

## **BIENESTAR SUBJETIVO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS INDÍGENAS**

### **SUBJECTIVE WELL-BEING IN ETHNIC COLLEGE STUDENTS**

***José Ángel Vera Noriega***

*Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A.C.*

***Greisy Dalila Zavaleta Díaz***

***Joselito Solís Hernández***

***Jesús Edén Santiz López***

*Universidad Autónoma indígena de México*

#### **Resumen**

El objetivo de este trabajo es analizar el bienestar subjetivo de los alumnos, identificando cuáles de los correlatos personales y culturales, son los que más inciden en este constructo. Participaron 592 estudiantes de la Universidad Autónoma Indígena de México, el promedio de edad fue de 21 años, se les aplicó la Encuesta Internacional para Alumnos Universitarios, diseñado por Diener (2001). Las dimensiones fueron: Satisfacción Global con la Vida (SWLS), Afecto Positivo (AFPOS), Expresión de Emociones Positivas y Negativas (EEPyN), Percepción de la Felicidad (PF), Socialización de las Emociones (SE), Percepción Social de la Felicidad (PSF) y Búsqueda de Felicidad y Valores (BFV).

**Palabras clave:** Satisfacción Global con la vida, Afectos Positivos, Universidad intercultural.

#### **Abstract**

The aim of this work is to analyze the subjective well-being of the ethnics students, identified which of the personal and cultural correlates, they are those

who more affect in this concept. There took part 592 students of the Autonomous Indigenous University of Mexico, the average of age was 21 years. The International Survey was applied to them for University Pupils, designed by Diener (2001). The dimensions were: Global Satisfaction with the Life (SWLS), Positive Affection (AFPOS), Expression Positive and negatives of Emotions (EePyN), Perception of the Happiness (PF), Socialization of the Emotions (SE), Social Perception of the Happiness (PSF) and Happiness Search and Values (BFV).

**Key words:** Global Satisfaction with the life, Positive Affections, Intercultural University.

### **El Bienestar Subjetivo**

A pesar que la tardía introducción de la “felicidad” o el “bienestar subjetivo” como “asunto” de interés de la psicología ha obedecido tanto a la dificultad de aprehender el concepto, objeto del afanoso estudio de numerosos pensadores, como a la destacada orientación terapéutica de esta disciplina. Su pretensión restauradora ha hecho que se haya ocupado más del conocimiento de los estados psicológicos mórbidos, que del estudio de los factores que favorecen el desarrollo del bienestar personal y el mantenimiento de una vida deseable (García, 2002).

Warner Wilson (1967), uno de los primero en abordar el estudio del bienestar subjetivo, presentó un amplio estudio sobre el tema. Basado en las limitaciones que ofrecían los diferentes datos disponibles en esa fecha, Wilson concluía diciendo, la persona feliz es “joven, con buena salud, con buena educación, bien pagado en su trabajo, extrovertido, optimista, sin preocupaciones, religioso, casado con alguien de alta auto-estima, con un trabajo honrado, modestas aspiraciones y de cualquier sexo con un alto grado de inteligencia” (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

Posteriormente, Edward Diener aproximadamente tres décadas después, interesándose por la medida en que las personas están satisfechas

con su vida, abrió un nuevo campo de investigación en psicología, el cual se conoce como bienestar subjetivo (Laca, Verdugo & Guzmán, 2005). De esta manera, el interés del Bienestar subjetivo reside en cómo y por qué las personas experimentan sus vidas en formas positivas, incluyendo los juicios cognitivos y reacciones afectivas (Diener, 1984).

En este sentido, Diener, Suh, Lucas y Smith (1999), definen al bienestar subjetivo, como un área general de interés científico, la cual se refiere a todos los diversos tipos de evaluaciones, tanto positivas como negativas, que las personas hacen de sus vidas. De esta manera, el bienestar subjetivo es un término general para las diferentes valoraciones que las personas hacen con respecto a sus vidas, los acontecimientos que les suceden, y las circunstancias en que viven (Diener, 2006).

Para Anguas-Plata (2005) el término bienestar subjetivo se refiere a percepción propia, personal, única e íntima (subjetiva) que el individuo tiene, precisamente sobre su situación física y psíquica, y que no necesariamente coincide con la apreciación concreta y objetiva que se genera de la evaluación que desde el exterior se hace de los indicadores observables de dichas situaciones, es decir de la calidad de vida de los individuos. En esta misma línea, Veenhoven (2005) nos dice que la felicidad también se puede definir como el grado en el cual un individuo evalúa la calidad global de su vida presente como un todo de manera positiva.

## **Componentes y Predictores del BS**

A partir de las investigaciones que se han realizado en torno a este constructo se ha encontrado que los principales componentes que lo conforman son: la satisfacción con la vida y el balance de los afectos; y entre los predictores más importante se ha ubicado a los estilos de personalidad. Diener (1984) sugiere que existen tres características del área del bienestar subjetivo: en primer lugar, es subjetivo, pues reside en la propia experiencia de la persona. En segundo lugar, no es sólo la ausencia de factores negativos, sino que también incluye medidas positivas. En tercer lugar, se incluye una evaluación global y

no sólo una evaluación limitada de un dominio de la vida. Aunque estas características sirven para delimitar el área de estudio, no son completas definiciones de bienestar subjetivo.

