

Bienestar psicológico y variables sociodemográficas en una muestra de trabajadores y estudiantes universitarios chilenos*

Psychological Wellbeing and Sociodemographic Variables in a Sample of Chilean University Workers and Students



Ricardo Jorquera Gutiérrez
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7059-8488>
ricardo.jorquera@uda.cl
Universidad de Atacama, Chile

Recibido: 22 agosto 2020
Revisado: 07 febrero 2021
Aceptado: 12 octubre 2021

Resumen

A partir del concepto de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (1989), el objetivo del presente estudio fue describir y comparar este constructo en trabajadores de diversas industrias y estudiantes de educación superior. La muestra fue de 415 participantes, seleccionados mediante muestreo de tipo no probabilístico intencional. Del total de la muestra, el 76.9 % (n = 319) fueron trabajadores de industrias y un 23.1 % (n=96) estudiantes de educación superior. Se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Díaz et ál, 2006) en su versión adaptada. Se encontraron diferencias significativas entre trabajadores y estudiantes. Las mayores diferencias se observan al comparar la muestra según ingresos familiares. Según el sexo y la edad solo se encuentran diferencias en el componente de relaciones positivas. Es posible concluir respecto al importante papel del trabajo sobre el bienestar psicológico y de cómo este varía de acuerdo a las condiciones socioeconómicas del trabajador y del rubro en el cual se desempeña.

Palabras clave: bienestar psicológico, trabajadores, estudiantes universitarios.

Abstract

Based on Carol Ryff's (1989) concept of psychological well-being, this study aimed to

describe and compare this construct in workers from various industries and higher education students. The sample was of an intentional non-probabilistic type and consisted of 415 participants; 76.9% (n = 319) were workers from three types of industries and 23.1% (n = 96) were higher education students. Data collection was carried out using the adapted version of the Ryff Psychological Wellbeing Scale (Díaz et al., 2006). The results show significant differences between workers and students. The greatest differences are observed when comparing the sample according to family income. According to sex and age, differences are found only in the positive relationships component. It is possible to conclude the importance of the role of the work on psychological wellbeing and how it varies according to the socioeconomic conditions of the worker and the field in which he/she works.

Keywords: psychological wellbeing, workers, university students.

Introducción

Ryff (1989) define el concepto de bienestar psicológico como el esfuerzo por perfeccionar el potencial propio, caracterizándolo como un constructo que representa el nivel de desarrollo psicológico de cada individuo, mientras interactúa de forma armoniosa y satisfactoria con respecto a su entorno y actividades. Esta autora define un modelo multidimensional del bienestar psicológico, el cual, estaría conformado por seis factores. Las definiciones teóricas de cada una de las dimensiones del Bienestar Psicológico (Keyes et ál., 2002 en Díaz et ál., 2006; Ryff y Keyes, 1995) son: *Autoaceptación*, relacionada con los sentimientos positivos que un individuo experimenta al sentirse satisfecho consigo mismo; *Relaciones positivas con los demás*, relacionada con la priorización que realiza la persona por desarrollar relaciones estrechas con otros, asentadas en valores de confianza y empatía. (Ortiz y Castro,

2009); *Autonomía*, la cual implica sostener la propia individualidad en diferentes contextos sociales, lo cual lleva a que las personas logren mejorar sus convicciones, con base en la autodeterminación, y así mantener su autonomía personal e independencia (Ryff y Keyes, 1995); *Dominio Ambiental*, relacionada con la sensación de poder seleccionar e influir en el mundo de forma favorable de acuerdo con las necesidades propias y propósitos (Díaz et ál., 2006). *Propósito en la vida*, la cual conlleva a una cohesión entre los esfuerzos y los retos del individuo, y en donde adquiere importancia el establecimiento de metas para luego generar los objetivos específicos que permitan otorgar un sentido o significado a la vida (Díaz et ál., 2006); *Crecimiento personal*, relacionada con llevar a un estado superior las potencialidades personales (Ortiz y Castro, 2009), por consiguiente, implica una actividad dinámica de aprendizaje en la cual se desarrollan fortalezas aplicadas y previamente aprendidas (Keyes et ál., 2002).

Se han reportado varios estudios en donde se aplica el constructo de bienestar psicológico en población universitaria y trabajadores. Así, Valle, Beramendi y Delfino (2011) encontraron altos niveles de bienestar psicológico y social en estudiantes, aunque reportan diferencias en relación con algunas variables sociodemográficas. Entre estas diferencias, encontraron que las mujeres presentaban puntuaciones más altas que los hombres en las dimensiones de relaciones positivas y dominio del entorno. En relación con el estado civil, los participantes que estaban casados o que convivían con su pareja reportaron puntajes más elevados en las dimensiones de autoaceptación, dominio del entorno y propósito en la vida. Junto a esto, las personas que se percibían con un mayor nivel socio-económico poseían niveles más altos en las dimensiones integración social y en la dimensión de crecimiento personal. Las autoras señalan que estas personas se

sentirían parte integral de la sociedad, con fuertes sentimientos de pertenencia y lazos sociales. Barra, Soto y Schmidt (2013) examinaron la relación entre el modelo multidimensional de bienestar psicológico de Ryff y el modelo de los cinco factores de personalidad en estudiantes universitarios. Estos autores encontraron que el bienestar psicológico y sus dimensiones se relacionaron de forma inversa con el neuroticismo y de forma directa con los restantes factores de personalidad, y que los factores de responsabilidad y neuroticismo eran los que tenían mayor influencia, es decir, mayor peso estadístico, en el bienestar psicológico. Estos resultados son consistentes con otros estudios que han mostrado que puntajes altos en extraversión, responsabilidad, autoestima y bajo neuroticismo explicarían el bienestar subjetivo y psicológico (González-Villalobos y Marrero, 2017).

En este mismo sentido, Rosa-Rodríguez et ál. (2015) evaluaron la relación entre las dimensiones de bienestar psicológico y el apoyo social en estudiantes universitarios de pregrado y posgrado. Los resultados mostraron correlaciones bajas y moderadas entre las escalas de bienestar psicológico y las sub-escalas de apoyo social. Las mujeres exhibieron promedios significativamente más altos en las escalas de crecimiento personal y propósito en la vida. Asimismo, encontraron diferencias significativas entre los niveles de pregrado y doctorado en tres de las dimensiones evaluadas: relaciones positivas con otros, dominio del entorno e interacción social positiva. Siendo los estudiantes doctorales los que tienen promedios más altos en estas tres dimensiones. Otros estudios en población universitaria han mostrado la relación entre bienestar psicológico y actividad física, encontrando diferencias significativas favoreciendo estudiantes universitarios físicamente activos en sus niveles de bienestar

percibido, en dimensiones como la autoestima y la satisfacción con la vida (Fernández et ál., 2015).

