es mayor. La mayor asociación entre benevolencia y bienestar en contextos individualistas es congruente con el hecho que la importancia de las relaciones con los amigos, la necesidad de afiliación y las relaciones interdependientes, son mayores y más relevantes para el bienestar en culturas que enfatizan las relaciones voluntarias, que deben ser mantenidas y reconstruidas. Finalmente, el valor de universalismo enfatiza justicia para todos y equilibrio con el entorno y probablemente éste será más relevante en contextos igualitarios.

En el *segundo estudio* se examinó la veracidad de la idea que la desigualdad se asocia al sueño americano y a una menor confianza en los otros, y si existe una asociación positiva al individualismo, negativa al colectivismo, y a la percepción de libertad.

La primera interrogante de este estudio fue si existía otro índice que se asociara con más fuerza y explicara mejor que el índice de Gini, la asociación entre desigualdad y las distintas medidas de bienestar Se testeó el índice de Palma y la asociación entre ambos índices de desigualdad (Gini y Palma) para visualizar el grado de coherencia de ambas medidas de desigualdad. La asociación existente entre el índice de Palma y el coeficiente de Gini es alta. Además se asocian de forma similar con bienestar y otros indicadores, sin que el índice Palma muestre una mayor sensibilidad como se había esperado. Ambos indicadores de desigualdad se asociaron a los indicadores de salud y problemas sociales de forma similar, y el índice de Gini lo hizo de forma más fuerte que el índice de Palma. Es decir, esta hipótesis fue cuestionada y muestra que el índice Palma no es cualitativamente superior a Gini.

Un interrogante importante era examinar la relación entre desigualdad y bienestar, ya que si bien habían argumentos fuertes que sugerían que a mayor desigualdad más problemas de salud y sociales, la relación con el bienestar era sorprendentemente positiva en algunos estudios.

Nuestros resultados mostraron que la desigualdad se asocia a peor esperanza de vida y menor nivel educativo. Es decir, la asociación entre desigualdad y problemas sociales planteada por Wilkinson se ve refrendada.

Por otro lado se confirmaron los resultados de Veenhoven (2000) y Berg y Veenhoven (2010): cuando se controla el desarrollo económico —entendido como ingreso nacional por habitante— la desigualdad se asocia al bienestar.

Ahora bien, esta asociación se da no por el predominio de individualismo competitivo en los países más desiguales. La desigualdad se asocia con ser un país con menor desarrollo

económico, menor desarrollo humano, a tener una cultura colectivista (Hofstede) y con prácticas de favoritismo endogrupal (GLOBE). Es decir, la desigualdad caracteriza a naciones en vías de desarrollo, de menor calidad de vida y de valores y prácticas colectivistas.

Otra interrogante de este estudio fue si existe una relación entre desigualdad y desconfianza –tanto institucional como interpersonal–. Los resultados muestran que la desigualdad no se asocia a la desconfianza interpersonal ni a la baja confianza institucional, siendo esta hipótesis no apoyada por los datos. Es decir, la desigualdad per se a nivel global no se asocia a menor capital social – como encuentra (Wilkinson y Pickett, 2009a, 2009b) con una muestra de países desarrollados.

La cuarta interrogante de este estudio tuvo relación con la asociación de desigualdad con el desarrollo económico, la libertad percibida, y con los valores culturales.

Como dijimos, en esta muestra de naciones y con los indicadores utilizados la relación entre desigualdad y menor cohesión social, no se vio refrendada. En esta muestra de naciones la asociación con menor confianza en los otros e instituciones se dio sólo muy ligeramente y de forma no significativa. Además, la desigualdad se asoció a mayor percepción de libertad o control de la vida. Se confirmó la hipótesis basada en las ideas de Venhooven (Berg y Veenhoven, 2010; Veenhoven, 2000) que la desigualdad por su asociación con posibilidades de diferenciación y movilidad social genera percepción de bienestar.

Hay que destacar que la desigualdad no se asocia a culturas que enfatizan la autonomía personal, sino más bien a culturas que enfatizan la lealtad grupal. A su vez, los valores colectivistas se asocian a menor bienestar. Ahora bien, el individualismo de Hofstede o bajo colectivismo sí se asocia tanto al bienestar como al mayor control. Podemos concluir que el individualismo -entendido como el grado en el que la gente espera valerse por sí

misma- o prácticas y valores de menor lealtad a los grupos adscritos de pertenencia, refuerza la libertad y el bienestar en este aspecto – pero no porque sean países desiguales.

Y por último, la quinta interrogante de este estudio tiene que ver con la influencia específica de las variables anteriormente señaladas en el bienestar.

Cabe destacar que es la percepción de libertad, que está asociada negativamente a prácticas colectivistas (individualismo en el sentido de Hofstede), es la que explica el bienestar, el cual se asocia positivamente con inequidad. En otros términos, la desigualdad crea un horizonte de mayor elección y libertad – aunque se dé en sociedades de escasos recursos, de mayor lucha por subir en la escala social, y en las que predominan prácticas de favorecer a los miembros de la familia y conocidos, y se valora la lealtad al grupo, y no la autonomía individual.

Por otro lado, la riqueza e individualismo cultural también refuerzan la percepción de libertad, y por esta vía el bienestar. Es decir, la riqueza o altos ingresos, el individualismo, por un lado, y la desigualdad por otro, aumentan la satisfacción indirectamente a través del mayor control. Dado que la desigualdad se asocia a valores colectivistas y menor desarrollo socioeconómico, el estudio muestra que la asociación entre desigualdad y bienestar no se produce por el predominio del individualismo competitivo ni la riqueza en los países más desiguales. Finalmente, una vez controlado el efecto de la cultura individualista, el desarrollo económico (GNI) o desarrollo social (IDH), la desigualdad deja de explicar el bienestar y es la percepción de libertad la que lo hace.

La desigualdad refuerza la sensación de libertad y por esto refuerza el bienestar, congruentemente con un modelo similar al planteado por Venhooven. Ahora bien, las prácticas colectivistas decrecen el control percibido y a través de esto socavan el bienestar – congruentemente con los estudios y argumentaciones revisados en el capítulo uno. El desarrollo económico refuerza la calidad de vida y el control percibido, y a través de ambos

el bienestar. Desigualdad y desarrollo económico tienen efectos y mediadores similares en el bienestar.

Tercer Bloque: Bienestar y percepción de Contexto.

Para lograr entender la importancia de la percepción del medio circundante en el bienestar, se realizó un estudio sobre el impacto de la victimización y miedo al delito en el bienestar de las personas. Este estudio tiene tres interrogantes:

La primera interrogante fue si existe una relación directa de la victimización –el haber sido víctima directa de un delito– y del miedo al delito –experiencia emocional acerca de la posibilidad de ser víctima de un delito. En la muestra existe una relación entre Victimización y Miedo al Delito, sin embargo no es de una magnitud muy alta, lo que nos señala que ambos fenómenos se desarrollan mediante procesos psicosociales diferenciados.

Una segunda interrogante, muy vinculada a la anterior, fue si la victimización y el miedo al delito se relacionan de forma similar con la percepción de problemas sociales, el clima social emocional y el bienestar.

El estudio muestra que cuando existe a mayor victimización, los participantes perciben mayor cantidad de problemas sociales, en especial en torno a problemáticas vinculadas con el desarrollo político-cultural y la confianza social. Sin embargo, no existe relación de la percepción de problemas sociales con el miedo al delito en ninguna de sus dimensiones. Esto sugiere que el miedo al delito no se asocia a una toma de consciencia de existencia de problemas sociales – o que personas que no perciben que hay diferencias de clases, desigualdades, conflictos, etc., pueden percibir que hay mucho delito amenazante,

Asimismo, el bienestar general no tiene una correlación significativa con el miedo al delito ni con la victimización, cuestionando que el bienestar individual se asocie a la

experiencia y sensación de inseguridad. Lo mismo ocurría con respecto a la relación entre victimización y bienestar social.