Posteriormente, Diener, Suh y Oishi, (1997) proponen tres componentes primarios del bienestar subjetivo: satisfacción con la vida, afectos agradables, y los bajos niveles de afectos desagradables. El Bienestar Subjetivo está estructurado de tal forma que estos tres componentes forman un factor global de variables interrelacionadas. Mientras que la satisfacción con la vida es básicamente una apreciación cognitiva y global de la vida propia como un todo, el balance de los afectos es la suma de las experiencias emocionales ante los eventos de la vida (Anguas-Plata, 2005).

Diener (2006) comenta que la satisfacción con la vida representa un informe de cómo se evalúa la persona o evalúa su vida en conjunto. Su objetivo es representar una amplia evaluación de reflexión que una persona hace de su vida. El término vida puede definirse como todos los entornos sociales de una persona en un momento determinado, o como una expresión integradora sobre la vida de la persona desde su nacimiento, y esta distinción es a menudo ambigua a las medidas actuales.

Por consiguiente, la evaluación de los dominios importantes de la vida, tales como la salud física y mental, trabajo, ocio, relaciones sociales y familiares. Los escenarios de la vida, personal, amigos, pareja, familia y escuela y/o trabajo. Generalmente las personas indican qué tan satisfechos están con diversas áreas, pero también podrían indicar cuánto les gusta la vida en cada área, qué tan cerca del ideal se encuentran en cada área, la cantidad de disfrute que experimentan en cada área, y lo mucho que quisiera cambiar su vida en cada área (Diener, 2006).

Según Diener (1994) la satisfacción con la vida y el nivel hedónico (afecto positivo) es probable que se correlacionen, porque ambos están influenciados por las evaluaciones de los propios acontecimientos de la vida, actividades y circunstancias. Al mismo tiempo, la satisfacción de vida y nivel hedónico es probable que difieran en cierta medida, porque la satisfacción de la vida es un resumen global de la vida como un todo, mientras que el nivel

hedónico se compone de las reacciones a los acontecimientos en curso (y también pueden estar influidos por los objetivos inconsciente y los factores biológicos que pueden influir en el estado de ánimo).

Por otro lado, la personalidad es uno de los indicadores más fuertes y consistentes de la existencia del Bienestar Subjetivo (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). Un modelo conceptual que demuestra la unión entre personalidad y bienestar subjetivo, es el que nos indica que algunas personas tienen cierta predisposición genética para ser felices o infelices, lo que, presumiblemente, está causado por las diferencias innatas del sistema nervioso de cada individuo. Estos trabajos estiman que la variabilidad en el nivel de bienestar subjetivo sólo puede ser explicada por la genética personal de cada individuo (Cuadra & Florenzano, 2003).

Por su parte Vera, Laborín, Domínguez y Peña (2003), comentan que existen diversas variables predictivas que son las que determinan la presencia, ausencia o impacto de cada componente, como las variables atributivas; el género, la edad, el nivel socioeconómico y educativo, todos ellos, han sido sometidos a investigación, con el propósito de determinar si existen o no relaciones significativas o si éstos factores son capaces de ser predictores del bienestar subjetivo.

### **Modelos teóricos del Bienestar Subjetivo**

La teoría de la Adaptación menciona que la idea del ajuste o la habituación a las condiciones continuistas es el componente central de las teorías del Bienestar Subjetivo. La evolución nos prepara para adaptarnos a las condiciones externas. De igual manera, debemos ajustarnos, de algún modo, tanto a los buenos como los malos sucesos de modo que no los mantengamos en un estado ni de placer ni de pena. Nuestro sistema emocional reacciona mejor ante las nuevas situaciones y estas reacciones permanecen durante toda la vida (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

La teoría de afrontamiento se basa en la idea de que para hacer frente a los problemas, las personas felices inician pensamientos y comportamientos

que son adaptables y útiles, mientras que, en promedio, la gente infeliz hacer frente a las adversidades en formas más destructivas. Por ejemplo, las personas felices son más propensas a ver el lado bueno de las cosas, orar, luchar directamente con los problemas y buscar ayuda de otras personas, mientras que las personas infelices son más propensas a participar en la fantasía, culpar a otros y a ellos mismos, y evitan hacerle frente a los problemas (Costa & McCrae, 1986, en Diener, Suh & Oishi, 1997).

Así, mismo siguiendo la denominación de Diener (1984) de las teorías “telelógicas”, nos dice que el tipo de metas personales que uno tiene, su estructura, el éxito con el que cada cual afronta la lucha por alcanzarlas, y el grado de progresión hacia esas metas pueden afectar potencialmente las emociones individuales y la satisfacción con la vida.

El modelo conceptual general es que las personas reaccionan de manera positiva cuando se dirigen hacia las metas y reaccionan negativamente cuando fracasan. Así, una idea central es que las metas sirven como una referencia importante para el sistema afectivo (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

El temperamento de un individuo y sus percepciones, metas, cultura y los esfuerzos para la adaptación moderan la influencia de las circunstancias vitales y de los sucesos en el Bienestar Subjetivo. Los modelos teóricos se han desarrollado en cada una de estas áreas para explicar cómo los factores internos de cada persona moderan el impacto del contexto en el Bienestar Subjetivo. Una meta, importante para los estudios venideros, es clarificar las interrelaciones entre estos factores (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999).