Respecto a las variables laborales, algunos estudios reportan la relación entre bienestar con *burnout* o asociaciones con otras consecuencias negativas de variables como el *mobbing*, los sistemas de turno o el desempleo. Amutio, Ayestaran y Smith (2008) evaluaron los niveles del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (SQT) y bienestar psicológico en el trabajo en profesionales sanitarios en el País Vasco. Los análisis de correlaciones y de regresión mostraron que la sobrecarga, la falta de reconocimiento y desarrollo profesional se relacionan significativamente con altos niveles del síndrome y bajos niveles de bienestar de forma inversa. Así mismo, el SQT permitiría predecir una serie de consecuencias negativas a nivel físico, psicológico, socio-familiar, y profesional. Por su parte, el bienestar psicológico y la dureza emocional podrían amortiguar dichas consecuencias en diferentes proporciones. García-Izquierdo et ál. (2006) analizaron variables psicológicas de bienestar que están relacionadas con el *mobbing* en una muestra de trabajadores de los sectores sanitario y educativo. Sus resultados revelaron correlaciones significativas entre *mobbing* y *burnout*, satisfacción laboral y bienestar psicológico. Encontraron que la insatisfacción, el agotamiento emocional, el cinismo y los síntomas depresivos permitieron clasificar adecuadamente a los sujetos con alto y bajo riesgo de *mobbing*. Así mismo, Estramiana et ál. (2012) analizaron la asociación entre desempleo y bienestar psicológico comparando trabajadores y desempleados, una de Brasil y otra de España. Los resultados mostraron que el desempleo estuvo asociado a un deterioro del bienestar psicológico, particularmente en la muestra española y que estas diferencias eran independientes de la duración del desempleo, el sexo y la edad.

Otros estudios han mostrado la relación del bienestar con variables que pueden potenciarlo. García, Manquían y Rivas (2016) evaluaron la influencia de las estrategias de afrontamiento y el apoyo social sobre el bienestar psicológico en cuidadores informales. Encontraron que el apoyo de los amigos resultó ser el único predictor significativo del bienestar psicológico y entre las estrategias de afrontamiento, la aceptación fue el único predictor significativo. Con estos resultados los autores concluyen respecto a la importancia del apoyo social para disminuir el malestar y promover el bienestar de los cuidadores. Por otro lado, Millan et ál. (2014) realizaron un estudio sobre el valor de la inteligencia emocional y la disposición a fluir en el trabajo como factores de protección personal ante las diferentes fuentes de estrés laboral y como promotores del bienestar psicológico en docentes universitarios de Venezuela. Los resultados indicaron que ambas variables poseen un efecto de protección sobre algunas fuentes de estrés laboral y de promoción del bienestar psicológico. Así mismo, Moreno-Jimenez y Galvez (2013) analizaron el efecto del distanciamiento psicológico del trabajo sobre el bienestar y la satisfacción con la vida. Encontraron que los procesos de distanciamiento y de bienestar emocional mantienen una relación de influencia mutua a lo largo del tiempo. De manera particular observaron que una relación estrictamente recíproca entre la ansiedad y el distanciamiento laboral. Ambas variables interactuaron recíprocamente, de forma que el nivel y la capacidad de distanciamiento afectó significativamente por los niveles previos de ansiedad. En la misma línea, la ansiedad actuó reduciendo la capacidad de distanciarse psicológicamente del propio trabajo, y por su parte el distanciamiento psicológico actuó como un factor distractor, disminuyendo la tensión cognitiva y emocional. Finalmente, Avendaño y Román (2002) evaluaron el efecto de los roles múltiples

en el bienestar psicológico en enfermeras en Chile. Observaron que la variable laboral de turnos rotativos se relacionó directamente con bienestar psicológico.

Otras investigaciones han analizado la relación del bienestar con el desempeño laboral. En este sentido, Aparicio y Marsollier (2011) analizan la dinámica de educación-trabajo a partir del análisis de factores educacionales y psicosociales que inciden en el desempeño laboral de universitarios trabajando en el sector público en Argentina. De manera particular procuraron conocer el nivel de desgaste laboral y bienestar psicológico en empleados con distinto nivel de instrucción y posicionamiento jerárquico que se desempeñan en una dependencia del Gobierno de Mendoza, Argentina. Sus resultados mostraron una tendencia más marcada por parte de los universitarios al riesgo o padecimiento del desgaste laboral, mientras que los niveles de bienestar psicológico tendieron a reducirse para este grupo. Cualitativamente, describieron el deseo latente de realización, el cual surgió con más fuerza para el grupo de universitarios; expectativas alentadas por haber alcanzado un mayor nivel de instrucción. Por otro lado, Marsollier y Aparicio (2011) procuran establecer relación entre bienestar psicológico en el trabajo y su vinculación con el afrontamiento en situaciones conflictivas. En términos generales, observan que las estrategias de afrontamiento asociadas al bienestar psicológico son similares, tanto para sujetos no universitarios como universitarios. Por otro lado, Mañas, Salvador, Boada, González y Agulló (2007) analizaron el papel de la satisfacción laboral, la satisfacción por la vida y el bienestar psicológico como antecedentes del compromiso organizacional. Sus resultados reflejan que la mayor influencia se produce en la satisfacción laboral, seguido de la satisfacción por la vida y bienestar psicológico. A su vez, observaron el impacto

que tiene el trabajo dinámico en la decisión del empleado de comprometerse con la organización. Finalmente, Leal-Soto, Dávila y Valdivia (2014) exploraron las relaciones entre bienestar psicológico, prácticas docentes con efectos motivacionales orientadas al aprendizaje y clima motivacional de clase orientado al aprendizaje, en un grupo de 46 profesores y 1 266 estudiantes. Encontraron correlación significativa entre bienestar psicológico y prácticas docentes con efectos motivacionales orientadas al aprendizaje. Sus resultados relevan la variable bienestar psicológico del profesor como un factor que podría facilitar su disposición hacia las prácticas docentes con efectos motivacionales orientadas al aprendizaje.

La presente investigación tuvo como objetivo general describir y comparar el bienestar psicológico de trabajadores de la minería, la educación y la salud, de acuerdo a diversas variables sociodemográficas, como el sexo, la edad y nivel de ingresos familiares; y laborales, como el rubro y los años de experiencia. A su vez, se intentó comparar el bienestar psicológico entre el grupo de trabajadores evaluados y una muestra de estudiantes universitarios. Con esto, se pretende contribuir con una caracterización que favorezca una comprensión del bienestar psicológico y como este tendría variaciones según determinadas condiciones laborales y sociodemográficas del trabajador.