Sin embargo, el miedo al delito correlaciona con el bienestar como se esperaba, es decir negativamente. En particular esto se daba con dos dimensiones del bienestar social: coherencia social y aceptación social. Es decir, a mayor miedo al delito, mayor malestar social en la sensación de pertenencia al grupo y de comprender la dinámica social, por lo que menos actitudes positivas y confianza en los otros, así como no se logra percibir una lógica de funcionamiento ni un interés por enterarse de lo que ocurre en el mundo (Keyes, 1998)

Respecto al clima emocional, el estudio nos muestra que ante una mayor victimización y mayor miedo al delito, los participantes perciben un mayor clima emocional negativo, siendo ésta relación aún más fuerte con el miedo. La relación de clima emocional con Miedo al delito es ligeramente superior que con la victimización.

Una tercera interrogante en este estudio fue como todo esto afecta el bienestar de los sujetos. El miedo al delito (e indirectamente a través de él el haber sido víctima de algún delito) predicen la percepción de Clima Emocional Negativo. Los problemas sociales son predichos por el clima emocional negativo. Es decir, la vivencia de delitos alimenta el miedo a ser víctima de un delito, lo cual predispone la percepción a de un contexto social adverso y la visión de una mayor cantidad de problemas sociales en el entorno circundante. Si lo anterior es bajo, se posibilita la percepción de una mayor percepción de emociones colectivas positivas, lo cual beneficia tanto el bienestar social –el equilibrio entre la evaluación de las circunstancias-capacidades personales, junto al funcionamiento personal en la sociedad (Keyes, 1998, 2006)– como el bienestar individual de las personas. Las experiencias negativas en sí mismas no tienen un efecto directo en el bienestar ni social, ni mucho menos general.

Finalizando, lo interesante de estos hallazgos es que pone de manifiesto que el miedo al delito es un problema en sí mismo relativamente independiente de la victimización –el haber sido víctima de un delito o no. Así, el miedo al delito se configura como un fenómeno que amenaza al bienestar y a la calidad de vida de las personas, por lo que su medición y evaluación se vuelve una variable fundamental de estudio. Asimismo, cabe resaltar la importancia de interpretar los datos atendiendo a los distintos contextos socio-económicos más amplios donde se desarrollan los estudios dado que en este caso particular, lejos de observar consecuencias positivas y adaptativas como en estudios previos realizados en el continente europeo, en el contexto chileno el miedo al delito parece provocar consecuencias en el bienestar y en la percepción del clima emocional. Es por esta razón que es fundamental identificar e intervenir sobre los antecedentes del miedo al delito a fin de promover una mayor calidad de vida.

Cuarto bloque: Bienestar y procesos personales.

Para lograr entender la importancia de los procesos personales y como estos se relacionan con el bienestar, en esta cuarta parte de esta tesis se estudia el impacto de los hechos positivos y negativos que pueden sufrir las personas en las creencias básicas sobre el mundo, los otros y uno mismo. Además, se estudia las posibilidades de crecimiento posterior a estos eventos estresantes de la vida.

Una primera interrogante fue si los eventos estresantes positivos podrían reforzar más las creencias positivas sobre uno mismo y el mundo, de lo que los hechos negativos las van a cuestionar.

Los resultados obtenidos muestran que dos tercios de la muestra recuerda eventos de carácter negativo, lo cual podría confirmar que este recuerdo tiene una relevancia mayor porque es más adaptativo. Sin embargo, 4 estudios (el capítulo 5 contiene 1 estudio y el

capítulo 6 contiene 3 estudios) soportan la conclusión que los hechos positivos refuerzan más las creencias básicas positivas que los negativos las socaban, por lo que se puede decir: “lo bueno es más fuerte que lo malo con respecto al cambio percibido en las creencias básicas. Otros estudios (Catlin y Epstein, 1992) acerca de creencias básicas muestran que eventos emocionalmente positivos tienen un impacto importante en las creencias básicas. Lo anterior va en la línea de lo que plantean King y sus colaboradores (Hicks y King, 2007; King et al., 2006; King y Hicks, 2009) en torno al rol central de la afectividad positiva en el incremento de la sensación del significado en la vida. Estos resultados son importantes porque esto sugiere que los eventos positivos están fuertemente vinculados el bienestar eudaimónico, ya que refuerzan las creencias acerca del mundo, de los otros y de sí mismo más de lo que los eventos negativos las erosionan.

Varios procesos podrían explicar esta asimetría. Primero, la información positiva es mejor analizada y se mantiene a más largo plazo en el recuerdo, debido no solo a que es menos amenazante y refuerza el bienestar, sino porque la información positiva es más simple y sencilla de comprender (Unkelbach et al., 2008). Segundo, existe una tendencia de las personas a recordar a largo plazo una mayor proporción de acontecimientos positivos que de negativos, y de reinterpretarlos para que sean menos negativos, llegando a ser neutros o incluso positivos (Taylor, 1991). Tercero, las palabras positivas se utilizan con mayor frecuencia que las negativas (al menos en las sociedades occidentales), y éstas son más básicas o primarias y representan de mejor forma la totalidad del concepto o dimensión (Matlin y Stang, 1978). Finalmente, al información negativa se minimiza o reconstruye en la comunicación interpersonal (Taylor, 1991). Estas tendencias psicológicas suelen ser más fuertes en los rituales, monumentos y otros productos culturales: lo que es negativo para el grupo social rara vez se conmemora y lo que se recuerda son hechos que glorifican al grupo como héroes o mártires (Pennebaker et al., 1997). Se puede concluir que los sesgos que

afectan a la memoria personal y social son mecanismos psicológicos utilizados para mantener una auto-imagen positiva, y explicar a largo plazo el impacto asimétrico de los acontecimientos positivos en el bienestar eudaimónico.

Otra Interrogante fue si los hechos positivos podrían generar crecimiento personal después del hecho sucedido al igual que los eventos negativos.

Se ha planteado que el efecto de estos sucesos vitales puede generar desarrollo personal e interpersonal. Los resultados muestran que el crecimiento después de hechos de cambio vital es relativamente frecuente, al igual que ocurre con hechos estresantes y/o traumáticos, y que son coherentes con las creencias básicas que se deben reconstruir, así como con las tareas que se deben cumplir para asimilar experiencias emocionales positivas. Esto es congruente con los estudios de crecimiento post-traumático (Helgeson et al., 2006). La hipótesis de una relación lineal entre valencia negativa y crecimiento post-estrés se ve parcialmente apoyada, ya que son los hechos más negativos los que producen la posibilidad de descubrir fortalezas personales y valorar el apoyo de los otros con mayor intensidad que los hechos medios y positivos (Tedeschi y Calhoun, 1996). Sin embargo, se encontró una relación curvilínea para el desarrollo de nuevas posibilidades y cambio de prioridades en la vida, que se asociaban tanto a hechos positivos como negativos extremos. Esto sugiere que hechos de cambio del signo que sea, comparten mecanismos comunes y producen reajustes cognitivos y motivacionales, cambiando las metas, fines y reorientación de conducta. Además, los hechos positivos se asocian más fuertemente que los negativos al cambio de orientación en la vida hacia nuevas posibilidades y al aumento de la participación social. Esto es coherente con la idea que las experiencias emocionales positivas aumentan los recursos psicológicos y sociales (Fredrickson, 2009), aunque hay que destacar que los hechos negativos también se asocian a estas formas de crecimiento.

Por último, un tercer cuestionamiento fue acerca de la relación entre el cambio de creencias básicas que la situación de cambio vital provocó y las formas de crecimiento post-estrés.