### **Definición del objeto de estudio**

A partir de toda la teoría antes mencionada, trataremos de analizar el bienestar subjetivo desde la perspectiva de que este constructo se compone por dos elementos fundamentales que son, la satisfacción global con la vida (SWLS) y el balance de los afectos (AFPOS).

Asimismo, el constructo del Bienestar Subjetivo está afectado por variables no solo de tipo personal, sino también de tipo cultural. Debido a que, cuando una persona lleva a cabo una evaluación de su felicidad, toma en cuenta tanto aspectos de tipo personal, como de índole social y cultural.

Los estudios realizados sobre estas variables predictoras, pretenden determinar si existen o no relaciones significativas o si son capaces de predecir el bienestar subjetivo, esto se efectúa con el fin de conocer los motivos que hacen a una persona más feliz que a otra.

De esta manera, se analiza el efecto que tienen algunos de estos correlatos de tipo personal, social y cultural, los cuales forman parte de la medida y de los datos. Las variables que fueron consideradas en este estudio fueron agrupadas en siete dimensiones, en las cuales encontramos: “Expresión de Emociones Positivas y Negativas” (EEPYN), “Percepción de la Felicidad” (PF), “Socialización de las Emociones” (SE), y “Búsqueda de Felicidad y Valores” (BFV), que forman parte de las variables predictivas.

Además, se tomaron en cuenta variables atributivas como son: edad, género, división académica, calificaciones y nivel socioeconómico. Con el mismo objetivo, “ver si poseen una correlación importante en el aumento o disminución del bienestar subjetivo”.

Esta investigación se llevó a cabo en una institución de educación superior (Universidad Autónoma Indígena de México), la cual está conformada por personas de diversas partes de la República Mexicana y en su mayoría pertenecen a algún grupo étnico. Los criterios de selección de los participantes no son excluyentes, ya que se les midió el bienestar subjetivo a todos los interesados sin criterio de exclusión.

Los objetivos de este estudio son, en lo general, analizar el Bienestar Subjetivo de los estudiantes de la Universidad Autónoma Indígena de México, con el fin de identificar los correlatos de personalidad y culturales subyacentes a este constructo psicológico.

## **Método**

### *Población*

El presente estudio se realizó con 592 estudiantes de la Universidad Autónoma Indígena de México (UAIM), que cursan del primero al doceavo trimestre y pertenecen a las diferentes licenciaturas e ingenierías.

Para fines académicos y administrativos, la UAIM se agrupa en 3 divisiones académicas, del total de la matrícula, la mayor parte (46%) con 845 alumnos se ubica en los programas educativos de ingeniería y tecnología, seguido por las disciplinas sociales y humanidades (30%) con 600 alumnos y el (24%) con 400 alumnos corresponde al área económico administrativa (PIFI, 2008-2009, 2010).

### *Característica de la muestra*

La muestra se conformó por estudiantes, con las siguientes características: 303 mujeres y 289 hombres, distribuidos en un rango de entre los 17 y 39 años de edad, con una media de 21 años. Los trimestres que cursan son del 1° al 12° trimestre, la moda se ubica en 4° trimestre (181); la mayoría de los jóvenes son foráneos (365), es decir de otro estado; así también gran parte de los jóvenes no viven con sus padres (443), se alojan en los albergues estudiantiles o casas de renta; en general no poseen computadora propia (446); el promedio escolar de los participantes se ubica en 8.88, considerando que la calificación mínima aprobatoria es 7.0; el horario que más utilizan los jóvenes para asistir a la Universidad es el turno matutino (502); el 64.7% practica la religión católica y el 35.3% otras doctrinas; los participantes distribuidos por licenciaturas se ubican de la siguiente manera: 46 en Contaduría, 29 en Turismo Empresarial, 29 en Sociología Rural, 50 en Psicología Social Comunitaria, 31 en Derecho, 112 en Ingeniería en Sistemas Computacionales, 37 en Ingeniería Forestal, 12 en Ingeniería en Desarrollo Sustentable, 47 en Ingeniería en Sistemas de Calidad, y 119 en Tronco Común.



## *Instrumento*

El instrumento utilizado en esta investigación es una versión de la “Encuesta Internacional para Alumnos Universitarios”, que fue diseñado, traducido y retraducido de inglés - español por Diener (2001), el cual es conformado por un cuadernillo de preguntas y una hoja de respuestas independiente, en donde el sujeto marca el cuadro correspondiente a su respuesta.

La encuesta se compone por 123 reactivos, los cuales hacen referencia a aspectos de Satisfacción con la Vida, Afectos Positivo y Aspectos relacionados a la personalidad y la cultura.

Las opciones de respuesta varían y se explican en cada sección del instrumento, la mayor parte son de tipo Likert que van en un rango de 1 a 4, 5, 7 ó 9 opciones de respuesta y otras son dicotómicas (sí o no).