Metodología

Diseño de Investigación

Se realizó un estudio no experimental transeccional, a través del cual se observó y describió las relaciones entre el bienestar psicológico y las variables sociodemográficas. No se realizó manipulación de variables y se

recolectaron los datos en un solo momento (Hernández et ál., 2010)

Participantes

Para la recolección de la muestra se realizó un muestreo no probabilístico intencional. La muestra quedó compuesta por 415 participantes. El 26.3 % (n = 109) eran trabajadores de dos establecimientos de educación escolar de tipo subvencionados de la Región de Atacama, Chile. Estos trabajadores eran directivos, profesores de enseñanza básica y media, y asistentes de la educación (técnicos, psicólogos, fonoaudiólogos, inspectores, entre otros). Un 35.2 % (n = 146) eran trabajadores de dos centros de salud de la Región de Atacama: un hospital y un centro de salud familiar. Estos participantes trabajaban en áreas médicas (médicos, enfermeras y otros profesionales de salud), administrativos y auxiliares. Un 15.4 % (n = 64) fueron trabajadores de empresas mineras y de servicios a la minería. En este sentido, la muestra estuvo constituida por trabajadores que ocupaban cargos de jefatura, supervisores y operativos. Junto a esta muestra de trabajadores, hubo un 23.1 % (n = 96) de participantes que fueron estudiantes de educación superior de carreras asociadas a las ciencias sociales (psicología), salud (enfermería y kinesiología) e ingeniería (prevención de riesgos). Es importante precisar que la intención de incluir un grupo de estudiantes en la muestra debido a que no son trabajadores formales. En este sentido, se consideraron como grupo de comparación de lo que ocurre con los trabajadores, y con esto poder contrastar la hipótesis de que existirían diferencias entre trabajadores y no trabajadores.

Según la variable de sexo, el 37.3 % eran hombres y un 62.7 % mujeres. A su vez, el 45.2 % de los sujetos tenían edades entre los 18 y

29 años de edad, el 18.9 % tenían entre 30 y 39 años, el 18 % tenían entre 40 y 49 años y el 18 % eran mayores de 50 años.

En cuanto a los aspectos éticos, el acceso a los grupos de trabajadores y estudiantes señalados se dio con las debidas autorizaciones. En el caso de los trabajadores, de cada una de las organizaciones en las cuales prestaban servicios. A su vez, en el caso de los estudiantes, de la universidad a la cual pertenecían. Por otra parte, los participantes firmaron un consentimiento informado, previa explicación de los objetivos de la encuesta, la finalidad del estudio y la confidencialidad de los datos individuales.

Recolección de datos

La recolección de los datos se realizó mediante un instrumento de autorreporte compuesto por la adaptación española de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Diaz et ál., 2006), y varios aspectos sociodemográficos de los participantes: sexo, edad, estado civil, número de hijos, experiencia laboral, nivel de ingresos, nivel escolaridad, tipo de contrato (preguntas con escalas de medida categóricas, dicotómicas y policotómicas).

Respecto a la adaptación española de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff es preciso indicar que ha mostrado propiedades psicométricas adecuadas en población chilena (Chitgian et ál., 2013; Gallardo y Moyano, 2012; Véliz, 2012; Villarroel et ál., 2013). Desde el punto de vista de la validez,

Gallardo y Moyano (2012) confirmaron el modelo original de seis factores, el cual obtuvo un mejor ajuste comparado con otros modelos. Chitgian, Urzúa y Vera (2013) evidenciaron un alfa de 0.89 y una estabilidad temporal de 0.80 de este instrumento. Por su parte, Esta escala estuvo compuesta por 29 ítems agrupados en seis factores: autoaceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas con otros, dominio ambiental, y autonomía.

Análisis de Datos

Se utilizaron análisis de estadística descriptivas e inferenciales para la descripción de las variables. Dentro de las primeras se realizaron medidas de tendencia central y dispersión, principalmente la desviación estándar. Las comparaciones entre dos grupos se efectuaron mediante pruebas t de student. La comparación de varios grupos se efectuó mediante análisis de varianza (ANOVA). Adicionalmente, se evaluó el tamaño del efecto mediante el coeficiente de eta parcial al cuadrado. Todos estos cálculos se efectuaron con el soporte del software estadístico SPSS-20.

Resultados

La tabla 1 muestran los estadísticos descriptivos de bienestar psicológico como índice global y separado por dimensiones por cada uno de los grupos evaluados.

Tabla 1.
Estadísticos descriptivos Dimensiones Bienestar Psicológico y ANOVA según grupo

	Estudiantes		Trab. Educación		Trab. Salud		Trab. Minería		F	p	ηp^2
	Media	DS	Media	DS	Media	DS	Media	DS			
Bienestar psicológico	4.86	0.53	4.94	0.53	4.94	0.64	5.02	0.49	0.99	0.397	0.007
Autoaceptación	5.08	0.66	5.28	0.64	5.33	0.83	5.38	0.50	3.195	0.023	0.023
Relaciones positivas	4.78	0.93	4.72	1.00	4.46	1.19	4.53	0.92	2.343	0.073	0.017
Autonomía	4.40	0.84	4.26	0.88	4.53	0.84	4.66	0.79	3.782	0.011	0.027
Dominio del entorno	4.73	0.67	4.81	0.71	4.84	0.83	4.95	0.64	1.17	0.321	0.009
Crecimiento personal	5.12	0.68	5.24	0.63	5.08	0.83	5.27	0.56	1.641	0.179	0.012
Propósito en la vida	5.06	0.68	5.33	0.60	5.41	0.76	5.32	0.57	5.266	0.001	0.037

Fuente: elaboración propia

Los estudiantes mostraron en el índice global de bienestar psicológico una media de 4.86 (DS = 0.53). Las dimensiones mejor evaluadas fueron el crecimiento personal (M = 5.12; DS = 0.68), la autoaceptación (M = 5.08; DS = 0.66) y propósito en la vida (M = 5.06; DS = 0.68). Por otro lado, las dimensiones con menor puntaje fueron autonomía (M = 4.4; DS = 0.84), seguido por dominio del entorno (M = 4.73; DS = 0.67) y relaciones positivas (M = 4.78; DS = 0.93).

Por otro lado, los trabajadores de la educación escolar mostraron en el índice global de bienestar psicológico una media de 4.94 (DS = 0.53). Las dimensiones mejor evaluadas fueron propósito en la vida (M = 5.33; DS = 0.60), autoaceptación (M = 5.28; DS = 0.64), crecimiento personal (M = 5.24; DS = 0.63). Las dimensiones con menor puntaje fueron autonomía (M = 4.26; DS = 0.88), seguido por relaciones positivas (M = 4.72; DS = 0.99) y dominio del entorno (M = 4.81; DS = 0.71).