Los eventos negativos fueron percibidos como fuente de cambios positivos en las creencias básicas por una importante parte de la muestra, en especial en lo concerniente a la atribución de significado en la vida y en la mejora de las relaciones con otros. Resultados similares encuentra Scherer (1997) en un estudio transcultural respecto de episodios de rabia y tristeza que provocaron efectos positivos en el auto-concepto y en las relaciones con otros. En los estudios de esta parte de la tesis se comprueba que el refuerzo de las creencias básicas negativas estuvo asociado al crecimiento post-estrés para el caso de los eventos negativos. Esto resultados apoyan la idea que el cuestionamiento a las creencias básicas puede servir como generador de crecimiento post-estrés. Por otro lado, el refuerzo de las creencias básicas positivas estuvo asociado al crecimiento post-estrés tanto en los eventos negativos como en los positivos

LIMITACIONES Y DIRECCIONES DE FUTURAS INVESTIGACIONES

Tomando en cuenta la actual crisis de legitimidad de la psicología social como ciencia (Open Science Collaboration, 2015), dado el bajo nivel de reproductibilidad de los estudios. Y segundo, la Psicología Social, como todas las ciencias sociales, es un producto histórico que solo responde a las premisas de su tiempo, sino que la comunicación de los resultados interviene en la realidad que estudia, y las premisas que estudia están basadas es disposiciones adquiridas. A medida que la cultura cambia, dichas disposiciones son alteradas, y las premisas frecuentemente se invalidan (Gergen, 1998).

Ambos puntos anteriores –la baja replicabilidad y entender a la psicología social como historia– se entremezclan y potencian, lo cual hace que los resultados de cualquier investigación haya que mirarlos con precaución y no tratarlos como verdades inalterables.

Ahora bien, aun cuando los distintos estudios de esta tesis creemos que son una contribución al desarrollo de la disciplina, éstos tienen una serie de limitaciones a tener en cuenta cuando se discutan sus resultados y se diseñen futuras investigaciones e intervenciones. Limitaciones específicas a cada uno de los estudios fueron realizadas en cada uno de los capítulos presentados anteriormente. A continuación presentaremos algunas otras consideraciones de carácter más general.

Una mirada general a los distintos estudios nos permite ver que los estudios tienen una naturaleza transversal, por lo que las conclusiones no tienen una validez predictivas de los fenómenos aquí estudiados, y se necesitarían estudios de tipo experimental y/o longitudinal para poder realizar inferencias de tipo causal.

En la primera parte de esta tesis –contenido y estructura del bienestar–, la validación del instrumento fue realizado con una muestra de 3 países latinoamericanos. Las sutiles diferencias idiomáticas entre los países participantes pueden dificultar la misma comprensión de los ítems, aunque de acuerdo a los resultados que nos arrojan los análisis, se puede inferir que esta diferencia idiomática no tuvo una real incidencia en los resultados.

En la segunda parte de esta Tesis –factores macrosociales, socioestructurales y culturales del bienestar–, las muestras son representativas de la población de cada uno de los países presentes en el estudio (99 naciones en 6 oleadas de encuestas, con un total de 323.099 sujetos). Lo anterior tiene grandes ventajas –el alcance de la muestra es mundial–, pero también encierra profundas limitaciones, como lo es el trabajar con variables de ítem único. Los distintos indicadores de bienestar, así como de tipos motivacionales (valores

culturales) fueron encuestados con mono-ítems, lo cual podría disminuir la fiabilidad de la medida.

En la tercera parte de esta tesis –bienestar y percepción de contexto–, la muestra fue una muestra de conveniencia de estudiantes universitarios. Los capitales culturales de entrada, los conocimientos previos y recursos personales no corresponden a la población del país, por lo que los resultados son generalizables solamente a estudiantes universitarios chilenos.

En la cuarta parte de esta Tesis –Bienestar y procesos personales– tiene la limitante que es el recuerdo de un evento estresante lo que se está evaluando, y no la vivencia de éste. Lo anterior hace que las respuestas del impacto en las creencias básicas o del crecimiento post-estrés puedan ser influidas por los sesgos de memoria (Redelmeier et al., 2003) y las reinterpretaciones de los eventos estresantes (Taylor, 1991), tornándolos menos estresantes y pudiendo relativizar las consecuencias de éstos.

FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

La investigación como herramienta del desarrollo del conocimiento no se agota en sí misma. Adquirir conocimiento acerca de un fenómeno permite explicarlo, e incluso intentar modificarlo, a veces con éxito mientras que en otras no. Se entiende que una Tesis Doctoral forma parte de una línea de trabajo que tampoco se agota al finalizar este proceso, sino que abre sus puertas a seguir estudiándolo, profundizándolo y vinculándolo con nuevas teorías, prácticas y metodologías.

Dentro de las líneas que se abren luego de haber navegado este trayecto, la transculturalidad es una de las deudas de esta Tesis. Creo necesario profundizar en nuevos estudios, con nuevas metodologías y con nuevas concepciones del bienestar, pero donde la transculturalidad sea un eje central y obligatorio en el diseño de estos nuevos estudios. La

comprensión de lo que es tener una buena vida, un buen funcionamiento personal y en sociedad cambian de un lugar a otro, de un contexto a otro y configuran prácticas sociales específicas, que pueden o no ser potenciadoras de una buena vida.

REFERENCIAS

EL

BA

- Alesina, A., Di Tella, R., y MacCulloch, R. (2004). Inequality and happiness: Are Europeans and Americans different? *Journal of Public Economics*, 88(9-10), 2009–2042. doi:10.1016/j.jpubeco.2003.07.006
- Amaya, L., Espinosa Pezzia, A., y Vozmediano, L. (2011). Relaciones entre el miedo al delito y el autoritarismo de derecha en estudiantes universitarios de Lima-Perú. *Boletín de Psicología*, (103), 7–28. Retrieved from <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N103-1.pdf>
- Argyle, M. (1987). *The Psychology of Happiness*. London: Routledge.
- Basabe, N., Páez, D., Valencia, J., González, J. L., Rimé, B., y Diener, E. (2002). Cultural dimensions, socioeconomic development, climate, and emotional hedonic level. *Cognition y Emotion*, 16(1), 103–125. doi:10.1080/02699930143000158
- Basabe, N., Páez, D., Valencia, J., González, J. L., Rimé, B., Pennebaker, J., y Diener, E. (1999). El Anclaje Sociocultural de la Experiencia Emocional de las Naciones. Un análisis colectivo. *Boletín de Psicología*, 62, 7–42. Retrieved from <http://ezproxy.library.uvic.ca/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyhy&AN=1999-03527-001&site=ehost-live&scope=site>
- Basabe, N., Páez, D., Valencia, J., Rimé, B., Pennebaker, J., Diener, E., y González, J. L. (2000). Sociocultural factors predicting subjective experience of emotion: A collective level analysis. *Psicothema*, 12(SUPPL. 1), 55–69.
- Basabe, N., y Ros, M. (2005). Cultural dimensions and social behavior correlates: Individualism-Collectivism and Power Distance. *Revue Internationale de Psychologie Sociale*, 18(1), 189–225.
- Basabe, N., Valencia, J., y Bobowik, M. (2011). Valores y actitudes: cultura de la violencia y paz. In D. Páez, C. M. Beristain, y J. L. González (Eds.), *Superando la Violencia Colectiva y Construyendo Cultura de Paz* (pp. 71–104). Madrid: Fundamentos.

- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., y Vohs, K. D. (2001). Bad is stronger than good. *Review of General Psychology*, 5(4), 323–370. doi:10.1037/1089-2680.5.4.323
- Berg, M., y Veenhoven, R. (2010). Income inequality and happiness in 119 nations. In B. Greve (Ed.), *Social Policy and Happiness in Europe* (p. pp 174–194). Cheltenham, UK: Edward Elgar Publishing.
- Bilbao, M. (2008). *Creencias Sociales y Bienestar: valores, creencias básicas, impacto de los hechos vitales y crecimiento psicológico*. Departamento de Psicología Social. Universidad del País Vasco.
- Bilbao, M., Páez, D., da Costa, S., y Martínez-Zelaya, G. (2013). Cambio en creencias básicas y crecimiento post estrés: Un estudio transversal sobre el fuerte impacto de los hechos positivos sobre el bienestar. *Terapia Psicológica*, 31(1), 127–139. doi:10.4067/S0718-48082013000100012
- Bilbao, M., Techio, E. M., y Páez, D. (2007). Felicidad, cultura y valores personales: estado de la cuestión y síntesis meta-analítica. *Revista de Psicología*, 25(2), 233–276.
- Bilbao, M., Techio, E. M., Zubieta, E., Cárdenas, M., Páez, D., Díaz, D., ... Blanco, A. (2011). Bienestar Subjetivo y Psicológico-Social: El impacto de la Violencia Colectiva. In D. Páez, C. Martín Beristain, J. L. González-Castro, N. Basabe, y J. de Rivera (Eds.), *Superando la Violencia Colectiva y Construyendo Cultura de Paz* (1st ed., pp. 207–246). Madrid: Editorial Fundamentos.
- Blanco, A., y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17(4), 582–589.
- Bobowik, M. (2013). *The Bright Side of the Migration. From Identity Management to Happiness*. Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Uniberstitatea.

- Bobowik, M., Basabe, N., Páez, D., Jiménez, A., y Bilbao, M. (2011). Personal Values and Well-Being among Europeans, Spanish Natives and Immigrants to Spain: Does the Culture Matter? *Journal of Happiness Studies*, 12, 401–419. doi:10.1007/s10902-010-9202-1
- Brasseur, S., Grégoire, J., Bourdu, R., y Mikolajczak, M. (2013). The Profile of Emotional Competence (PEC): Development and Validation of a Self-Reported Measure that Fits Dimensions of Emotional Competence Theory. *PLoS ONE*, 8(5). doi:10.1371/journal.pone.0062635
- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an Experimental Ecology of Human Development. *American Psychologist*, 32(7), 513–531. doi:10.1037/0003-066X.32.7.513
- Bronfenbrenner, U. (2002). *La Ecología del Desarrollo Humano*. Barcelona: Paidós.
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Kilmer, R. P., Gil-Rivas, V., Vishnevsky, T., y Danhauer, S. C. (2010). The Core Beliefs Inventory: a brief measure of disruption in the assumptive world. *Anxiety, Stress, and Coping*, 23(917153265), 19–34. doi:10.1080/10615800802573013
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Taku, K., Vishnevsky, T., Triplett, K. N., y Danhauer, S. C. (2010). A short form of the Posttraumatic Growth Inventory. *Anxiety, Stress, and Coping*, 23(2), 127–137. doi:10.1080/10615800903094273
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., y Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: the Event Related Rumination Inventory. *Anxiety, Stress, and Coping*, 24(February 2013), 137–156. doi:10.1080/10615806.2010.529901
- Caprara, G. V., Alessandri, G., Trommsdorff, G., Heikamp, T., Yamaguchi, S., y Suzuki, F. (2012). Positive Orientation Across Three Cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 43, 77–83. doi:10.1177/0022022111422257

- Cárdenas, M., Barrientos, J., Ricci, E., y Páez, D. (2015). Spanish Adaptation and Validation of the Posttraumatic Growth Inventory–Short Form. *Violence and Victims*, 30(5), 756–769. doi:10.1891/0886-6708.VV-D-13-00165
- Catlin, G., y Epstein, S. (1992). Unforgettable experiences: The relation of life events to basic beliefs about self and world. *Social Cognition*, 10(2), 189–209. doi:10.1521/soco.1992.10.2.189
- Celis-Atenas, K., Lillo, S., Díaz-Pardo, N., Villarroel, P. V., Páez, D., y Oyanedel, J. C. (2015). *Socioeconomic status, satisfaction with income and status and psychological well-being in Chile*. Santiago de Chile.
- CEP. (2014). *Encuesta Nacional de Opinión Pública*. Santiago de Chile. Retrieved from www.cepchile.cl
- Chapple, S., Forster, M., y Martin, J. P. (2009). *Inequality and Well Being in OECD Countries: What Do We Know. The 3rd OECD World Forum on “Statistics, Knowledge and Policy”. Charting Progress, Building Visions, Improving Life*. Busan, Korea. Retrieved from <https://www1.oecd.org/site/progresskorea/44109816.pdf>
- Cho, D., y Park, C. L. (2013). Growth Following Trauma : Overview and Current Status
Crecimiento tras el trauma : Revisión general y estado actual. *Terapia Psicológica*, 31(1), 69–79. doi:10.4067/S0718-48082013000100007
- Cobham, A., y Sumner, A. (2013a). *Is It All About the Tails? The Palma Measure of Income Inequality - Working Paper 343 | Center For Global Development* (No. 343). London. Retrieved from <http://www.cgdev.org/publication/it-all-about-tails-palma-measure-income-inequality>
- Cobham, A., y Sumner, A. (2013b). *Putting the Gini Back in the Bottle? “the Palma” As a Policy-Relevant Measure of Inequality*. London. Retrieved from

<http://www.kcl.ac.uk/aboutkings/worldwide/initiatives/global/intdev/people/Sumner/Cobham-Sumner-15March2013.pdf>

- Compton, W. C., Smith, M. L., Cornish, K. a, y Qualls, D. L. (1996). Factor structure of mental health measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(2), 406–413. doi:10.1037//0022-3514.71.2.406
- Cooper, D., McCausland, W. D., y Theodossiou, I. (2013). Income Inequality and Wellbeing: The Plight of the Poor and the Curse of Permanent Inequality. *Journal of Economic Issues*, 47(4), 939–958. doi:10.2753/JEI0021-3624470407
- Corsini, S. (2004). *Everyday emotional events and basic beliefs*. Louvain le Neuve: University of Louvain.
- Cruz, J. M. (1999). La victimización por violencia urbana: niveles y factores asociados en ciudades de América Latina y España. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 5(4-5), 259–267. doi:10.1590/S1020-49891999000400009
- D'Argembeau, A., y Van der Linden, M. (2008). Remembering pride and shame: self-enhancement and the phenomenology of autobiographical memory. *Memory*, 16(5), 538–547. doi:10.1080/09658210802010463
- Da Costa, S., Páez, D., Oriol, X., y Unzueta, C. (2014). Regulación de la afectividad en el ámbito laboral: validez de las escalas de hetero- regulación EROS y EIM. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 30(1), 13–22. doi:10.5093/tr2014a2
- Da Costa, S., Sandoval, J., Lira, G., Oriol, X., y Páez, D. (2015). Vitalidad, salud física y mental como correlatos del bienestar y la creatividad en una muestra de trabajadores chilenos del sector socio-educativo. In J. C. Oyanedel, M. Á. Bilbao, y D. Páez (Eds.), *La felicidad de los chilenos Estudios sobre bienestar* (pp. 167–189). Santiago de Chile: RIL editores.

- Dammert, L., y Arias, P. (2007). El desafío de la delincuencia en América Latina. In L. Dammert y L. Zúñiga (Eds.), *Seguridad y violencia: desafíos para la ciudadanía*. Santiago de Chile: FLACSO.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1–11. doi:10.1007/s10902-006-9018-1
- Delle Fave, A., Brdar, I., Wissing, M. P., Araujo, U., Castro Solano, A., Freire, T., ... Soosai-Nathan, L. (2016). Lay Definitions of Happiness across Nations: The Primacy of Inner Harmony and Relational Connectedness. *Frontiers in Psychology*, 7(January), 1–23. doi:10.3389/fpsyg.2016.00030
- Díaz, D., Stavraki, M., Blanco, A., y Gandarillas, B. (2015). The eudaimonic component of satisfaction with life and psychological well-being in Spanish cultures. *Psicothema*, 27(3), 247–253. doi:10.7334/psicothema2015.5
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. doi:10.1037/0033-2909.95.3.542
- Diener, E., y Diener, C. (1995). The wealth of nations revisited: Income and quality of life. *Social Indicators Research*, 36(3), 275–286.
- Diener, E., Diener, M., y Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 851–864. doi:10.1037/0022-3514.69.5.851
- Diener, E., Lucas, R. E., Schimmack, U., y Helliwell, J. (2009). *Well-being for Public Policy*. New York, NY US: Oxford University Press. doi:10.1093/acprof:oso/9780195334074.001.0001
- Diener, E., Ng, W., Harter, J., y Arora, R. (2010). Wealth and happiness across the world: material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts

- positive feeling. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 52–61.
doi:10.1037/a0018066
- Diener, E., Oishi, S., y Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425. doi:10.1146/annurev.psych.54.101601.145056
- Diener, E., y Suh, E. (2000). Measuring Subjective Well-being to Compare the Quality of Life of Cultures. *Culture and Subjective Well-Being*, 3–12. Retrieved from <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?rep=rep1ytype=pdfydoi=10.1.1.207.9398>
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., y Smith, H. L. (1999). Subjective Well-being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. doi:10.1037/0033-2909.125.2.276
- Diener, E., Tay, L., y Oishi, S. (2012). Rising Income and the Subjective Well-Being of Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(2), 267–276. doi:10.1037/a0030487
- Diener, E., y Tov, W. (2009). Well-being on planet earth. *Psychological Topics*, 18, 213–219.
- Fernandes, H. M., Vasconcelos-Raposo, J., y Brustad, R. (2012). Factors Associated with Positive Mental Health in a Portuguese Community Sample: A Look Through the Lens of Ryff ' s Psychological Well-Being Model. In V. Ollisah (Ed.), *Essential notes in Psychiatry*. Rijeka, Croatia: InTech. doi:10.5772/36907
- Foa, E. B., Ehlers, A., Clark, D. M., Tolin, D. F., y Orsillo, S. M. (1999). The posttraumatic cognitions inventory (PCTI): Development and validation. *Psychological Assessment*, 11(3), 303–314. doi:10.1037/1040-3590.11.3.303

- Föhrig, A. (2006). Introducción. In J. Varat y A. Garland (Eds.), *Participación ciudadana y percepción de inseguridad en América Latina* (p. 41). Washington: Woodrow Wilson International Center for Scholars. Retrieved from http://www.wilsoncenter.org/sites/default/files/LAP_August.pdf
- Fredrickson, B. (2009). *Positivity*. New York: Crown Publishers.
- Gallagher, M. W., Lopez, S. J., y Preacher, K. J. (2009). The hierarchical structure of well-being. *Journal of Personality*, 77(August), 1025–1049. doi:10.1111/j.1467-6494.2009.00573.x
- García, F., Jaramillo, C., Martínez, A. M., Valenzuela, I., y Cova, F. (2014). Respuestas Psicológicas Ante Un Desastre Natural: Estrés Y Crecimiento Postraumático. *Liberabit*, 20(1), 121–130. Retrieved from www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000100011
- Gergen, K. (1998). La psicología social como historia. *Revista Anthropos: Huellas Del Conocimiento*, 177, 39–49.
- Gluzmann, P. (2013). *Bienestar Subjetivo y Crecimiento Económico: Analizando la Paradoja del Crecimiento Infeliz en la Encuesta Mundial Gallup* (No. 152). Buenos Aires.
- Goldberg, D., y Hillier, V. (1979). A scaled version of the General Health Questionnaire. *Psychological Medicine*, 9(July 2009), 139–145. doi:10.1017/S0033291700021644
- Gray, E., Jackson, J., y Farrall, S. (2011). Feelings and functions in the fear of crime: Applying a new approach to victimisation insecurity. *British Journal of Criminology*, 51(1), 75–94. doi:10.1093/bjc/azq066
- Gross, J. J., y John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. doi:10.1037/0022-3514.85.2.348

- Hale, C. (1996). Fear of Crime: A Review of the Literature. *International Review of Victimology*, 4(2), 79–150. doi:10.1177/026975809600400201
- Haller, M., y Hadler, M. (2006). How social relations and structures can produce happiness and unhappiness: An international comparative analysis. *Social Indicators Research*, 75(2), 169–216. doi:10.1007/s11205-004-6297-y
- Hanson, R. F., Sawyer, G. K., Begle, A. M., y Hubel, G. S. (2010). The Impact of Crime Victimization on Quality of Life. *Journal of Traumatic Stress*, 23(2), 189–197. doi:10.1002/jts.20508
- Haring, M. J., Okun, M. A., y Stock, W. A. (1984). A quantitative synthesis of literature on work status and subjective well being. *Journal of Vocational Behavior*, 25(3), 316–324. doi:10.1016/0001-8791(84)90054-X
- Headey, B., y Wearing, A. (1989). Personality , Life Events , and Subjective Weil-Being : Toward a Dynamic Equilibrium Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(4), 731–739. doi:10.1037/0022-3514.57.4.731
- Heine, S. J., Markus, H. R., Lehman, D. R., y Kitayama, S. (1999). Is There a Universal Need for Positive Self-Regard ? *Psychological Review*, 106(4), 766–794.
- Helgeson, V., Reynolds, K., y Tomich, P. (2006). A meta-analytic review of benefit finding and growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 797–816. doi:10.1037/0022-006X.74.5.797
- Helliwell, J., Huang, H., y Wang, S. (2015). The Geography of World Happiness. In J. Helliwell, R. Layard, y J. Sachs (Eds.), *World Happiness Report 2015* (pp. 12–44). New York, NY US: SDSN.
- Helliwell, J., y Wang, S. (2013). World Happiness: Trends, explanations and distributions. In J. F. Helliwell, R. Layard, y J. Sachs (Eds.), *World Happiness Report 2013* (pp. 8–37). New York: Sustainable Development Solutions Network.

- Hervás, G., y Vázquez, C. (2013). Construction and validation of a measure of integrative well-being in seven languages: the Pemberton Happiness Index. *Health and Quality of Life Outcomes*, 11(1), 66. doi:10.1186/1477-7525-11-66
- Hicks, J., y King, L. (2007). Meaning in life and seeing the big picture: Positive affect and global focus. *Cognition y Emotion*, 21(7), 1577–1584. doi:10.1080/02699930701347304
- Hofstede, G. (2001). *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations Across Nations* (2nd ed.). Thousand Oaks, California: SAGE Publications.
- Hofstede, G., Hofstede, G. J., y Minkov, M. (2010). *Cultures and Organizations. Software of the Mind: Intercultural Cooperation and Its Importance for Survival* (3ed ed.). New York, NY US: McGraw Hill.
- Holmes, T., y Rahe, R. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11(5), 213–218. doi:10.1016/0022-3999(67)90010-4
- House, R., Hanges, P., Javidan, M., Dorfman, P., y Gupta, V. (2004). *Culture, leadership, and organizations : the GLOBE study of 62 societies*. Thousand Oaks, California: SAGE Publications.
- Howell, R. T., y Howell, C. J. (2008). The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 134(4), 536–560. doi:10.1037/0033-2909.134.4.536
- Hu, L., y Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. doi:10.1080/10705519909540118

- Huta, V., y Ryan, R. M. (2010). Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives. *Journal of Happiness Studies*, 11(6), 735–762. doi:10.1007/s10902-009-9171-4
- INE. (2013). *Encuesta Nacional Urbana de Seguridad Ciudadana*. Santiago de Chile. Retrieved from <http://www.seguridadpublica.gov.cl/encuestas/encuesta-nacional-urbana-de-seguridad-ciudadana-2013/>
- Inglehart, R., Foa, R., Peterson, C., y Welzel, C. (2008). Development, Freedom, and Rising Happiness: A Global Perspective (1981–2007). *Perspectives on Psychological Science*, 3(4), 264–285. doi:10.1111/j.1745-6924.2008.00078.x
- Jackson, J., y Gray, E. (2010). Functional fear and public insecurities about crime. *British Journal of Criminology*, 50(1), 1–22. doi:10.1093/bjc/azp059
- Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive Worlds and the Stress of Traumatic Events: Applications of the Schema Construct. *Social Cognition*, 7(2), 113–136. doi:10.1521/soco.1989.7.2.113
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered Assumptions: Toward a New Psychology of Trauma*. New York: Free Press.
- Jöreskog, K. G., y Sörbom, D. (1996). *LISREL 8: User's reference guide*. Chicago, IL.: Scientific Software International.
- Kahneman, D. (2011). *Pensar rápido, pensar despacio*. Barcelona: Debate.
- Kahneman, D., y Krueger, A. B. (2006). Developments in the Measurement of Subjective Well-Being. *Journal of Economic Perspectives*, 20(1), 3–24.
- Kahneman, D., y Riis, J. (2005). Living, and thinking about it: two perspectives on life. In F. A. Huppert, N. Baylis, y B. Keverne (Eds.), *The Science of Well-Being* (pp. 285–304). New York, NY US: Oxford University Press. doi:10.1126/science.1103572