El instrumento está compuesto por 9 dimensiones, los cuales forman parte del presente estudio, en un principio como componentes del Bienestar Subjetivo situamos a “Satisfacción Global con la Vida” (SWLS) y “Afectos Positivos” (AFPOS), mientras que “Expresión de Emociones Positivas y Negativas” (EEPYN), “Percepción de la Felicidad” (PF), “Socialización de las Emociones” (SE), y “Búsqueda de Felicidad y Valores” (BFV) forman parte de los correlatos del BS.

Por otra parte, también se solicitaron algunos datos generales (edad, sexo, división académica, promedio, nivel socioeconómico, etc.) a los participantes con el fin de poder contrastarlos con las dimensiones estudiadas, para observar si poseían alguna relación directa con el bienestar subjetivo.

A continuación se muestra una tabla (1) con las características psicométricas del Bienestar Subjetivo tomada de Rodríguez (2006), con la finalidad de poder corroborar la consistencia del instrumento en los jóvenes estudiantes de Universidades Públicas.

**Tabla 1. Características psicométricas de la encuesta internacional para jóvenes universitarios**

DIMENSIÓN	REACTIVO		Alfa de Cronbach
Satisfacción Global con la Vida (SWLS)	5	Trata sobre aspectos en los que el estudiante, en una escala de respuesta de 7 puntos, hace una evaluación cognitiva de su vida en general.	0.80
Afectos Positivos (AFPOS)	14	Hace referencia a la experimentación de emociones en corto plazo (semana anterior), la escala de respuesta indica, en 9 puntos, la frecuencia de emociones de (1) <i>nunca</i> a (9) <i>siempre</i> .	0.60
Expresión de Emociones Positivas y Negativas (EEPyN)	12	En este apartado se solicita al estudiante su parecer en relación a su comportamiento social para con su familia y amigos, así como sus actitudes como futuros padres, considerando el sexo de su hijo.	0.63
Percepción de la Felicidad (PF)	20	Se refiere al grado de satisfacción en diversas áreas de la vida del estudiante universitario y la escala de respuesta es de 9 puntos, donde (1) indica <i>no satisfecho en absoluto</i> y (9) <i>completamente satisfecho</i> .	0.89
Socialización de la Emociones (SE)	13	Se solicita al estudiante su opinión sobre el grado en que es adecuado y valorado de manera positiva sentir emociones en su sociedad, la escala de respuesta es de 9 puntos, donde (1) indica <i>en absoluto</i> y (9) <i>muchísimo</i> .	0.74
Búsqueda de Felicidad y Valores (BFV)	12	Se refiere al valor que el estudiante otorga a diversas características de felicidad y valores, la escala de respuesta es de 9 puntos.	0.74

Fuente: Vera-Noriega, J. A. & Rodríguez, E. (2007).

### Procedimiento

El levantamiento de datos se realizó en dos etapas, en la primera, se acudió a los grupos, con permiso previo de la Coordinación Educativa y en su momento del asesor responsable de grupo.

En la segunda fase, para completar la muestra se asistió a los albergues estudiantiles, con permiso de los representantes de los mismos, en los cuales la encuesta se aplicó de forma individual.

A todos los participantes se les proporcionó las instrucciones para contestar el instrumento de manera correcta, al igual se les describió brevemente el objetivo del estudio, y además se les incitó a que cualquier duda que les surgiera en este proceso no dudaran en preguntar.

El tiempo promedio en los grupos para contestar el cuestionario fue de 30 a 40 minutos, con el consentimiento de los asesores encargados de los grupos y de forma individual fue sin límite de tiempo.

Al término de la aplicación en ambos casos se revisaron las hojas de respuesta con el fin de verificar que todos los reactivos estuvieran contestados.

### *Tratamiento estadístico*

Mediante el paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS), por sus siglas en inglés, en su versión 15, se elaboró una base de datos, la cual estuvo compuesta por 131 variables, de las cuales 121 pertenecen a los reactivos del instrumento y 10 corresponden a datos generales de los participantes.

Tomando como base los resultados obtenidos con los estudios factoriales de Vera y Rodríguez (2007) y Vera, Álvarez, Batista, Pimentel y Vasconcelos (2010), se decidió conservar la estructura obtenida y validación por constructo (Nunnally & Bernstein, 1995).

Se determinó alpha Cronbach con el propósito de conocer el índice de confiabilidad total del instrumento para la población estudiada, así como para cada una de las dimensiones. Posteriormente se obtuvieron las medias, y desviaciones estándar, para cada uno de los reactivos que conforman a las dimensiones.

Enseguida se crearon cuartiles de los factores Satisfacción Global con la Vida (SWLS) y Afecto Positivo (AFPOS), las cuales son las variables dependientes en el presente estudio, con el fin de efectuar comparaciones entre el grupo bajo (cuartil I) y grupo alto (cuartil IV) con las dimensiones restantes.

Para conocer las relaciones directas entre las dimensiones dependientes para la población total y para los grupos bajo y alto, se realizó un análisis de asociación utilizando la correlación de Pearson, en donde se pretendió encontrar la asociatividad de las dimensiones SWLS y AFPOS con el resto de las dimensiones, primero efectuando una correlación de manera general y después correlacionando el grupo alto (cuartil IV) y el grupo bajo (cuartil I).