Los trabajadores del sector salud mostraron en el índice global de bienestar psicológico una media de 4.94 (DS = 0.64). Las dimensiones mejor evaluadas fueron propósito en la vida (M = 5.41; DS = 0.76), autoaceptación (M = 5.32; DS = 0.83), crecimiento personal (M = 5.08; DS = 0.83). Las dimensiones con menor puntaje fueron relaciones positivas (M = 4.46;

DS = 1.19), autonomía, (M = 4.53; DS = 0.84) y dominio del entorno (M = 4.84; DS = 0.83).

Los trabajadores del sector de la minería mostraron en el índice global de bienestar psicológico una media de 5.02 (DS = 0.49). Las dimensiones mejor evaluadas fueron autoaceptación (M = 5.38; DS = 0.50), propósito en la vida (M = 5.32; DS = 0.57), crecimiento personal (M = 5.27; DS = 0.56). Las dimensiones con menor puntaje fueron relaciones positivas (M = 4.53; DS = 0.92), autonomía, (M = 4.66; DS = 0.79) y dominio del entorno (M = 4.95; DS = 0.64).

Al realizar la comparación del bienestar psicológico, como índice global, no se observa una diferencia significativa entre los grupos evaluados ($F_{(3,407)} = 0.990$; $p = 0.397$). Sin embargo, al ver las dimensiones específicas del bienestar se observan diferencias significativas en las dimensiones autoaceptación ($F_{(3,407)} = 3.195$; $p = 0.023$; $\eta p^2 = 0.023$), autonomía ($F_{(3,407)} = 3.782$; $p = 0.011$; $\eta p^2 = 0.027$) y propósito en la vida ($F_{(3,407)} = 5.266$; $p = 0.001$; $\eta p^2 = 0.037$).

La comparación post hoc de la dimensión autoaceptación, usando la prueba DHS de Tukey, muestra una diferencia significativa entre el grupo de estudiantes y los

trabajadores de la salud ($p = 0.037$) y minería ($p = 0.043$). En el caso de la prueba post hoc en la dimensión autonomía se observa una diferencia significativa entre estudiantes y trabajadores de la minería ($p = 0.014$).

Por otra parte, la comparación post hoc en la dimensión propósito en la vida evidencia una diferencia significativa entre estudiantes y trabajadores de la educación ($p = 0.023$) y la salud ($p = 0.001$).

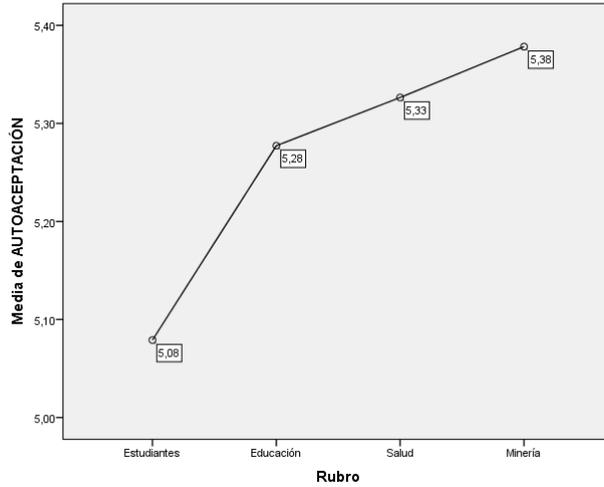


Figura 1.
Autoaceptación según el rubro
Fuente: elaboración propia.

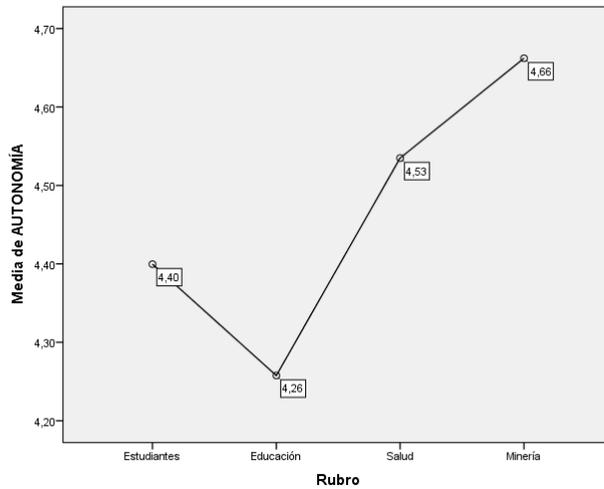


Figura 2.
Autonomía según el rubro
Fuente: elaboración propia.

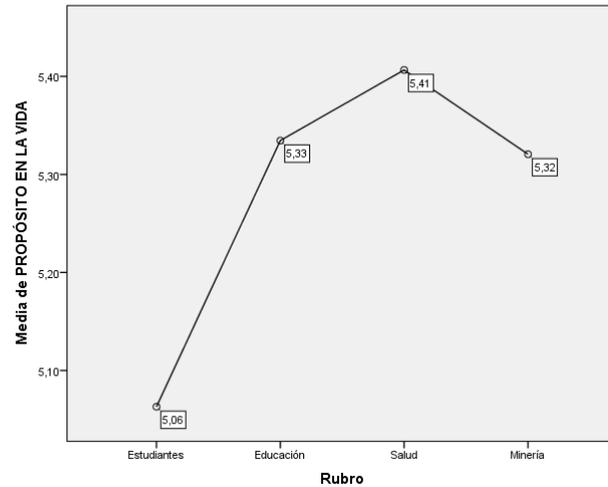


Figura 3.
Propósito en la vida según el rubro
Fuente: elaboración propia.

La comparación de bienestar psicológico entre hombres y mujeres no evidencian diferencias significativas entre sus medias en el índice global de bienestar psicológico ($t = -0.513$; $gl=385$; $p = 0.608$), como tampoco en las dimensiones específicas autoaceptación ($t = 0.317$; $gl=385$; $p = 0.751$), autonomía ($t=1.190$; $gl=385$; $p = 0,235$), dominio del entorno ($t=-0,482$; $gl=385$; $p = 0,630$), crecimiento personal ($t=0.458$; $gl=385$; $p = 0.647$) y propósito en la vida ($t=-1,315$; $gl=385$; $p = 0.189$). Solo se observa una diferencia significativa en relaciones positivas ($t=-2.017$; $gl=385$; $p= 0.044$), en donde la media es levemente mejor en el caso de las mujeres ($M = 4.75$; $DS = 0.99$) en relación con los hombres ($M = 4.53$; $DS = 1.04$).

