

Definición de bienestar subjetivo en adultos jóvenes profesionales chilenos. Un estudio con redes semánticas naturales

Definition of subjective well-being in professional young adults from Chile. A study of natural semantic networks

Marianela Denegri C.¹, Constanza García J.², Nicolle González R²
Universidad de La Frontera. Chile

Forma de citar: Denegri C., M., García J., C. & González R., N. (2015). Experiencia de bienestar subjetivo en adultos jóvenes profesionales chilenos. *Revista CES Psicología*, 8(1), 77-97.

Resumen

La presente investigación tiene como propósito identificar elementos que definen el Bienestar Subjetivo, compuesto por felicidad y satisfacción con la vida, en una muestra de 40 adultos jóvenes profesionales de Santiago, Chile, a partir del método de redes semánticas naturales. Los resultados indican que la familia, amigos y amor constituyen elementos vinculados a la definición de los conceptos de felicidad y satisfacción con la vida así como con la valoración de lo que permite ser feliz. Complementan estas concepciones, la alusión sobre el trabajo, metas personales y actividades recreativas como aspectos que contribuyen a la felicidad y satisfacción con la vida. En cuanto a diferencias de género, aunque éstas no son determinantes, se observa que los hombres parecen estar más orientados al alcance de metas y objetivos, y las mujeres al disfrute y al ocio.

Palabras claves: Adultos Jóvenes, Bienestar Subjetivo, Felicidad, Redes Semánticas Naturales, Satisfacción con la Vida.

Abstract

This research aims to describe the experience of subjective well-being in a sample of adult professional people from Santiago-Chile, employing the natural semantic network method. The results indicate that family, friends and love are linked to happiness and satisfaction concepts in relation to the life, as well as the valuation of what allows being happy. Conceptions about work, personal goals, and entertainment are referred as aspects that contribute to happiness and life satisfaction. In regard to gender differences, although these are not decisive, it is observed that men seem to be more focused on goal achievement, and women to enjoyment and leisure activities.

Keywords: Happiness, Life Satisfaction, Natural Semantic Networks, Subjective Well-Being, Young Adults,

¹ Doctora en Psicología. Directora del Centro de Investigación en Psicología Económica y Psicología Económica y Consumo. Universidad de La Frontera. Chile. marianela.denegri@ufrontera.cl

² Magísteres en Psicología. Universidad de La Frontera. Chile.

Introducción

El concepto de calidad de vida ha ido evolucionando en los últimos años, desde una concepción básicamente materialista, en la que primaban los aspectos objetivos de nivel de vida, pasando hacia una perspectiva en la que los aspectos subjetivos constituyen el elemento fundamental (Puig et al., 2011). En la actualidad, existe cierto acuerdo en otorgar a este constructo un carácter multidimensional que conjuga situaciones y condiciones de los ambientes de la vida, y que depende de las interpretaciones y valoraciones que el sujeto hace de aspectos de su entorno (Meda et al., 2008). La concepción actual de calidad de vida, incluye componentes objetivos (referidos a la disponibilidad de bienes y servicios) y subjetivos (Cummins & Cahill, 2000). Desde la perspectiva de la psicología, la percepción subjetiva de la calidad de vida se representa en el concepto de Bienestar Subjetivo (BS), el cual expresa la satisfacción de las personas y su grado de complacencia con aspectos específicos o globales de su existencia, en los que prevalecen los estados de ánimo positivos; por tanto, es parte de la salud en su sentido más general y se manifiesta en todas las esferas de la actividad humana (García-Viniegras & González, 2000).

En términos específicos, el constructo BS estaría compuesto por un componente cognitivo que corresponde a la satisfacción con la vida, ya sea de manera global o por dominios específicos; y el componente afectivo, referido a la presencia de sentimientos positivos, al que se ha denominado felicidad (Arita, 2005).

La satisfacción con la vida es definida como la valoración positiva que la persona hace de su vida en general, o de aspectos particulares de ésta (familia, estudios, trabajo, salud, amigos, tiempo libre)

(Diener, 1994; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; García-Viniegras & González, 2000; Liberalesso, 2002, Schnettler et al., 2011). Dicha satisfacción surge a través de una transacción entre el individuo y su entorno micro y macrosocial, además de sus elementos actuales e históricos, que le brindan determinadas oportunidades para la realización personal. Así, este bienestar es una experiencia ligada al presente con proyección al futuro, comportándose como el balance entre estos tiempos (García-Viniegras & González, 2000). Asimismo, el nivel de satisfacción con la vida representa la discrepancia percibida entre las aspiraciones y los logros de los individuos, cuyo amplio rango evaluativo va desde la sensación de realización personal hasta la experiencia vital de fracaso o frustración (Veenhoven, 1984).