Se llevó a cabo un análisis de respuestas, utilizando las frecuencias encontradas en la dimensión “Percepción de Felicidad” (PF), en la cual se ubican los factores influyentes en la concepción de felicidad en la etapa vital de los jóvenes, y al mismo tiempo se extrajeron las frecuencias para los ítems que pertenecen al área de los estudiantes.

Para finalizar, se llevaron a cabo comparaciones de medias de las variables atributivas de edad, sexo, calificaciones, división académica y capacidad adquisitiva, para conocer la relación directa que tienen las mismas con cada una de las dimensiones presentadas en este estudio.

## **Resultados**

En primer lugar, se hace una descripción de las dimensiones del Bienestar Subjetivo consideradas en esta investigación, tomando en consideración los valores de media para cada reactivo que la integran, así como la desviación estándar, además de los valores de alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) en cada una de las dimensiones, los cuales son indicadores del nivel de intercorrelación de los reactivos con la dimensión.

Posteriormente se muestra un análisis de respuestas, referente a los factores que habían tomado en consideración los universitarios para elaborar sus juicios acerca de su satisfacción con la vida, además de las cuestiones de satisfacción consideradas propias del estudiante, con el fin de ofrecer una visión más amplia de los aspectos que subyacen al bienestar de los jóvenes universitarios.

Por último, se presenta un análisis comparativo considerando las dimensiones resultantes del estudio y las variables atributivas como son: edad, sexo y división académica.

Con todo lo anterior se pretende mostrar un panorama general de cómo se encuentra el bienestar subjetivo de los estudiantes de la Universidad Autónoma indígena de México.

## Descripción de los componentes del BS

### Satisfacción global con la vida (SWLS).

La media más alta es de (5.39) y corresponde al de estar satisfecho con su vida, seguido de considerar que han conseguido las cosas que son importantes para su vida (5.21).

El promedio más bajo se encuentra en el reactivo “las condiciones de su vida son excelentes” (4.48). Esta dimensión obtuvo un alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) de 0.72 (Tabla 2).

**Tabla 2.** Valores de media y desviación estándar para los reactivos de la dimensión Satisfacción Global con la Vida

Ítem	Enunciado	(n=592)	
		Media	DS
4	En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal	4.71	1.31
5	Las condiciones de mi vida son excelentes	4.48	1.48
6	Estoy satisfecho con mi vida	5.39	1.49
7	Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes en la vida	5.21	1.51
8	Si volviera a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida	4.71	1.96

$\alpha$  de Cronbach = .72

Escala de respuesta de 1 - 7 (completamente en desacuerdo a completamente de acuerdo)

### Afectos positivos (AFPOS).

De las emociones consideradas teóricamente como positivas, las medias de las mismas se situaron en un rango de 6.20 a 6.82, donde se observó que el promedio más alto se encuentra en satisfacción con amor (6.82), seguida de estar animado (6.74), y estar satisfecho consigo mismo (6.48).

En un rango de 3.42 a 5.40 quedaron las medias de las emociones consideradas teóricamente negativas, tales como estrés (5.01), tristeza (4.08), y por último, como una de las emociones menos experimentadas fue culpa con una media de 3.42. El factor afectos positivos alcanzó una confiabilidad de  $\alpha=0.60$  (Tabla 3).

**Tabla 3.** Valores de media y desviación estándar para los reactivos de la dimensión Afectos Positivos

Positivos	Media	DS	Negativos	Media	DS
Feliz	6.20	2.44	Triste	4.08	2.29
Animado	6.74	2.05	Enfado	3.79	2.07
Agradable	6.36	2.00	Culpa	3.42	2.35
Satisfecho conmigo mismo	6.48	2.32	Vergüenza	3.60	2.37
Amor	6.82	2.38	Estrés	5.01	2.39
			Preocupación	5.40	2.27

α de Cronbach = .60

Escala de respuesta de 1 - 9 (nunca a siempre)

*Descripción de los correlatos del BS.*

*Expresión de emociones positivas y negativas (EEPyN).*

Los resultados de la primera parte muestran promedios altos en los reactivos donde el sujeto expresa que al estar con sus amigos (7.61) y con los miembros de su familia (7.46) espera estar muy contento y divertirse, por el contrario, se obtienen bajos promedios en los ítems correspondientes a que cuando está con la familia (5.89) y los amigos (4.53) procura actuar como ellos consideran que es lo adecuado (Tabla 4).

**Tabla 4.** Valores de media y desviación estándar para los reactivos de la dimensión de Expresión de Emociones Positivas y Negativas (EEPyN)

Ítem	Enunciado	n= 592	
		Media	DS
46	Cuando estoy con mis amigos, espero estar muy contento y divertirme	7.61	2.00
48	Cuando estoy con los miembros de mi familia, espero estar muy contento y divertirme	7.46	2.38
47	Cuando estoy con mis amigos, procuro actuar como ellos consideran que es adecuado	4.53	3.12
49	Cuando estoy con los miembros de mi familia, procuro actuar como ellos consideran que es adecuado	5.89	3.07

α de Cronbach = .74

Escala de respuesta de 1 – 9 (completamente en desacuerdo a completamente de acuerdo)

*Percepción de la felicidad (PF).*

El promedio más alto describe que los sujetos están satisfechos con la familia (8.02), seguido por los que están satisfechos con los amigos (7.64) y por el logro de sus objetivos (7.63). Las puntuaciones más bajas las encontramos en los enunciados que marcan la insatisfacción con las relaciones románticas

(6.55), el compañero de cuarto (6.55), y relativamente el más bajo señala la insatisfacción con la economía (5.83) (Tabla 5).