La comparación del bienestar psicológico según edad muestra solo una diferencia

significativa en la dimensión relaciones positivas ($F_{(3,316)}=3.326$; $p = 0.02$; $\eta^2 = 0.031$). No se evidencian diferencias significativas entre sus medias en el índice global de bienestar psicológico ($F_{(3,316)}= 1.047$; $p = 0.372$), como tampoco en las dimensiones específicas autoaceptación ($F_{(3,316)}=,376$; $p=,77$), autonomía ($F_{(3,316)}= 2,629$; $p = 0.05$), dominio del entorno ($F_{(3,316)}=1,822$; $p = 0.143$), crecimiento personal ($F_{(3,316)}=,271$; $p = 0.847$) y propósito en la vida ($F_{(3,316)}=2.211$; $p = 0.087$).

Las comparaciones post hoc en la dimensión relaciones positivas evidencian diferencias significativas entre los sujetos de entre 18 y 29 años y las personas mayores de 50 años ($p = 0.025$).

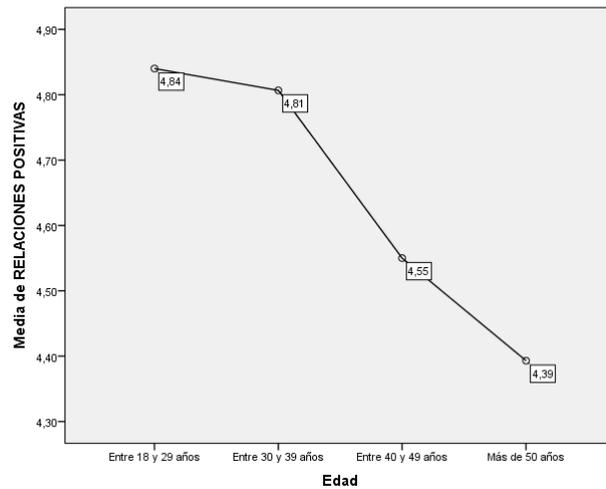


Figura 4.
Relaciones positivas según la edad
Fuente: elaboración propia.

Según nivel educacional no se observan diferencias significativas entre los diversos grupos. En este sentido, no se observan diferencias significativas en el índice global de bienestar psicológico ($F_{(6, 237)}= 0.779$; $p = 0.587$), como tampoco en sus dimensiones específicas: autoaceptación ($F_{(6, 237)}=0.628$; $p = 0.708$), relaciones positivas ($F_{(6, 237)}=1.343$; $p = 0.239$), autonomía ($F_{(6, 237)}=1.483$; $p = 0.185$), dominio del entorno ($F_{(6, 237)}=1.412$; $p = 0.211$), crecimiento personal ($F_{(6, 237)}=1.779$; $p = 0.104$) y propósito en la vida ($F_{(6, 237)}=0.400$; $p = 0.879$).

Comparado el bienestar psicológico según nivel de ingresos familiares se observa un efecto importante de este factor sobre el

bienestar. En este caso, solo la dimensión relaciones positivas no se ve afectada por el nivel de ingreso ($F_{(3, 327)}=2.522$; $p = 0.058$; $\eta^2=0.023$). Sin embargo, se observan diferencias significativas en el índice global de bienestar psicológico ($F_{(3, 327)}=5.281$; $p = 0.001$; $\eta^2= 0.046$). Asimismo, en las dimensiones específicas autoaceptación ($F_{(3, 327)}=2.828$; $p = 0.039$; $\eta^2=0.025$), autonomía ($F_{(3, 327)}=2.828$; $p = 0.039$; $\eta^2=0.025$), dominio del entorno ($F_{(3, 327)}= 6.906$; $p = 0.000$; $\eta^2 = 0.060$), crecimiento personal ($F_{(3, 327)}=3.501$; $p = 0.016$; $\eta^2 = 0.031$) y propósito en la vida ($F_{(3, 327)}=5.516$; $p = 0.001$; $\eta^2 = 0.048$).

Tabla 2.
Estadísticos descriptivos Dimensiones Bienestar Psicológico y ANOVA según nivel de ingreso familiar

	\$218 000- \$440 000		\$440 000- \$670 000		\$670 000- \$1'800 000		Más de \$1'800 000		F	p	ηp ²
	Media	DS	Media	DS	Media	DS	Media	DS			
Bienestar psicológico	4.80	0.52	4.82	0.57	4.99	0.56	5.17	0.45	5.281	0.001	0.046
Autoaceptación	5.06	0.69	5.18	0.74	5.30	0.65	5.43	0.53	2.828	0.039	0.025
Relaciones positivas	4.81	0.99	4.45	1.13	4.72	1.02	4.93	0.86	2.522	0.058	0.023
Autonomía	4.48	0.76	4.44	0.83	4.43	0.89	4.81	0.72	2.828	0.039	0.025
Dominio del entorno	4.59	0.75	4.60	0.71	4.94	0.67	5.00	0.68	6.906	0.000	0.060
Crecimiento personal	4.92	0.68	5.09	0.77	5.21	0.72	5.36	0.52	3.501	0.016	0.031
Propósito en la vida	4.96	0.71	5.18	0.71	5.34	0.63	5.46	0.54	5.516	0.001	0.048

Fuente: elaboración propia.

Al realizar las comparaciones post hoc se encuentran en el índice global de bienestar psicológico diferencias significativas entre el grupo de más de \$1'800 000 con el grupo de

ingresos entre \$218 000 - \$440 000 ($p = 0.01$) y con el grupo entre \$440 000 - \$670 000 ($p = 0.003$).

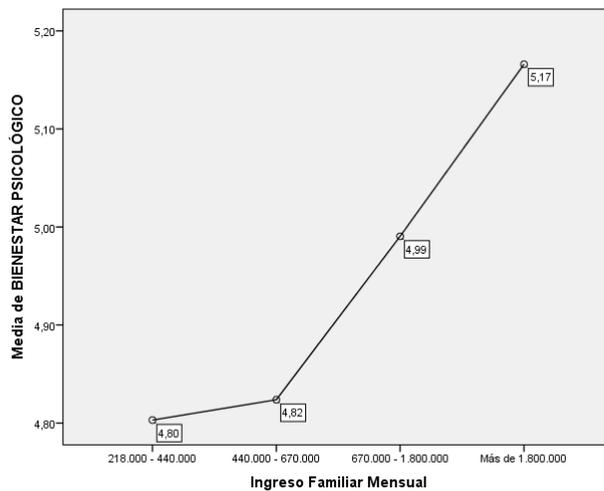


Figura 5.
Bienestar Psicológico según los ingresos familiares
Fuente: elaboración propia.

Realizando la comparación post hoc mediante la prueba HSD de Tukey, en el caso de autoaceptación se observan diferencias

significativas entre los grupos de más de \$1'800 000 con el grupo de ingresos entre \$218 000 - \$440 000 ($p = 0.047$).