La felicidad, por su parte, puede ser conceptualizada como el predominio de la frecuencia de ocurrencia de experiencias emocionales positivas por sobre las negativas (Pereira, 1997), implicando la capacidad de amar, trabajar, relacionarse socialmente y controlar el medio (Taylor, 1991). Además, se ha propuesto que se trata de un estado psicológico de tipo emocional y cognitivo de las personas, que se encuentra distribuido en las poblaciones de los países independientemente del nivel de desarrollo alcanzado por éstos, y desligada del nivel educacional e ingresos económicos de las personas (Argyle, 1992).

Zubieta, Muratori y Fernández (2012) reconocen que la satisfacción con la vida y el componente afectivo del BS tienden a correlacionar porque ambos elementos se hallan influidos por la valoración que realiza el sujeto acerca de los sucesos, actividades y circunstancias en las que se desarrolla su vida. Sin embargo, necesariamente también han de diferir, ya que así como la satisfacción con la vida es el resultado de la integración cognitiva que

las personas realizan al evaluar cómo les ha ido en el transcurso de la vida, lo que representa un resumen o valoración global de ella como un todo, el componente afectivo obedece más a las reacciones puntuales a eventos concretos que suceden en el curso de la vida del sujeto. La satisfacción con la vida entonces, al ser el resultado de un juicio cognitivo, resulta un constructo más estable a lo largo del tiempo (Castro-Solano, 2010).

En esta línea Diener (1994) y Diener et al. (1999) señalan que este constructo se veía afectado tanto por aspectos contextuales como personales entre los que destaca salud, género, edad, ingresos, nivel de educación, estado civil, relaciones sociales, empleo, temperamento, cogniciones, metas, autoeficacia, entre otros; encontrándose, en consecuencia, determinado por un gran número de componentes que se combinan e intervienen en distintos niveles (Diener, 1994), por lo que es poco probable que un conjunto reducido de variables puedan explicar su variabilidad (Moyano et al., 2006).

Desde la psicología, de manera tradicional y a lo largo de la historia, se ha centrado el estudio del ser humano en el desarrollo de patologías y trastornos mentales, así como también, en las teorías que explican estos aspectos de disfuncionalidad, desadaptación y desintegración; lo cual ha descuidado el interés por la explicación y generación de investigaciones sobre aspectos positivos que favorecen el desarrollo integral, adaptado y funcional de los individuos en la sociedad y sus entornos más cercanos (Verdugo-Lucero et al., 2013).

Específicamente, el estudio del BS, si bien ha sido un tema de interés en la última década, se ha enfocado especialmente en

medir los resultados del cuidado de la salud y de los servicios sociales (Moons, Budts & De Geest, 2006), por lo que, aún existe poca investigación en torno a otras dimensiones vinculadas a las fortalezas y virtudes del ser humano, y al efecto que estos aspectos tienen en la construcción subjetiva de lo que las personas evalúan como satisfacción y felicidad (Laca, Mejía & Yáñez, 2010; Laca, Verdugo & Guzmán, 2005; Cuadra & Florenzano, 2003).

Por su parte, Martínez (2004) menciona que el BS es una de las tres formas de evaluar la calidad de vida de la población, junto con indicadores económicos y sociales; y plantea, entonces, que cómo se siente la gente y qué piensa de su vida es esencial para entender el bienestar. Siendo el BS una medida que puede ser de utilidad cuando se quiere evaluar el éxito de la adaptación o felicidad en cualquier momento del ciclo vital (Olson-Madden, 2008). Más aún, el estudio específico de la satisfacción con la vida sería importante puesto que permite la investigación, evaluación y mejora de la calidad de vida (Casas, Rosich & Alsinet, 2000; Huebner, 1991), aporta al estudio de la salud mental positiva (Huebner, 1991a), a la comprensión de las manifestaciones clínicas (Grant et al., 1995; Huebner, 1994), y orienta la elaboración de programas de promoción e intervención pertinentes a las necesidades y ciclos evolutivos de los sujetos (Huebner, 1991).

En particular, el foco del presente estudio está dirigido hacia adultos jóvenes profesionales, puesto que es una etapa del ciclo vital en la cual, se han producido hitos biológicos y cronológicos importantes que se encuentran asociados, además, al rol social que van adquiriendo los jóvenes en la sociedad (Dávila, 2005). Si bien, existen diferentes posturas para determinar y definir el periodo evolutivo de la juventud, la noción más general y usual se