**Tabla 5.** Valores de media y desviación estándar para los reactivos de la dimensión Percepción de la Felicidad

Ítem	Enunciado	Media	n= 592
			DS
58	Relaciones sociales	7.04	1.91
59	Conmigo mismo	7.49	1.94
61	Habilidades de estudio	7.03	2.09
63	Familia	8.02	1.58
64	Amigos	7.64	1.78
65	Relación romántica	6.55	2.69
66	Compañero(a) de habitación	6.70	2.27
67	Atractivo físico	7.56	1.83
68	Principios morales	7.59	1.76
69	Salud	6.35	2.53
71	Conseguir los objetivos de mis padres	7.14	2.05
76	Profesores	6.85	2.09

α de Cronbach= .90

Escala de respuesta de 1 - 9 (no satisfecho en absoluto a completamente satisfecho)

#### *Socialización de las emociones (SE).*

Los promedios más altos corresponden a valores que la sociedad considera adecuados y valorados de manera positiva, como la felicidad (7.60), el amor (7.54) y el estar contento (7.46). Los promedios más bajos resultaron ser para las emociones de estrés (4.49), culpa (3.90) y vergüenza (3.89) (Tabla 6).

**Tabla 6.** Valores de media y desviación estándar para los reactivos de la dimensión Socialización de las Emociones

Ítem	Enunciado	Media	n= 592
			DS
91	Contento	7.46	1.90
92	Feliz	7.60	1.92
93	Amor	7.54	2.00
94	Triste	4.29	2.58
95	Celos	4.12	2.69
98	Estrés	4.49	2.63
101	Culpa	3.90	2.58
121	Vergüenza	3.89	2.56

α de Cronbach=.76

Escala de respuesta de 1 - 9 (nada en lo absoluto a muchísimo)

#### *Búsqueda de felicidad y valores (BFV).*

El promedio mayor se indica en valorar extraordinariamente la alegría (8.34), el éxito (8.16) y la felicidad (8.01). Mientras que las características menos

valoradas fueron: excitación y activación (5.97), comodidades físicas (5.64); y pesimismo y anticipar lo peor (4.29) (Tabla 7).

**Tabla 7.** Valores de media y desviación estándar para los reactivos de la dimensión Búsqueda de Felicidad y Valores

Ítem	Enunciado	n= 592	
		Media	DS
78	Valor a Felicidad	8.01	1.63
88	Valor a Éxito	8.16	1.46
89	Valor a Alegría (disfrute personal)	8.34	1.42
79	Valor a Inteligencia y conocimientos	7.88	1.51
83	Valor a Comodidades físicas	5.64	2.34
84	Valor a Excitación y activación	5.97	2.44
82	Valor a Pesimismo y anticipar lo peor	4.29	2.74

α de Cronbach= .80

Escala de respuesta 1 – 9 (no lo valoro en absoluto a lo valoro extraordinariamente)

### *Análisis de respuestas*

Partiendo del supuesto de que la dimensión Percepción de la Felicidad (PF), afecta de manera directa la percepción de Bienestar Subjetivo de los estudiantes universitarios, se le retomó para presentar un análisis de respuesta más detallado.

Para proceder con este análisis, en primera instancia se realizó una categorización de la escala original de 9 puntos, en un inicio para todos los reactivos de la dimensión, se elaboraron dos categorías de satisfacción (insatisfecho / satisfecho) y después seleccionando los reactivos exclusivos de los estudiantes se realizó una reagrupación de 4 categorías de satisfacción (completamente insatisfecho / insatisfecho / satisfecho / completamente satisfecho). Todo esto con el fin de obtener una mejor visión de las respuestas.

En seguida se procedió con el análisis de frecuencias en cuanto al grado de satisfacción para el total de la muestra. Los estudiantes reportan que se encuentran más satisfechos con su familia (93.6%), con sus amigos (88.5%) y con su salud (87.8%), contrariamente, se muestran insatisfechos con su economía (42.9%), su relación romántica (29.6%) y su atractivo físico (28.1%) (Tabla 8).



**Tabla 8.** Frecuencias del grado de satisfacción de Percepción de la Felicidad, en una muestra de 592 estudiantes de la Universidad Autónoma Indígena de México

Enunciado	Insatisfecho (%)	Satisfecho (%)
Conmigo mismo	13.5	86.5
Familia	6.4	93.6
Amigos	11.5	88.5
Autodisciplina	15.0	85.0
Salud	12.2	87.8
Atractivo Físico	28.0	72.0
Profesores	24.0	76.0
Principios morales	12.8	87.2
Relación romántica	29.6	70.4
Conseguir objetivos de mis padres	19.8	80.2
Conseguir mis objetivos	11.3	87.7

### Análisis de variables

#### Sexo.

Con relación a esta variable, la muestra está compuesta por 303 mujeres y 289 hombres. Del total de las dimensiones 4 muestran diferencias significativas para ambos grupos, en la cual encontramos a Búsqueda de la Felicidad y Valores en donde ubicamos a los hombres con una media de 6.92 y a las mujeres con 6.59 con un valor de  $t = -3.42$  (Tabla 9).