- Kahneman, D., Wakker, P. P., y Sarin, R. (1997). Back to Bentham? Explorations of Experienced Utility. *Quarterly Journal of Economics*, 112(2), 375–405. doi:10.1162/003355397555235
- Kaler, M. E., Frazier, P. A., Anders, S. L., Tashiro, T., Tomich, P., Tennen, H., y Park, C. (2008). Assessing the Psychometric Properties of the World Assumptions Scale. *Journal of Traumatic Stress*, 21(2), 326–332. doi:10.1002/jtc.20343
- Kessler, G. (2009). *El sentimiento de inseguridad: sociología del temor al delito*. Buenos Aires: Veintiuno Editores.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121–140. doi:10.2307/2787065
- Keyes, C. L. M. (2006). Subjective well-being in mental health and human development research worldwide: An introduction. *Social Indicators Research*, 77(1), 1–10. doi:10.1007/s11205-005-5550-3
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., y Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022. doi:10.1037/0022-3514.82.6.1007
- King, L., y Hicks, J. (2009). Detecting and constructing meaning in life events. *The Journal of Positive Psychology*, 4(5), 317 – 330. doi:10.1080/17439760902992316
- King, L., Hicks, J., Krull, J. L., y Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 179–196. doi:10.1037/0022-3514.90.1.179
- Koskela, H. (2011). El desafío del miedo – delito y miedo al delito como problemas sociales urbanos. *Brazilian Geographical Journal: Geosciences and Humanities Research Medium*, 2(2), 274–285.

- Larsen, R. J., y Prizmic, Z. (2004). Affect Regulation. In R. F. Baumeister y K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation research* (pp. 40–60). New York, NY US: Guilford Press.
- Lima, M. L., y Novo, R. (2007). Nós por cá todos bem? Bem-estar subjetivo e social em Portugal e na Europa. In J. Vala y A. Torres (Eds.), *Atitudes, Valores e Estruturas Sociais na Europa* (pp. 147–182). Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.
- Lora, E., y Chaparro, J. C. (2008). *The Conflictive Relationship between Satisfaction and Income* (No. 642). Washington, DC. Retrieved from [http://publications.iadb.org/bitstream/handle/11319/1633/The Conflictive Relationship between Satisfaction and Income.pdf;jsessionid=FFCE952002C205059DBDF5292046508D?sequence=1](http://publications.iadb.org/bitstream/handle/11319/1633/The_Conflictive_Relationship_between_Satisfaction_and_Income.pdf;jsessionid=FFCE952002C205059DBDF5292046508D?sequence=1)
- Lorant, V., Deliège, D., Eaton, W., Robert, a., Philippot, P., y Anseau, M. (2003). Socioeconomic inequalities in depression: A meta-analysis. *American Journal of Epidemiology*, *157*(2), 98–112. doi:10.1093/aje/kwf182
- Lyubomirsky, S. (2008). *La Ciencia de la Felicidad*. Barcelona: Ediciones Urano.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K., y Schkade, D. (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology*, *9*(2), 111–131. doi:10.1037/1089-2680.9.2.111
- Machado, C., y Manita, C. (2009). Fear of Crime: Methodological considerations and results from a biannual survey in the city of Oporto. *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, *1*(1), 69–99.
- Malik, K. (2013). *Human Development Report 2013. The Rise of the South: Human Progress in a Diverse World*. New York, NY US.
- Matlin, M., y Stang, D. (1978). *The Pollyanna principle: Selectivity in language, memory, and thought*. Cambridge, UK: Schenkman Pub. Co.

- Matsumoto, D., Grissom, R. J., y Dinnel, D. L. (2001). Do Between-Culture Differences Really Mean that People are Different?: A Look at Some Measures of Cultural Effect Size. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 32, 478–490. doi:10.1177/0022022101032004007
- McFarland, C., y Alvaro, C. (2000). The impact of motivation on temporal comparisons: coping with traumatic events by perceiving personal growth. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 327–343. doi:10.1037/0022-3514.79.3.327
- McMillen, J. C. (2004). Posttraumatic Growth: What's it all about? *Psychological Inquiry*, 15(1), 48–52.
- Medina, J. (2003). Inseguridad ciudadana, miedo al delito y policía en España. *Revista Electrónica de Ciencia Penal Y Criminología*, 05(03), 12. Retrieved from <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=716309&info=resumen&idioma=SPA>
- Mezulis, A. H., Abramson, L. Y., Hyde, J. S., y Hankin, B. L. (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(5), 711–747. doi:10.1037/0033-2909.130.5.711
- Minkov, M., y Blagoev, V. (2012). What do Project GLOBE's cultural dimensions reflect? An empirical perspective. *Asia Pacific Business Review*, 18(August 2013), 27–43. doi:10.1080/13602381.2010.496292
- Mirowsky, J., Ross, C. E., y Van Willigen, M. (1996). Instrumentalism in the land of opportunity: Socioeconomic Causes and Emotional Consequences. *Social Psychology Quarterly*, 59(4), 322–337. doi:10.2307/2787074

- Moyano, E. (2016). Trends and challenges for the research of happiness in Latin America. In M. Rojas (Ed.), *Handbook of Happiness Research in Latin America* (pp. 63–87). Dordrecht: Springer Science + Business Media. doi:10.1007/978-94-017-7203-7_5
- Muntaner, C., Eaton, W. W., Miech, R., y O'Campo, P. (2004). Socioeconomic position and major mental disorders. *Epidemiologic Reviews*, 26, 53–62. doi:10.1093/epirev/mxh001
- Muratori, M., y Zubieta, E. (2010). Miedo al delito y victimización como factores influyentes en la percepción del contexto social y clima emocional. *Journal of Community Psychology*, 38(8), 960–974. Retrieved from <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N109.htm>
- Myers, D., y Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10–19. doi:10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x
- Ng, W., y Diener, E. (2014). What matters to the rich and the poor? Subjective well-being, financial satisfaction, and postmaterialist needs across the world. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(2), 326–38. doi:10.1037/a0036856
- Niven, K., Totterdell, P., Stride, C. B., y Holman, D. (2011). Emotion Regulation of Others and Self (EROS): The Development and Validation of a New Individual Difference Measure. *Current Psychology*, 30(1), 53–73. doi:10.1007/s12144-011-9099-9
- Norris, F. (1990). Screening for Traumatic Stress: A Scale for Use in the General Population. *Journal of Applied Social Psychology*, 20(20), 1704–1718. doi:10.1111/j.1559-1816.1990.tb01505.x
- Oishi, S. (2002). The Experiencing and Remembering of Well-Being: A Cross-Cultural Analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(10), 1398–1406. doi:10.1177/014616702236871