refiere a una franja de edad, un período de vida, en que se completa el desarrollo físico del individuo y ocurren una serie de transformaciones psicológicas y sociales, cuando éste abandona la infancia para procesar su entrada en el mundo adulto. No obstante, se debe tener en cuenta que la noción de juventud es socialmente variable, tanto respecto al tiempo de duración, de los contenidos y significados sociales de los procesos vividos, los cuales se modifican de sociedad en sociedad y, en la misma sociedad, a lo largo del tiempo y a través de sus divisiones internas (Abramo, 1994). Lógicamente, por sí sola, la categoría etaria no es suficiente para el análisis, pero sí necesaria para marcar algunas delimitaciones iniciales y básicas, que permitan contar con definiciones operacionales como referentes programáticos en el campo de las políticas públicas de adolescencia y juventud. Dávila (2005) reconoce que la franja etaria de la juventud se divide en tres subtramos: de 15 a 19 años, de 20 a 24 años y de 25 a 35 años. Este último subtramo se designa como adultez joven y, tiene dentro de los procesos psicosociales más relevantes, la entrada a la vida en pareja, la paternidad o maternidad, la consumación de la preparación educativa y profesional, el acceso al mundo del trabajo, entre otros (Martín, 2005). Asimismo, se identifica esta etapa como un periodo en el cual se han alcanzado metas y objetivos personales asociados a logros académicos, mayor independencia en la toma de decisiones personales y una mayor estabilidad económica; en este escenario se espera que la inserción laboral sea una importante fuente de identidad, pertenencia, desarrollo personal y profesional (Moyano et al., 2013), a la vez que supone satisfacción en la medida en que la actividad a la cual el sujeto se dedica resulte agradable, ofrezca el reconocimiento social de los demás, y aporte recursos económicos que se consideran suficientes para subsistir y

alcanzar sus propósitos (Veloso-Besio et al., 2013).

El trabajo con los adultos jóvenes se considera relevante, dado que constituyen un grupo de intervención potente por su capacidad proactiva y participativa (Jiménez, 2000), además de su alto involucramiento personal, comunitario y su mayor compromiso y deseo de contribuir socialmente. De esta manera, la valoración que éstos realicen de los aspectos globales y particulares de su entorno, permitirá comprender sus experiencias en torno a su BS e identificar componentes elementales de la misma, que sirvan para ejercer acciones concretas mediante las que los jóvenes adultos se conviertan en agentes constructores de sus proyectos de vida, con sentido para ellos y puedan potenciar sus niveles de satisfacción y felicidad (PNUD, 2014).

Estudios previos de BS realizados en adultos jóvenes han evidenciado que variables sociodemográficas como el género y la edad podrían explicar las diferencias encontradas en los niveles de satisfacción vital y felicidad; no obstante, son aspectos ampliamente discutidos, por tanto, no concluyentes, considerando la gran variedad de resultados. Javaloy (2007), por su parte, señala que la evidencia empírica en relación al género muestra que los hombres reportan un mayor BS que las mujeres, aunque esta diferencia es más bien pequeña, y suele desaparecer cuando se controlan otras variables demográficas. Por otra parte, se reconoce que las diferencias de género se hacen evidentes principalmente en los indicadores de bienestar psicológico y social, y no en el bienestar subjetivo (Zubieta, Muratori & Fernández, 2012).

En términos de satisfacción vital, los resultados que hacen referencia a las diferencias de género no permiten tener

una postura concluyente acerca de los niveles de satisfacción, esto dado a que los hallazgos son variados. Zubieta, Muratori y Fernández (2012) por su parte, identificaron puntuaciones más elevadas en las mujeres que en los hombres; lo cual concuerda con los hallazgos encontrados en investigaciones previas (Zubieta & Delfino, 2010; Argyle & Hills, 2000), en las que ambos grupos reportan como mayor fuente de satisfacción aspectos relacionados con los amigos, la familia y la salud. Paralelamente, reportes en esta misma línea dan cuenta que tanto las mujeres como los hombres obtienen puntuaciones en general altas y las diferencias no son estadísticamente significativas, es decir, ambos perciben de modo similar la satisfacción con sus vidas.

En cuanto al componente afectivo, una serie de estudios han puesto de manifiesto que las mujeres declaran una mayor felicidad que los hombres y que experimentan emociones positivas más intensamente que los hombres (Diener, Sandvik & Larsen, 1985; Fujita, Diener & Sandvik, 1991; Woods, Rodhes & Whelan, 1989). Otros, sin embargo, no han encontrado diferencias significativas entre hombres y mujeres (Larson, 1978; Diener 1984; Alarcón, 2001), mientras otros apuntan a que los hombres son más felices que las mujeres (Haring, Stock & Okun, 1984).