**Tabla 9.** Comparación de medias de la variable sexo con las dimensiones del Bienestar Subjetivo en una muestra de 592 estudiantes de la Universidad Autónoma Indígena de México

SEXO	N	SWLS	AFPOS	EEPyN	PF	SE	BFV
Mujer	303	4.89	5.18	6.09	7.10	5.60	6.59
Hombre	289	4.89	5.09	6.53	7.12	5.74	6.92
T		0.170	1.22	-3.85	-0.20	-1.29	-3.42
P		0.98	0.22	0.00	0.83	0.19	.001

**SWLS.** Satisfacción Global con la Vida. **AFPOS.** Afectos Positivos. Expresión de Emociones Positivas y Negativas. **PF.** Percepción de la Felicidad. **SE.** Socialización de las Emociones. **PSF.** Percepción Social de la Felicidad. **BFV.** Búsqueda de Felicidad y Valores.

#### División Académica.

Al realizar comparaciones de media por División Académica, para apreciar diferencias por áreas con respecto a las dimensiones que subyacen al Bienestar Subjetivo, no se identificó diferencias significativas (Tabla 10).

**Tabla 10.** Comparación de los promedios de bienestar subjetivo, para la variable división académica Universidad Autónoma Indígena de México

División académica	n	SWLS	AFPOS	EEPyN	PF	SE	BFV
Económicas administrativas	75	4.92	4.94	6.15	7.05	5.76	6.89
Sociales y humanidades	110	4.79	5.17	6.23	7.12	5.66	6.58
Ingenierías y tecnologías	208	4.83	5.16	6.28	7.17	5.71	6.89
Tronco común	199	5.01	5.18	6.45	7.07	5.60	6.67
F		1.28	1.39	1.09	0.28	0.41	2.35
P		0.27	0.24	0.35	0.83	0.74	0.07

**SWLS.** Satisfacción Global con la Vida. **AFPOS.** Afectos Positivos. **EEPyN.** Expresión de Emociones Positivas y Negativas. **PF.** Percepción de la Felicidad. **SE.** Socialización de las Emociones. **PSF.** Percepción Social de la Felicidad. **BFV.** Búsqueda de Felicidad y Valores.

## Discusión y Conclusiones

En resumen, se dice que una persona posee bienestar subjetivo alto si él o ella experimentan satisfacción con la vida, emociones frecuentes de alegría, y sólo en raras ocasiones experimenta emociones desagradables, tales como la tristeza y la ira (Diener, Suh & Oishi, 1997). Lo anterior es posible porque no socialmente se recompensa un equilibrio positivo del estado de ánimo y desprecia socialmente una posición agresiva, triste, despreocupada e infeliz. El modelo social de percepción de sí mismo que promueven implica normas particulares de la globalización y el posmodernismo. Vestido, vivienda, alimentación y educación además de un formato de comportamiento, de sentimientos que le son útiles en las organizaciones sociales y productivas que generan un perfil individual de optimismo, visión positiva, expectativas prometedoras con alto nivel de apego al trabajo y al consumo como indicadores de éxito (Giddens, 2002).

Además, en estos estudios la distribución de los afectos positivos se observa con menos variabilidad, al contrario de los afectos negativos, ya que estos se situaron en un rango más amplio. Lo que nos hace pensar que los afectos agradables son más generalizados por la población en comparación con los afectos desagradables.

Podemos afirmar que la familia continua jugando un papel fundamental, ya que sigue figurando como fuente primordial de satisfacción para los universitarios. En general, el bienestar de las personas está relacionada directamente con el apoyo social: la interacción con los demás y el apoyo recibido en particular, son importantes dado que es a través de la interacción

que se desarrolla el sentido del self, el sentido de pertenencia, soporte y desahogo (Gutiérrez, Ito & Contreras, 2004).

Otra de las dimensiones en este estudio es la búsqueda de la felicidad y valores (BFV), la cual solicita al sujeto que emita la estimación que otorga a diferentes emociones y valores. Las más valoradas en la población de la UAİM fueron la alegría (disfrute personal), el éxito, y la felicidad. Los resultados muestran que los estudiantes dan una gran importancia al ocio y al éxito que pueden experimentar en su vida. Lo cual sugiere que si el estudiante puede alcanzar las metas que se ha propuesto, su nivel de bienestar subjetivo aumentará, de lo contrario, si sus aspiraciones se ven truncadas caerán en estado de insatisfacción. El 54.6% de los estudiantes se encuentran completamente satisfechos en conseguir los objetivos de sus padres, el 53.5% con sus clases y el 51.9% con sus hábitos de estudio. El lado opuesto de la completa insatisfacción se ubica en el atractivo físico (9.8%), profesores (8.6%), y hábitos de estudio (8.3%).

En lo referente al variable sexo, se encontraron diferencias en las dimensiones Posición Individualista (PI), Expresión de Emociones Positivas y Negativas (EPPyN), y búsqueda de la felicidad y valores (PSF), en donde los hombres mostraron mayor puntuación que las mujeres.