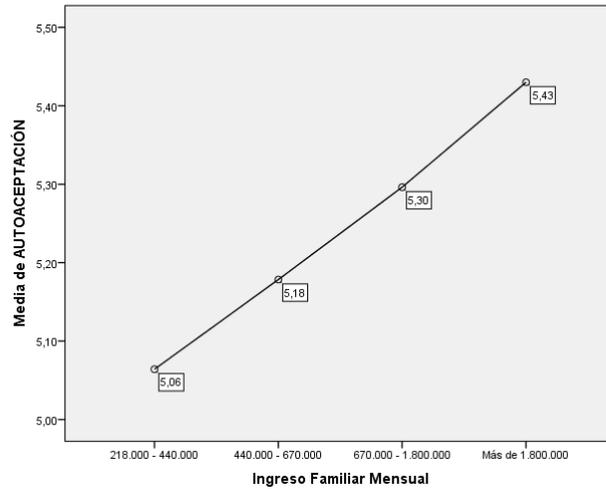


Figura 6.
Autoaceptación según los ingresos familiares
Fuente: elaboración propia.

En Autonomía se observa una diferencia significativa entre los grupos de ingresos de \$670 000 - \$1'800 000 y el de más de \$1'800 000 ($p = 0.027$).

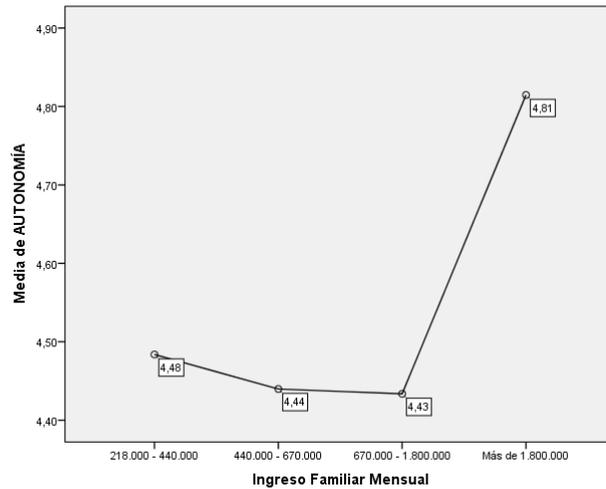


Figura 7.
Autonomía según los ingresos familiares
Fuente: elaboración propia.

En Dominio del entorno se observan diferencias significativas entre los siguientes grupos: Entre el grupo de entre \$218 000 - \$440 000 y el grupo de entre 670 000 - 1'800 000 ($p = 0.026$), y el grupo de más de 1'800 000 ($p = 0.027$). Entre el grupo de entre 440 000 - 670 000 y el grupo de ingresos entre 670 000

- 1'800 000 ($p = 0.002$) y el grupo de más de 1'800 000 ($p = 0.007$).

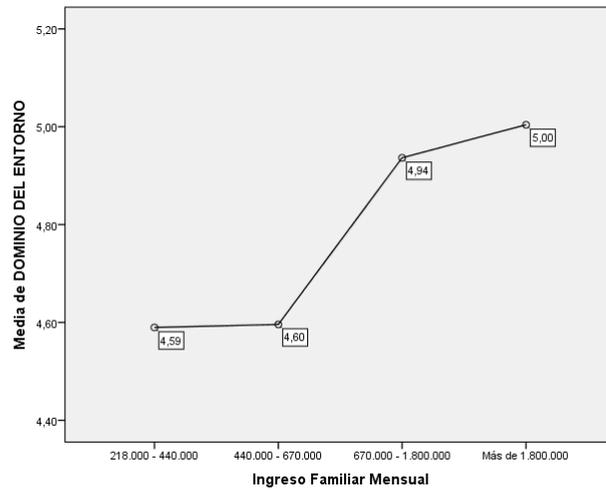


Figura 8.
Dominio del entorno según los ingresos familiares
Fuente: elaboración propia.

En el crecimiento personal se encontraron diferencias significativas entre el grupo de ingresos de 218 000 - 440 000 y el grupo de más de 1'800 000 ($p = 0.016$).

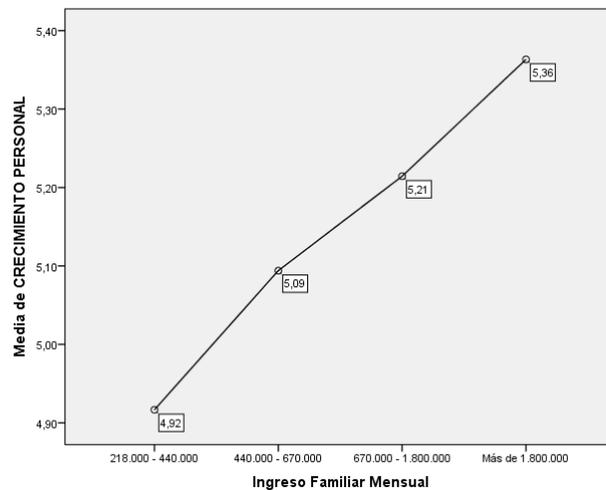


Figura 9.
Crecimiento personal según los ingresos familiares
Fuente: elaboración propia.

Con respecto a la variable propósito en la vida se observaron las siguientes diferencias significativas: entre el grupo de ingresos entre los 218 000 - 440 000 y el grupo de ingresos

entre 670.000 - 1'800 000 ($p = 0.009$) y el grupo de más de 1'800 000 ($p = 0.003$). Entre el grupo

de ingresos entre 670 000 - 1'800 000 y el grupo de ingresos entre 218 000 - 440 000 ($p = 0.009$).

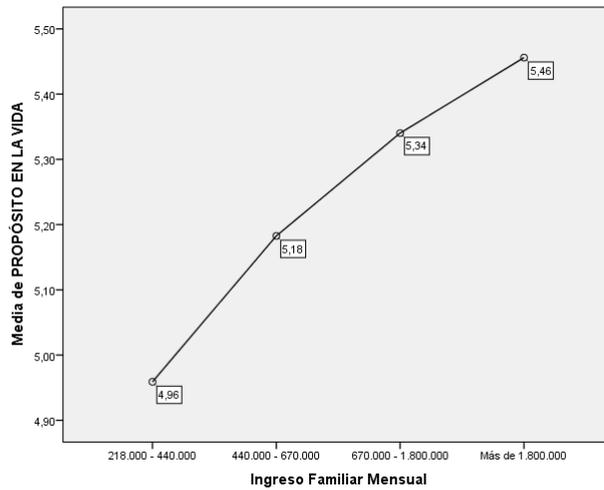


Figura 10.
Propósito en la vida según los ingresos familiares
Fuente: elaboración propia.