En relación a la edad, estudios identifican que la satisfacción vital va en aumento conforme ésta se incrementa (Argyle, 1992). Moyano y Ramos (2007) en lo referente a felicidad, observaron que ésta decrecía en sujetos cuyas edades estaban comprendidas entre los 17 - 25 años, mientras que los adultos de entre 26 - 56 años realizaban una valoración más positiva de su felicidad subjetiva. Asimismo, Diener y Suh (1998) corroboran,

a partir del análisis de investigaciones internacionales, que la felicidad no declina con la edad. Estos hallazgos pueden ser apoyados considerando que el paso de la adolescencia a la adultez joven, es una etapa en la que tanto los afectos positivos como los negativos son experimentados de forma más intensa (Diener, 1994) y, de acuerdo a las teorías finalistas del bienestar (la felicidad se logra cuando algún objetivo es alcanzado), la disminución de la satisfacción en los jóvenes podría deberse a que sus metas se encuentran en vías de desarrollo, es decir, las recompensas asociadas a su obtención no tienen lugar aún, siendo de mediano o largo plazo.

Finalmente, debido a la disparidad de resultados encontrados en el análisis de las variables que pueden intervenir en el BS, el insuficiente reporte de estudios sobre el tema en la cultura latinoamericana, y los escasos estudios empíricos en el área en Chile y en esta población, resulta relevante identificar los elementos que componen la definición de bienestar subjetivo y la importancia otorgada a cada uno de ellos por los participantes.

A partir de los antecedentes expuestos, se deriva la pregunta de investigación que guía el presente estudio: ¿Cuáles son los elementos que componen la definición de BS según los adultos jóvenes profesionales de la ciudad de Santiago de Chile?

De esta forma, se propone como objetivo general identificar elementos que definen el BS, compuesto por felicidad y satisfacción con la vida, en adultos jóvenes profesionales chilenos. Y específicamente: a) describir los elementos que constituyen la definición de felicidad b) describir los elementos que constituyen la definición de satisfacción con la vida; c) describir cuales son los aspectos que los hacen ser felices; d) describir cuales son los aspectos que los

hacen estar satisfechos con su vida; y por último, e) determinar si existen diferencias de género en los elementos que constituyen las definiciones de felicidad y satisfacción con la vida.

Método

Diseño

La presente investigación, según la naturaleza de los datos, dimensión temporal y objetivos propuestos, es de carácter transeccional descriptivo-comparativo, y utilizó el método de Redes Semánticas Naturales.

Participantes

La población de estudio correspondió a adultos jóvenes profesionales chilenos, de ambos sexos, de diversas áreas de formación académica y que se encontraban viviendo en la ciudad de Santiago de Chile. La muestra, constituida mediante muestreo no probabilístico intencionado, quedó constituida por 40 adultos jóvenes profesionales (20 hombres y 20 mujeres) que accedieron voluntariamente a participar. Sus edades oscilaron entre 25 y 35 años ($\bar{x} = 28,35$, $DE = 2,40$). Como criterio de inclusión se consideró que los participantes estuvieran titulados de carreras profesionales universitarias, con mínimo un año de experiencia laboral y que no hubieran contraído matrimonio ni concebido hijos. Estos criterios fueron establecidos considerando que estudios previos identifican que estas variables son relevantes en la valoración que los sujetos realicen tanto de su satisfacción vital como de su felicidad (Moyano et al., 2006).

Instrumento

El instrumento de recogida de información correspondió a un cuestionario

desarrollado a partir de la método de Redes Semánticas Naturales (Valdés, 1998), la cual ofrece un método empírico de acceder a la organización cognitiva del conocimiento, y a la interpretación subjetiva que hace una persona de las palabras estímulos o significantes (Denegri et al., 2010). De esta manera, el instrumento se compuso de las siguientes preguntas/estímulo: ¿Qué es para Ud. la felicidad?, Defina desde su perspectiva Satisfacción con la vida, ¿Qué lo hace ser feliz? y ¿Qué lo hace estar satisfecho con su vida? Además, se incluyó un apartado en el que se requerían algunos antecedentes sociodemográficos, con la intención de caracterizar la muestra seleccionada.

Procedimiento

Antes de su ejecución, el protocolo de investigación fue visado por el Comité de Ética de la Universidad de La Frontera, (Chile) organismo certificado por la Comisión Nacional de Investigación Científica y Tecnológica (CONICYT). En primer lugar, se contactó a los participantes mediante la visita a sus lugares de trabajo o domicilios particulares. Una vez manifestados los objetivos del presente estudio, se les hizo entrega de un consentimiento informado que aseguraba el anonimato y confidencialidad de los datos, también, indicaba que su participación era completamente voluntaria y no implicaba ningún riesgo físico ni psicológico, pudiendo además, negarse o retirarse en cualquier momento, sin ningún perjuicio. Luego de contar con su aprobación se les invitó responder un breve cuestionario. La instrucción que se le dio a cada participante fue: definir con un mínimo de diez palabras sueltas (podían ser verbos, adverbios, sustantivos, adjetivos, nombres, pronombres) la palabra o pregunta/estímulo presentada. Se les solicitó de forma expresa que no utilizaran artículos, preposiciones ni otro tipo de partícula gramatical. Asimismo, tras

finalizar la definición, se les pidió jerarquizar sus respuestas por cada palabra/estímulo, asignando un número de acuerdo a la importancia que otorguen a cada respuesta, siendo 1 el puntaje asignado al vocablo que se relaciona más con el estímulo y 10 al que menos.