Estos resultados denotan que el sexo influye en el bienestar subjetivo de las personas, debido a que los hombres de este estudio se pueden describir como tendientes a reproducir más rasgos individualistas, contrario a las mujeres, que se mostraron con más responsabilidad ante las cuestiones de mantener la armonía dentro del grupo y no competir con sus amigos y menos con los miembros de su familia. De igual manera, los hombres piensan que cuando están con sus amigos o su familia deben actuar según las consideraciones del grupo y más reservados con la expresión de sus emociones ya sean positivas o negativas.

Por otro lado los valores de éxito, alegría, felicidad predominan como valores relacionados al juicio de satisfacción, el valor de la inteligencia y conocimientos desde el punto de vista de los estudiantes es valorado, pero los que se valoran extraordinariamente muestran que no valoran las comodidades

físicas, pesimismo, o la actividad como principio de una vida feliz. Es interesante hacer notar que la sociedad permite expresar aunque mínimamente el estrés mientras que socialmente no deben expresarse, culpa, vergüenza, tristeza y celos.

Para finalizar podemos concretar que los resultados sobre el bienestar subjetivo de las personas de este estudio, son similares a los encontrados por Vera y Rodríguez (2007) y por Vera, Figueroa, Tánori, Rodríguez y Yáñez (2010) sobre todo concuerdan en la dinámica de la frecuencia e intensidad en principio de la familia y el bienestar personal, los principios morales y la construcción por complacer a los padres como los aspectos relacionados con la evaluación general de satisfacción. En los estudios llevados a cabo en universidades mexicanas públicas (Vera & Rodríguez, 2007) y privadas (Vera, et al., 2010), se encuentra que la percepción subjetiva de felicidad sea por el componente cognitivo de afectos y emociones contiene un factor de motivación por complacer a la familia y a los padres y se manifiestan como expresión vinculada a los sentimientos de los colectivos del microambiente familiar.

## Referencias

- Abbagnano, N. (1974). *Diccionario de Filosofía* (2da. Edición). México: Fondo de Cultura Económica pp.527-530.
- Anguas-Plata, A. M. (2005). Bienestar Subjetivo en México: un enfoque etnopsicológico. En *Calidad de Vida y Bienestar Subjetivo en México*. E. L. Garduño, A. B. Salinas & H. M. Rojas (Coords). México: Plaza y Valdez S. A de C.V. pp.57-81.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Fluir (Flow): una psicología de la felicidad*. España. Editorial Kairos pp. 448.
- Cuadra, L. H & Florenzano, U. R. (2003). El bienestar subjetivo hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, XII(1). 83-96.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.

- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research* 31(2), 103-157.
- Diener, E. (2001). Encuesta Internacional para Alumnos Universitarios. University Of Illinois Urbana Champaign.
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies*, 7:397-404.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. & Smith, H. (1999). El bienestar subjetivo, tres décadas de progreso. *Boletín Psicológico*. 125, 271-301.
- Diener, E., Suh, E. & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1): 25-41.
- Giddens, A. (2002). Modernidade e identidade. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor
- Gutiérrez, M. R., Ito, S. M. & Contreras, I. C. C. (2004). Bienestar subjetivo y apoyos personales, sociales y organizacionales, en hombres y mujeres económicamente activos. *La psicología social en México*, X, 271-278.
- Laca, A. F. A., Verdugo, L. J. C. & Guzmán, M. J. (2005). Satisfacción con la vida de algunos colectivos mexicanos: una discusión sobre la Psicología del bienestar subjetivo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, Julio-Diciembre, 10(002). Universidad Veracruzana, Xalapa, México.325-336.
- Reig, P. E. & Garduño, E. L. (2005). Procesos cognoscitivos asociados a los constructos de calidad de vida y bienestar subjetivo. En *Calidad de Vida y Bienestar Subjetivo en México*. E. L. Garduño, A. B. Salinas & H. M. Rojas (Coords). México: Plaza y Valdez S. A de C.V. pp. 57-81.
- Veenhoven, R. (2005). Lo que sabemos de la felicidad. En *Calidad de Vida y Bienestar Subjetivo en México*. E. L. Garduño, A. B. Salinas & H. M. Rojas (Coords). México: Plaza y Valdez S. A de C.V. pp. 17-55.
- Vera, N. J. A.; Laborín, A. J. F.; Domínguez, I. S. E. & Peña, R. (2003). Identidad psicológica y cultural del sonoreño. *Revista Región y Sociedad*. EL COLSON.
- Vera, N. J. A. & Rodríguez, E. J. (2007). La felicidad y sus correlatos en estudiantes de la Universidad de Sonora. *Revista Universidad de Sonora*. 19, Octubre-Diciembre. 17-19.

- Vera, J. A. & Rodríguez, C. (2007). Un perfil profesional para el gestor de desarrollo local rural e indígena. *Interações. Revista internacional de Desenvolvimento Local*. Universidade Católica Dom Bosco. 8(2) Setembro. 235-241.
- Vera, J., Figueroa D., Tánori, J., Rodríguez, C. & Yáñez, A. (2010). Evaluación del bienestar subjetivo en estudiantes de universidad privada mexicana. *Ra Ximhai*, 6 (3).