- Oishi, S. (2012). *The Psychological Wealth of Nations. Do happy people make a happy society?* United Kingdom: Wiley-Blackwell.
- Oishi, S., y Diener, E. (2000). Goals , Culture , and Subjective Well-Being, 1674–1682.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., y Suh, E. (1999). Cross-Cultural Variations in Predictors of Life Satisfaction: Perspectives from Needs and Values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(8), 980–990. doi:10.1177/01461672992511006
- Oishi, S., Diener, E., Suh, E., y Lucas, R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well-being. *Journal of Personality*, 67(February 1999), 157–184. doi:10.1111/1467-6494.00051
- Oishi, S., Kesebir, S., y Diener, E. (2011). Income inequality and happiness. *Psychological Science*, 22(9), 1095–1100. doi:10.1177/0956797611417262
- Oishi, S., Schimmack, U., y Diener, E. (2012). Progressive Taxation and the Subjective Well-Being of Nations. *Psychological Science*, 23(December 2011), 86–92. doi:10.1177/0956797611420882
- Open Science Collaboration. (2015). Estimating the reproducibility of psychological science. *Science*, 349(6251), aac4716–1 – aac4716–8. doi:10.1126/science.aac4716
- Páez, D. (2004). *Violencia Colectiva, clima emocional y procesos socioculturales*. San Sebastián.
- Páez, D., Arroyo, E., y Fernández, I. (1995). Catástrofes, situaciones de riesgo y factores psicosociales. *Mapfre Seguridad*, 57, 43–55.
- Páez, D., y Asún, D. (1994). Emotional climate, mood and collective behaviour: Chile 1973-1990. In F. for C. / I. Horizonte (Ed.), *Era in twilight. Friburg* (pp. 55–80). Bilbao.
- Páez, D., Beristain, C. M., González, J. L., Basabe, N., y de Rivera, J. (2011). *Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz*. Madrid: Fundamentos.

- Páez, D., Fernández, I., Ubillos, S., y Zubieta, E. (2004). *Psicología Social, Cultura y Educación*. Madrid: Pearson Educación.
- Páez, D., Martínez-Sánchez, F., Sevillano, V., Mendiburo, A., y Campos, M. (2012). Medida de estilos de regulación afectiva (MARS) ampliada en ira y tristeza. *Psicothema*, 24(2), 249–254.
- Páez, D., Mendiburo, A., y Martínez-Sánchez, F. (2013). Incremental Validity of Alexithymia, Emotional Coping and Humor Style on Happiness and Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 14, 1621–1637. doi:10.1007/s10902-012-9400-0
- Páez, D., Ruiz, J. I., Gailly, O., Kornblit, A. L., Wiesenfeld, E., y Vidal, C. M. L. (1997). Clima emocional: su concepto y medición mediante una investigación transcultural. *Revista de Psicología Social*, 12(1), 79–98. doi:10.1174/021347497320892045
- Páez, D., Velasco, C., y González, J. L. (1999). Expressive writing and the role of alexythymia as a dispositional deficit in self-disclosure and psychological health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(3), 630–641. doi:10.1037/0022-3514.77.3.630
- Páez, D., y Zubieta, E. (2004). Dimensiones culturales Individualismo-Colectivismo como síndrome cultural. In D. Páez, I. Fernández, S. Ubillos, y E. Zubieta (Eds.), *Psicología Social, Cultura y Educación* (pp. 55–72). Madrid: Pearson Educación.
- Palma, J. G. (2006). *Globalizing inequality: 'centrifugal' and "centripetal" forces at work* (No. 35). *Revue Tiers Monde*. New York, NY US. Retrieved from https://www.un.org/esa/desa/papers/2006/wp35_2006.pdf
- Palma, J. G. (2011). Homogeneous Middles vs. Heterogeneous Tails, and the End of the “Inverted-U”: It’s All About the Share of the Rich. *Development and Change*, 42(1), 87–153. doi:10.1111/j.1467-7660.2011.01694.x

- Park, C. L., y Fenster, J. R. (2004). Stress-Related Growth: Predictors of Occurrence and Correlates with Psychological Adjustment. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*(2), 195–215. doi:10.1521/jscp.23.2.195.31019
- Paul, K. I., y Moser, K. (2009). Unemployment impairs mental health: Meta-analyses. *Journal of Vocational Behavior, 74*(3), 264–282. doi:10.1016/j.jvb.2009.01.001
- Pegoraro, J. (2004). Resonancias y silencios sobre la inseguridad. *Argumentos, 4*, 1–7.
- Pennebaker, J., Páez, D., y Rimé, B. (1997). *Collective Memory of Political Events: Social Psychological Perspectives*. Mahwah: Lea.
- Pinquart, M., y Sörensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: a meta-analysis. *Psychology and Aging, 15*(2), 187–224. doi:10.1037/0882-7974.15.2.187
- Prati, G., y Pietrantonio, L. (2009). Optimism, Social Support, and Coping Strategies As Factors Contributing to Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis. *Journal of Loss and Trauma, 14*(5), 364–388. doi:10.1080/15325020902724271
- Redelmeier, D. a., Katz, J., y Kahneman, D. (2003). Memories of colonoscopy: A randomized trial. *Pain, 104*(1-2), 187–194. doi:10.1016/S0304-3959(03)00003-4
- Ross, C. E., y Mirowsky, J. (2006). Social Structure and Psychological Functioning. In J. Delamater (Ed.), *Handbooks of Social Psychology* (pp. 411–447). Madison, Wisconsin: Springer US. doi:10.1007/0-387-36921-X_17
- Rowlingson, K. (2011). *Does income inequality cause health and social problems?* York, England. Retrieved from <http://www.jrf.org.uk/sites/files/jrf/inequality-income-social-problems-full.pdf>
- Rözer, J. (2011). *Subjective well-being and national income inequality: who are hurt and when?* Radbound University Nijmegen.

- Ruiz, J. I. (2007). Cultura Ciudadana, Miedo al crimen y Victimización: un análisis de sus interrelaciones desde la perspectiva del tejido social. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(1), 65–74.
- Ruiz, J. I., y Turcios, L. (2009). Percepción de seguridad, victimización y cultura ciudadana: sus relaciones en cinco contextos iberoamericanos. *Pensamiento Psicológico*, 6(13), 193–202.
- Russo, S., y Roccato, M. (2010). How long does victimization foster fear of crime? a longitudinal study. *Journal of Community*, 38(8), 975–991. doi:10.1002/jcop.20408
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2001). ON HAPPINESS AND HUMAN POTENTIALS: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryan, R. M., y Huta, V. (2009). Wellness as healthy functioning or wellness as happiness: the importance of eudaimonic thinking (response to the Kashdan et al. and Waterman discussion). *The Journal of Positive Psychology*, 4(3), 202–204. doi:10.1080/17439760902844285
- Ryan, R. M., Huta, V., y Deci, E. L. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 139–170. doi:10.1007/s10902-006-9023-4
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D., y Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719

- Sachs, J. (2015). Investing in Social Capital. In J. F. Helliwell, R. Layard, y J. Sachs (Eds.), *World Happiness Report 2015* (pp. 152–167). New York, NY US: SDSN.
- Sagiv, L., y Schwartz, S. H. (2000). Value priorities and subjective well-being: direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30(2), 177–198. doi:10.1002/(Sici)1099-0992(200003/04)30:2<177::Aid-Ejsp982>3.0.Co;2-Z
- San Juan, C., Vergara, A. I., y Germán, I. (2005). Propiedades psicométricas de un cuestionario para la evaluación de la calidad de vida urbana y el miedo al delito. *Revista Española de ...*, 3, 1–13. Retrieved from <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2083349>
- Sánchez-López, M. P., y Dresch, V. (2008). The 12-Item General Health Questionnaire (GHQ-12): Reliability, External Validity and Factor Structure in the Spanish Population. *Psicothema*, 20(4), 839–843.
- Sapolsky, R. M. (2005). The influence of social hierarchy on primate health. *Science (New York, N.Y.)*, 308(5722), 648–652. doi:10.1126/science.1106477
- Scherer, K. R. (1997). The role of culture in emotion-antecedent appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 902–922. doi:10.1037/0022-3514.73.5.902
- Schimmack, U. (2003). Affect Measurement in Experience Sampling Research. *Journal of Happiness Studies*, 4(1), 79–106. doi:10.1023/A:1023661322862
- Schmitt, D. P., y Allik, J. (2005). Simultaneous administration of the Rosenberg Self-Esteem Scale in 53 nations: exploring the universal and culture-specific features of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(4), 623–642. doi:10.1037/0022-3514.89.4.623

- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theory and empirical tests in 20 countries. In M. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 25, pp. 1–65). New York: Academic Press.
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the structure and content of human values? *Journal of Social Issues*, 50(4), 19–45.
- Schwartz, S. H. (2001). ¿Existen aspectos universales en la estructura y contenido de los valores? In M. Ros y V. V. Gouveia (Eds.), *Psicología social de los valores humanos* (pp. 53–78). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Schwartz, S. H., y Boehnke, K. (2004). Evaluating the structure of human values with confirmatory factor analysis. *Journal of Research in Personality*, 38, 230–255. doi:10.1016/S0092-6566(03)00069-2
- Schwartz, S. H., Cieciuch, J., Vecchione, M., Davidov, E., Fischer, R., Beierlein, C., ... Konty, M. (2012). Refining the theory of basic individual values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103(4), 663–688. doi:10.1037/a0029393
- Seligman, M., y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14. doi:10.1037//0003-066X.55.1.5
- Seligman, M., Steen, T. a, Park, N., y Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *The American Psychologist*, 60(5), 410–421. doi:10.1037/0003-066X.60.5.410
- Setterlind, S., y Larsson, G. (1995). The stress profile: A psychosocial approach to measuring stress. *Stress Medicine*, 11, 85–92. doi:10.1002/smi.2460110116
- Smith, R. H., Parrott, W. G., Ozer, D., y Moniz, A. (1994). Subjective injustice and inferiority as predictors of hostile and depressive feelings in envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(6), 705–711. doi:10.1177/0146167294206008

- Soto, S. (2005). Percepción Social De La Delincuencia. *Revista Electrónica de Ciencia Penal Y Criminología*, 07, 1–46.
- Stafford, M., Chandola, T., y Marmot, M. (2007). Association Between Fear of Crime and Mental Health and Physical Functioning. *American Journal of Public Health*, 97, 2076–2081. doi:10.2105/AJPH.2006.097154
- Suh, E., Diener, E., y Fujita, F. (1996). Events and subjective well-being: only recent events matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 1091–1102. doi:10.1037/0022-3514.71.5.842
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., y Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 482–493. doi:10.1037/0022-3514.74.2.482
- Taylor, S. E. (1991). Asymmetrical effects of positive and negative events: the mobilization-minimization hypothesis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 67–85. doi:10.1037/0033-2909.110.1.67
- Techio, E. M., Zubieta, E., Páez, D., de Rivera, J., Rimé, B., y Kanyangara, P. (2011). Clima emocional y violencia colectiva: El estado de la cuestión e instrumentos de medición. In D. Páez, C. Martin Beristain, J. L. González-Castro, y J. de Rivera (Eds.), *Superando la Violencia Colectiva y Construyendo Cultura de Paz* (pp. 105–150). Madrid: Fundamentos.
- Tedeschi, R. G., y Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455–471. doi:10.1007/BF02103658
- Therborn, G. (2015). *La desigualdad mata*. Madrid, Spain: Alianza.

- Twenge, J. M., y Campbell, W. K. (2001). Age and Birth Cohort Differences in Self-Esteem: A Cross-Temporal Meta-Analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 5, 321–344. doi:10.1207/S15327957PSPR0504_3
- Unkelbach, C., Fiedler, K., Bayer, M., Stegmüller, M., y Danner, D. (2008). Why positive information is processed faster: the density hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 36–49. doi:10.1037/0022-3514.95.1.36
- Vázquez, C., Duque, A., y Hervás, G. (2013). Satisfaction with life scale in a representative sample of Spanish adults: validation and normative data. *The Spanish Journal of Psychology*, 16, 1–15. doi:10.1017/sjp.2013.82
- Vázquez, C., y Hervás, G. (2013). Addressing Current Challenges in Cross-Cultural Measurement of Well-Being: The Pemberton Happiness Index. In H. H. Knoop y A. Delle Fave (Eds.), *Well-being and Cultures. Perspectives from Positives Psychology* (Vol. 3, pp. 31–49). doi:10.1007/978-94-007-4611-4
- Vázquez, C., y Páez, D. (2011). Posttraumatic growth in Spain. In T. Weiss y R. Berger (Eds.), *Posttraumatic Growth and Culturally Competent Practice* (pp. 97–112). New York: Wiley y Sons.
- Vázquez, C., Pérez-Sales, P., y Matt, G. (2006). Post-traumatic stress reactions following the March 11, 2004 terrorist attacks in a Madrid community sample: a cautionary note about the measurement of psychological trauma. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 61–74.
- Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3, 87 – 116.
- Veenhoven, R. (2000). Wellbeing in the welfare state: Level not higher, distribution not more equitable. *Journal of Comparative Policy Analysis: Research and Practice*, 2(1), 91–125. doi:10.1080/13876980008412637

- Vozmediano, L., San Juan, C., y Vergara, A. I. (2008). Problemas de medición del miedo al delito. *Revista Electrónica de Ciencia Penal Y Criminología*, 10, 1–17.
- Vozmediano, L., Vergara, A. I., y San Juan, C. (2010). El estudio científico del miedo al delito: algunas reflexiones sobre un fenómeno urbano, mediático y político. *International E-Journal of Criminal Science*, 4(2010), 1–20. Retrieved from <http://www.ehu.es/ojs/index.php/inecs/article/viewArticle/924>
- Vuanello, R. (2006). Un nuevo instrumento de evaluación psicológica: el cuestionario de inseguridad urbana (CIU). *Interdisciplinaria*, 23(1), 17–45. Retrieved from http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272006000100003yscript=sci_arttext
- Walker, W. R., Skowronski, J. J., y Thompson, C. P. (2003). Life is pleasant--and memory helps to keep it that way! *Review of General Psychology*, 7(2), 203–210. doi:10.1037/1089-2680.7.2.203
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678–691. doi:10.1037/0022-3514.64.4.678
- Waterman, A. S. (2008). Reconsidering happiness: a eudaimonist's perspective. *The Journal of Positive Psychology*, 3(4), 234–252. doi:10.1080/17439760802303002
- Watson, D. (2001). *Mood and Temperament*. New York: Guilford Press.
- Watson, D., Clark, L. a, y Tellegen, a. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070. doi:10.1037/0022-3514.54.6.1063
- Wilkinson, R., y Pickett, K. E. (2009a). Income Inequality and Social Dysfunction. *Annual Review of Sociology*, 35, 493–514. doi:10.1146/annurev-soc-070308-115926

- Wilkinson, R., y Pickett, K. E. (2009b). *The Spirit Level. Why More Equal Societies Almost Always Do Better*. London: Penguin.
- World Bank. (2013). World Development Indicators. Washington, DC: World Bank.
- World Health Organization. (2014). *Social determinants of mental health*. Geneva, Switzerland: WHO Press.
- WVS. (2015). World Value Survey 1981-2014 Longitudinal Aggregate v.20150418, 2015. Madrid, Spain: Aggregate File Producer: JDSystems Data Archive. Retrieved from www.worldvaluessurvey.org
- Yamaguchi, S., Greenwald, A. G., Banaji, M. R., Murakami, F., Chen, D., Shimomura, K., ... Krendl, A. (2007). Apparent universality of positive implicit self-esteem. *Psychological Science*, *18*(6), 498–500. doi:10.1111/j.1467-9280.2007.01928.x
- Yu, C.-Y. (2002). *Evaluating cutoff criteria of model fit indices for latent variable models with binary and continuous outcomes*. University of California. Retrieved from <http://statmodel2.com/download/Yudissertation.pdf>
- Zubieta, E., y Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires.pdf. *Anuario de Investigaciones*, *17*, 277–283. Retrieved from http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-16862010000100027
- Zubieta, E., Muratori, M., y Mele, S. (2012). Bienestar, clima emocional, percepción de problemas sociales y confianza. *Anuario de Investigaciones*, *19*, 97–106.