Análisis de la información

El análisis de los datos se realizó de acuerdo a lo que sugiere Figueroa, González y Solís (1981), y Valdéz (1998), quienes proponen obtener el *Valor J* (total de palabras generadas por los participantes para definir las cuatro palabras/estímulo), el *Valor M* (peso semántico de cada concepto: producto de la frecuencia de aparición y el valor semántico o jerarquía, en escala de 1 a 10), el *conjunto SAM* (los 10 conceptos con mayor valor M), y el *Valor FMG* (distancia semántica: puntuación expresada en porcentaje de las palabras definidoras que conforman el conjunto SAM). Este valor se obtiene a través de una regla de tres, considerando que la palabra definidora con mayor valor M representa el 100%, llamado núcleo. Después del *núcleo*, entre el 99% y 79% se ubican los *atributos esenciales*; entre el 78% y 58%, los *atributos secundarios*; entre el 57% y 37%, los *atributos periféricos*; y de 36% hacia abajo, los significados son *personales* (Valdéz & Hernández, 1986, citado en Valdéz, 1998). Los porcentajes indican el grado de coincidencia entre sujetos sobre una misma palabra y el peso semántico otorgado.

Resultados

La presentación de este apartado se organizó de acuerdo con los estímulos presentados a los participantes, según los

objetivos específicos propuestos en la presente investigación.

¿Qué es para Ud. la felicidad?

La Tabla 1 muestra las 10 palabras definitorias con mayor valor semántico (*conjunto SAM*) que definen el concepto de felicidad, además de su distancia semántica (*Valor FMG*), generados por el grupo total de estudiantes. El *Valor J* de este análisis es 148, siendo el núcleo, "Amor/Amar" (100%), seguido con un único atributo esencial, "Familia", y luego solo un atributo secundario, "Amistad/Amigos". En los atributos periféricos los adultos jóvenes sostienen que la Felicidad es "Alegría" y "Plenitud", y como atributos personales, consideran "Tranquilidad", "Bienestar", "Éxito", "Salud/saludable y, por último, "Satisfacción".

Con respecto al género (Tabla 1), tanto en hombres (*Valor J* = 103) como en mujeres (*Valor J* = 91) se repite el patrón del grupo total, el núcleo "Amor/Amar" seguido de "Familia" como atributo esencial; sin embargo, los hombres no presentan el mismo atributo secundario que presentan las mujeres que corresponde a "Amistad". En los atributos periféricos, los hombres indican que la felicidad es "Alegría", "Plenitud", "Éxito" y "Salud", coincidiendo con las mujeres en el primer concepto, el cual es seguido, en su caso, por "Tranquilidad". Por último, son para los hombres atributos personales la "Amistad/Amigos", "Bienestar", "Tranquilidad" y "Sabiduría", mientras que para las mujeres lo son la "Satisfacción", "Risitas/Sonrisas", "Plenitud", "Paz" e igualmente el "Bienestar".

Tabla 1. Conjunto SAM para estímulo 1, grupo total y según género.

Grupo total			Hombres			Mujeres		
Definitorias	M	FMG	Definitorias	M	FMG	Definitorias	M	FMG
Amor/Amar	221	100%	Amor/Amar	99	100%	Amor/Amar	122	100%
Familia	189	86%	Familia	88	89%	Familia	101	83%
Amistad/Amigos	128	58%	Alegría	56	57%	Amistad	95	78%
Alegría	125	57%	Plenitud	52	53%	Alegría	69	57%
Plenitud	81	37%	Éxito	40	40%	Tranquilidad	46	38%
Tranquilidad	71	32%	Salud	37	37%	Satisfacción	37	30%
Bienestar	57	26%	Amistad/Amigos	36	36%	Risas/Sonrisas	35	29%
Éxito	54	24%	Bienestar	31	31%	Plenitud	29	24%
Salud/Saludable	49	22%	Tranquilidad	25	25%	Paz	27	22%
Satisfacción	46	21%	Sabiduría	24	24%	Bienestar	26	21%

¿Qué es para Ud. la Satisfacción con la vida?

El *Valor J* de este análisis es 157, siendo el núcleo "Amor", seguido con un único atributo esencial: "Felicidad", distanciándose semánticamente de los atributos periféricos que los participantes indican: Satisfacción con la vida es "Familia", "Salud", "Logros", "Metas" y "Tranquilidad"; y como atributos personales reconocen las palabras "Plenitud", "Trabajar/Trabajo" y "Paz, como lo muestra la Tabla 2.