Según la experiencia laboral no se observaron diferencias significativas entre los diversos grupos, salvo en la dimensión dominio del entorno ($F_{(4, 236)}=2.790$; $p = 0.027$; $\eta^2 = 0.045$). En este sentido, no se observan diferencias significativas en el índice global de bienestar psicológico ($F_{(4, 236)}=1.013$; $p = 0.401$; $\eta^2=0.017$), como tampoco en sus dimensiones específicas: autoaceptación ($F_{(4, 236)}= 1.111$; $p = 0.352$; $\eta^2 = 0.018$), relaciones positivas ($F_{(4, 236)}= 2.398$; $p = 0.051$; $\eta^2 = 0.039$), autonomía ($F_{(4, 236)}=1.151$; $p =$

0.333 ; $\eta^2 = 0.019$), crecimiento personal ($F_{(4, 236)}= 0.478$; $p = 0.752$; $\eta^2 = 0.008$) y propósito en la vida ($F_{(4, 236)}= 0.969$; $p = 0.425$; $\eta^2 = 0.016$).

Las comparaciones post hoc mostraron diferencias significativas entre quienes poseen una experiencia de entre uno a cinco años y el grupo de experiencia entre seis a diez años ($p = 0.024$). Asimismo, se encontraron diferencias significativas entre el grupo de experiencia de seis a diez años y el grupo con experiencia de más de veinte años ($p = 0.029$).

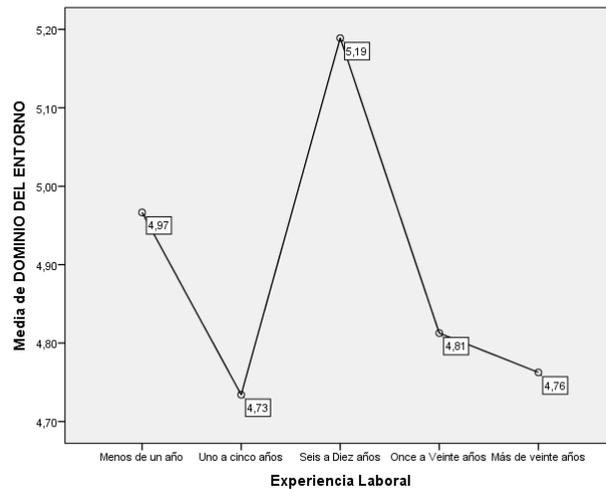


Figura 11.
 Dominio del entorno según la experiencia laboral
 Fuente: elaboración propia.

Según tipo de contrato no se observan diferencias significativas entre los diversos grupos. En este sentido, no se observan diferencias en el índice global de bienestar psicológico ($F_{(2, 235)} = 0.045$; $p = 0.956$), como tampoco en sus dimensiones específicas: autoaceptación ($F_{(2, 235)} = 0.169$; $p = 0.845$), relaciones positivas ($F_{(2, 235)} = 0.984$; $p = 0.375$), autonomía ($F_{(2, 235)} = 0.637$; $p = 0.530$), dominio del entorno ($F_{(2, 235)} = 0.682$; $p = 0.507$), crecimiento personal ($F_{(2, 235)} = 1.440$; $p = 0.239$) y propósito en la vida ($F_{(2, 235)} = 0.299$; $p = 0.742$).

Discusión y Conclusiones

Las dimensiones de bienestar psicológico mejor evaluadas, indistintamente del sector, fueron propósito en la vida, autoaceptación y crecimiento personal. En contraposición, las dimensiones con puntajes más bajos fueron relaciones positivas, autonomía y dominio del entorno. En estos datos se observó un predominio de factores centrados en el individuo, en los cuales no necesariamente

se requirió de la interacción con otro. En cambio, las dimensiones con más bajos puntajes requerirían de un mayor despliegue de una interacción con otros individuos. En este sentido, relaciones positivas, autonomía y dominio del entorno necesitan un esfuerzo adaptativo del sujeto con su entorno.

Comparado por rubro, se observaron diferencias significativas en autoaceptación, autonomía y propósito en la vida. Específicamente, las diferencias se dieron entre estudiantes y trabajadores. Los trabajadores tienden a tener un mejor bienestar, en el caso de los datos empíricos observados, en autoaceptación, autonomía y propósito en la vida. Esto podría dar evidencia de la importancia del trabajo para generar un relato personal congruente que favorecería los sentimientos positivos acerca de sí mismo, sentir que su vida está dirigida a un objetivo, y la tranquilidad para defender sus ideas ante los demás.

Comparado el bienestar según sexo, solo se observó una diferencia significativa en la dimensión de relaciones positivas, en

donde, las mujeres poseerían un mejor nivel observado en comparación a los hombres. Esto es consistente con lo mostrado por Valle, Beramendi y Delfino (2011) quienes hallaron que las mujeres presentaban puntuaciones más altas que los hombres en las dimensiones de relaciones positivas y dominio del entorno.

Contrastado el bienestar psicológico según la edad, también se encuentran diferencias significativas en la dimensión de relaciones positivas, en este sentido, la diferencia marca una caída en los resultados de esta dimensión en la muestra superior a 50 años en comparación con los jóvenes de entre 18 y 29 años. Esto es importante a ser considerado, en cuanto las relaciones sociales favorecen un envejecimiento saludable y, cuando son positivas, pueden producir recursos como la confianza y el apoyo social. A su vez, las redes sociales sólidas tendrían un efecto sobre la longevidad, mejorando la calidad de vida de las personas mayores y protegiéndolas del deterioro funcional (Organización Mundial de la Salud, 2015).

A pesar de lo anterior, el nivel de ingresos familiares es el factor que más se relacionaría con bienestar psicológico. En este caso, esta variable impacta sobre todas las dimensiones del bienestar psicológico, con la única salvedad de relaciones positivas. La dimensión en donde se aprecia el mayor tamaño del efecto es dominio del entorno. Es posible presumir que poseer mayor nivel económico conlleva una mayor libertad para acceder a espacios de crecimiento, y especialmente incrementaría la posibilidad de afectar el entorno. Se interpreta que esto, repercutiría en la aceptación personal del sujeto y en poder detenerse a observar el propósito de la vida. Consistente con esto, Valle, Beramendi y Delfino (2011) observaron que las personas que se percibían con un mayor nivel socio-económico poseían niveles más altos en las dimensiones integración social y en la

dimensión crecimiento personal. Las autoras señalaban que estas personas se sentirían parte integral de la sociedad, con fuertes sentimientos de pertenencia y lazos sociales.

Pese a lo que podría pensarse, no se observó un papel de relevancia del nivel educativo sobre el bienestar psicológico. Estos hallazgos son congruentes con lo observado en el informe del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD, 2012). En ese documento, se constata que una de las variables que más contribuye a explicar el nivel de bienestar subjetivo individual es el ingreso. Con un modelo centrado en el bienestar subjetivo, observaron que la satisfacción general con la vida está desigualmente distribuida según el nivel de ingresos de las personas: a medida que aumentan los ingresos familiares aumenta la satisfacción vital declarada. Asimismo, consistente con lo encontrado en la presente investigación, el informe del PNUD mostró que el nivel educacional no presenta una relación estadísticamente significativa con la satisfacción vital.