Para los grupos de hombres (*Valor J* = 104) y mujeres (*Valor J* = 94) (Tabla 2), el núcleo también es "Amor" (100%). El conjunto SAM

de las mujeres indica como atributo esencial la "Felicidad", mientras que para los hombres este es un atributo secundario, que en para las mujeres es "Salud". En cuanto a los atributos periféricos, para los hombres son "Familia", "Plenitud", "Logros", "Tranquilidad" y "Salud", coincidiendo con las mujeres en el primer concepto y estas últimas agregan "Trabajo". Por último, como atributos personales para definir satisfacción con la vida, los hombres seleccionan las palabras "Equilibrio", "Metas" y "Bienestar", y el grupo de comparación reconoce las palabras "Logros", "Paz", "Tranquilidad", "Amistad" y "Alegría".

Tabla 2. Conjunto SAM para estímulo 2, grupo total y según género.

Grupo total			Hombres			Mujeres		
Definitorias	M	FMG	Definitorias	M	FMG	Definitorias	M	FMG
Amor	182	100%	Amor	76	100%	Amor	106	100%
Felicidad	152	84%	Felicidad	50	66%	Felicidad	94	87%
Familia	82	45%	Familia	40	53%	Salud	53	50%
Salud	82	45%	Plenitud	40	53%	Trabajo	43	41%
Logros	80	44%	Logros	38	50%	Familia	42	40%
Metas	71	39%	Tranquilidad	33	43%	Logros	41	39%
Tranquilidad	71	39%	Salud	29	38%	Paz	40	38%
Plenitud	64	35%	Equilibrio	27	36%	Tranquilidad	38	36%
Trabajar/Trabajo	62	34%	Metas	26	34%	Amistad	36	34%
Paz	58	32%	Bienestar	25	33%	Alegría	31	29%

¿Qué lo hace ser feliz?

El *Valor J* de este análisis es 149. Como lo muestra la Tabla 3, el núcleo "Amistad/Amigos" (100%), seguido de los atributos esenciales, "Familia", y "Amor/Amar". Luego, sin atributos secundarios y bastante distancia

semántica, seleccionan como único atributo periférico: "Compartir". Por último, en los atributos periféricos personales los participantes mantienen que lo que los hace ser felices es "Viajar", "Trabajar", "Salud", "Éxito", "Reír" y "Deporte".

Tabla 3. Conjunto SAM para estímulo 3, grupo total y según género.

Grupo total			Hombres			Mujeres		
Definitorias	M	FMG	Definitorias	M	FMG	Definitorias	M	FMG
Amistad/Amigos	222	100%	Amor/Amar	97	100%	Familia	129	100%
Familia	216	97%	Familia	87	90%	Amistad	125	97%
Amor/Amar	213	96%	Amistad	84	87%	Amor	124	96%
Compartir	94	42%	Compartir	57	59%	Viajar	39	30%
Viajar	68	31%	Éxito	47	49%	Compartir	37	29%
Trabajar	61	28%	Trabajar	36	37%	Deporte	28	22%
Salud	60	27%	Viajar	27	28%	Tranquilidad	27	21%
Éxito	51	23%	Reír	27	28%	Salud	26	20%
Reír	50	22%	Salud	26	27%	Conocer	25	19%
Deporte	48	21%	Dinero	26	27%	Trabajo	24	18%

Con respecto al género (Tabla 3), en los hombres (*Valor J* = 100) el núcleo es "Amor /Amar", mientras que para las mujeres (*Valor J* = 91) es "Familia". Como atributos esenciales, los hombres reconocen las palabras "Familia" y "Amistad", y las mujeres repiten el último concepto, y agregan "Amor". Por otro lado, las mujeres no presentan ni atributos secundarios ni periféricos, siendo para los hombres el primer atributo "Compartir", y el segundo, las palabras "Éxito" y "Trabajar". Por último, son para los hombres atributos personales "Viajar", "Reír", "Salud" y "Dinero", mientras que para las mujeres se repite el primero, y se agrega "Compartir", "Deporte",

"Tranquilidad", "Salud", "Conocer" y "Trabajo".

¿Qué lo hace estar satisfecho con su vida?

El *Valor J* de este análisis es 142, siendo el núcleo, "Familia", seguido con un único atributo esencial, "Amistad/Amigos", y un solo atributo secundario, "Amor". Como atributos periféricos, los participantes señalan que los hace estar satisfechos con su vida el "Trabajo" y los "Logros"; y como atributos personales reconocen las palabras "Aprendizaje", "Salud", "Metas", "Pareja" y "Compañía", como lo muestra la Tabla 4.

Tabla 4. Conjunto SAM para estímulo 4, grupo total y según género.

Grupo total			Hombres			Mujeres		
Definitorias	M	FMG	Definitorias	M	FMG	Definitorias	M	FMG
Familia	198	100%	Familia	97	100%	Amigos	105	100%
Amistad/Amigos	188	95%	Amistad/Amigos	85	88%	Familia	101	96%
Amor	154	78%	Amor/Pareja	67	69%	Amor/Amar	87	83%
Trabajo	97	49%	Logros	48	50%	Trabajo	64	61%
Logros	84	42%	Compañía	38	39%	Pareja	54	51%
Aprendizaje	71	36%	Trabajo	33	34%	Salud	40	38%
Salud	65	33%	Aprender	33	34%	Aprender	37	35%
Metas	51	26%	Metas	29	30%	Logros	36	34%
Pareja	46	23%	Éxito	29	30%	Disfrutar	26	25%
Compañía	43	21%	Salud	25	26%	Viajes	24	23%

Según género como lo muestra la Tabla 4, para el grupo de hombres (*Valor J* = 103) el núcleo es "Familia", y de mujeres (*Valor J* = 90) es "Amigos". En el conjunto SAM de ellos, se indica como único atributo esencial "Amigos/Amistad", mientras que para las mujeres es "Familia" y "Amor/Amar". Como atributos secundarios, los hombres escogen "Amor/Pareja", y el grupo de comparación reconoce la palabra "Trabajo". En cuanto a los atributos periféricos, son para los hombres los conceptos "Logros" y "Compañía", y para las mujeres "Pareja" y "Salud". Por último, como atributos personales los hombres seleccionan para responder a lo que los hace estar satisfechos con la vida el "Trabajo", "Aprender", "Metas", "Éxito" y "Salud", y el grupo de comparación reconocen las palabras "Aprender", "Logros", "Disfrutar" y finalmente "Viajes".

Discusión

Descripción de los elementos que constituyen la definición de felicidad

De acuerdo a los dos primeros objetivos, orientados a la definición de los conceptos felicidad y satisfacción con la

vida, se observa que los adultos jóvenes definen la felicidad, vinculándola a experiencias emocionales positivas como el *Amor, Familia, Amigos*.

En relación al ámbito *Amoroso*, los participantes de este estudio lo consideran como el más relevante para definir genéricamente la felicidad. Desde esta óptica, Bulcroft & O'Connor (1986) manifiestan que uno de los elementos que juega un papel importante en el equilibrio emocional de las personas es la relación de pareja. Pues de las redes íntimas, la pareja en si misma implica e incrementa la felicidad, dadas las experiencias positivas que trae consigo, además del apoyo en la toma de decisiones y la cooperación para concretar tanto metas personales como conjuntas. Más aun, existe evidencia de que la felicidad se incrementa en la medida que el vínculo se formaliza (Argyle, 1987). Por lo que probablemente, dado el proceso evolutivo vivenciado por los adultos jóvenes, en el cual comienzan un camino hacia la consolidación de sus vínculos afectivos, caracterizados por el deseo de concretar muchas veces un proyecto de vida compartido, se encuentra una mayor valoración de este componente como definidor de felicidad.

En cuanto a la *Familia*, algunos estudios encontraron que este aspecto es considerado como una fuente de felicidad mucho más importante que la amistad (Gómez et al., 2007; Moyano & Ramos, 2007); y otro realizado con población chilena que evidencia que ésta reconoce extraer prioritariamente su felicidad de la familia antes que otros dominios (Moyano et al., 2013); puesto que éste elemento es caracterizado como un espacio de acogida en donde prima la seguridad, el apoyo incondicional y el cariño genuino entre sus miembros.

En términos de *Amistad*, los adultos jóvenes profesionales reconocen este dominio como un componente importante para definir la felicidad, lo cual concuerda con lo reportado por Demir y Weitekamp (2007), quienes examinaron en un estudio previo cuánto contribuye tener amigos a la felicidad según el número de éstos, reconociéndose que en adultos jóvenes la calidad de la amistad predice felicidad más allá de la influencia del número de amigos que se tengan. Asimismo, Gómez et al. (2007) identificaron que quienes disfrutaban de más y mejores relaciones sociales, específicamente de amistad, tienden a ser más felices. Díaz et al. (2006) destacan que en la adultez joven el establecimiento de lazos o vínculos con los pares se encuentra mediado por la construcción de relaciones más profundas, con un tono emocional distinto al evidenciado en etapas evolutivas previas como la adolescencia, en la que los amigos ocupan un rol central en el proceso de construcción de identidad, produciéndose además un distanciamiento con el entorno familiar (Moyano & Ramos, 2007). Este escenario es coherente con lo mencionado por Deaton (2007), quien manifiesta que a medida que cambian las circunstancias de vida de los individuos, se mueven también los objetivos de felicidad.