Algunas variables vinculares que se ven asociadas parcialmente al bienestar psicológico son estado civil y número de hijos. En relación con la primera, se observó que las medias de separados y divorciados en dominio del entorno son significativamente inferiores a las de solteros y casados. En este sentido, solteros y casados poseerían una mayor sensación de poder influir en el mundo de acuerdo a las propias necesidades y propósitos. Por otro lado, la dimensión de relaciones positivas tiende a disminuir en la medida que aumenta el número de hijos. Esto se puede interpretar en relación con las exigencias implicadas al tener mayor número de hijos, que disminuyen la posibilidad de generar mayores relaciones íntimas y de confianza con otras personas. Con mayor número de hijos, la mirada se centraría al interior del núcleo familiar.

En relación con las variables laborales, se observó que la experiencia laboral solo muestra diferencias significativas en dominio del entorno. Aquí se observaría un comportamiento cíclico, mostrándose un pico en esta dimensión entre los seis a diez años de experiencia laboral, pero disminuyendo después de los diez años de experiencia. En el caso del tipo de contrato laboral no se observó ningún tipo de relación con bienestar psicológico.

Con los resultados obtenidos, es posible concluir respecto al importante papel del trabajo sobre el bienestar psicológico y de cómo este varía de acuerdo a las condiciones socioeconómicas del trabajador y del rubro en el cual se desempeña.

Referencias

- Amutio, A., Ayestaran, S. y Smith, J. (2008). Evaluación del burnout y bienestar psicológico en los profesionales sanitarios del País Vasco. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24 (2), 235-252. <https://doi.org/10.4321/s1576-59622008000200006>
- Aparicio, M. y Marsollier, R. (2011). La difusa relación educación/empleo: El rol de las expectativas como mediadoras del bienestar Psicológico y desgaste profesional. *Revista de Orientación Educativa*, 25(47), 15-29.
- Avendaño, C. y Román, J. (2002). Efectos de los Roles Múltiples en el Bienestar Psicológico en Enfermeras Chilenas. *Psyche*, 11(2), 27-41.
- Barra, E., Soto, O. y Schmidt, K. (2013). Personalidad y bienestar psicológico: un estudio en universitarios chilenos. *Revista de Psicología*, 9(17), 7-18.
- Chitgian, V., Urzúa, A. y Vera, P. (2013). Análisis Preliminar de las Escalas de Bienestar Psicológico en Población Chilena. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 22(1), 5-14
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. y Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577
- Estramiana, J. L., Gondim, S., Luque, A., Luna, A. y Dessen, M. (2012). Desempleo y Bienestar Psicológico en Brasil y España: Un Estudio Comparativo. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 12(1), 5-16.
- Gallardo, I. y Moyano, E. (2012). Análisis psicométrico de las Escalas de Ryff (versión española) en una muestra de adolescentes chilenos. *Universitas Psychologica*, 11(3), 931-939 <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy11-3.aper>
- García, F., Manquián, E. y Rivas, G. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*, 15(3), 87-97. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol15-Issue3-fulltext-770>
- García-Izquierdo, M., Llor, B., García-Izquierdo, A. y Ruiz, J. (2006). Bienestar psicológico y mobbing en una muestra de profesionales de los sectores educativo y sanitario. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 22(3), 381-395
- González-Villalobos, J. y Marrero, R. (2017). Determinantes sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana. *Suma Psicológica*, 24(1), 59-66. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2017.01.002>
- Fernández, E., Almagro, B. y Sáenz-López, P. (2015). Inteligencia Emocional Percibida y el Bienestar Psicológico de Estudiantes Universitarios en Función del Nivel de Actividad Física. *Cultura, Ciencia y*

- Deporte*, 10(28), 31-39. <https://doi.org/10.12800/ccd.v10i28.513>
- Hernández, R., Fernández, C. y Batista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill.
- Keyes, C., Ryff, C. y Shmotkin, D. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Leal-Soto, F., Dávila, J. y Valdivia, Y. (2014). Bienestar psicológico y prácticas docentes con efectos motivacionales orientadas al aprendizaje. *Universitas Psychologica*, 13(3), 1037-1046. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.bppd>
- Mañas, M., Salvador, C., Boada, J., González, E. y Agulló, E. (2007). La satisfacción y el bienestar psicológico como antecedentes del compromiso organizacional. *Psicothema*, 19(3), 395-400.
- Marsollier, R. y Aparicio, M. (2011). El bienestar psicológico en el trabajo y su vinculación con el afrontamiento en situaciones conflictivas. *Psicoperspectivas*, 10(1), 209-220. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol10-Issue1-fulltext-125>
- Millán, A. C., García-Alvarez, D. J. y D'Aubeterre Lopez, M. E. (2014). Efecto de la inteligencia emocional y flujo de trabajo sobre estresores y bienestar psicológico: análisis de ruta en docentes. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(1), 207-228. <https://doi.org/10.15446/rcp.v23n1.37676>
- Moreno-Jiménez, B. y Gálvez, M. (2013). El efecto del distanciamiento psicológico del trabajo en el bienestar y la satisfacción con la vida: un estudio longitudinal. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 29(3), 145-151. <https://doi.org/10.5093/tr2013a20>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe Mundial Sobre el Envejecimiento y la Salud*. OMS.
- Ortiz, A. B. y Castro, S. M. (2009). Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia, contribución de enfermería. *Ciencia y Enfermería*, 15, 25-31. <https://doi.org/10.4067/S0717-9553200900010004>
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2012). *Desarrollo Humano en Chile- 2012. Bienestar Subjetivo: El desafío de repensar el desarrollo*. Santiago: PNUD.
- Rosa-Rodríguez, Y., Negrón, C. N., Maldonado P. Y., Toledo O. N. y Quiñones B. A. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31-43. <https://doi.org/10.12804/apl33.01.2015.03>
- Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200102>
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Valle, M., Beramendi, M. y Delfino, G. (2011). Bienestar Psicológico y Social en jóvenes universitarios argentinos. *Revista de Psicología*, 7(14), 7-26.
- Véliz, A. (2012). Propiedades Psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y su estructura factorial en Universitarios Chilenos. *Psicoperspectivas*, 11(2), 143-163. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol11-Issue2-fulltext-196>

Villarroel, P., Urzúa, A., Silva, J., Pavez, P. y Celis, K. (2013). Escala de Bienestar de Ryff: análisis comparativo de los modelos teóricos en distintos grupos de edad. *Psicología: Reflexao e Crítica*, 26(1), 106-112. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000100012>

Notas

- * Artículo de investigación.