Por otra parte, los participantes reconocen como experiencias emocionales positivas la *Alegría*, *Plenitud*, *Tranquilidad* y *Bienestar*, aspectos que involucran la búsqueda y establecimiento de un equilibrio emocional en sus vidas: lo cual, probablemente, complementa el deseo de ausencias de conflictos que interfieran con la estabilidad amorosa, familiar e interpersonal. De esta manera, se identificaría una facilitación, en la cual las experiencias y beneficios obtenidos en un dominio, pueden ser transferidas de una manera positiva y reforzante en otro (Grzywacz & Bass, 2003).

Tanto hombres como mujeres presentan iguales jerarquías para los dominios *Amor* y *Familia*. Respecto a las diferencias de género se encontró que las mujeres otorgan mayor valoración al dominio *Amistad*, lo que concuerda con el rol social que se les otorga, por el cual son formadas en torno a la importancia de la construcción de vínculos estables y sinceros, con un mayor énfasis en la sociabilidad, la amistad y la orientación hacia a los demás (Aguilar et al., 2013), y por el cual perciben, mejor que sus pares, la relación con el entorno social. Por su parte, los hombres le dan una menor valoración a este aspecto, y se enfocan en el éxito, lo cual se puede atribuir a las condiciones laborales a partir de las cuales esperan obtener gratificaciones y logros profesionales para el cumplimiento de proyectos y objetivos futuros; más aún, este resultado es coherente con que la socialización de género desde edades tempranas responden a un orden cultural en el cual a los hombres se les transmiten retos sociales permanentes para demostrar su identidad a través del éxito, la competitividad, el poder, el autodomínio y la fuerza (Palacio & Valencia, 2001).

Descripción de los elementos que constituyen la definición de satisfacción con la vida

El primer elemento para la definición de satisfacción con la vida que se destaca de los resultados de este estudio es el *Amor*, concepto importante también para definir felicidad, coherente además con otros estudios que sostienen que este dominio particular de satisfacción interpersonal es un predictor además de la satisfacción vital (Emmons et al., 1983). La percepción de cercanía de una pareja es relevante, puesto que es un soporte social y de apoyo, y contribuye con la posibilidad de contar con el otro en momentos de necesidad (Vera, Laga & Hernández, 1998). Algunos autores (Rojas de González, 1995; Velasco, 2006) explican cómo la elección de pareja es una respuesta a los ideales, sueños, creencias, ilusiones que se han puesto en la vida, y el cumplimiento de estas proyecciones en una fuente de satisfacción vital.

Por otra parte, otro elemento central para definir satisfacción vital es la *Felicidad*, concepto que se relaciona al componente afectivo del BS. Como la presencia de sentimientos positivos se trata de un estado psicológico de tipo emocional, quienes tengan experiencias placenteras percibirán con mayor probabilidad su vida como deseable, valorándola cognitivamente de manera positiva (García, 2002).

La *Familia*, como un aspecto considerado por los participantes para definir tanto felicidad como satisfacción con la vida, se relaciona en este caso con la satisfacción con las relaciones que se tiene con los miembros de su familia y con las relaciones que los miembros de la familia tienen entre sí, más que con las emociones positivas. En los adultos jóvenes, que se desligan del núcleo

familiar para comenzar su nuevo proyecto de vida, se están consolidando las capacidades para resolver conflictos propios de la adolescencia y de la búsqueda de autonomía (Motrico et al., 2001); lo que mejora la comprensión con la familia (Bernedo, Fuentes & Fernández, 2005), propicia el intercambio de información con la familia (Megías, 2003; Parra & Oliva, 2002), estrecha otro tipo de lazo con ésta, y tiende una imagen más optimista del conflicto paternofamiliar. De esta manera, puede ser la familia un ámbito de la satisfacción vital y de felicidad, puesto que cognitivamente se valora de manera positiva cuando se acerca al ideal de relación que se pretende mantener, y, afectivamente, ya que se siente como un espacio de seguridad y acogida.

Por otro lado, cuando los participantes definen el estímulo de satisfacción con la vida, la *Salud* también es un concepto importante; el impacto de la salud depende de la percepción que tiene la persona de su situación, de modo que una mala salud podría influir negativamente en el bienestar si interfiere en la consecución de las metas personales (Diener et al., 1999).

En cuanto a los *Logros* y *Metas*, se refieren a la evaluación de las personas de su estado actual con respecto a las expectativas de futuro que tienen para sí mismas, y la satisfacción es la discrepancia percibida entre sus aspiraciones y sus logros (García-Viniegras & González, 2000; Veenhoven, 1984); de esta manera la persona compara sus circunstancias presentes con algún estándar que considera apropiado (Diener, 1999), por lo cual, los estados internalizados deseados por los individuos cumplen una importante función dinamizadora del comportamiento (Stagner, 1963).

Asimismo, las personas que tienen empleo y están más satisfechas con el mismo, son aquellas que desempeñan trabajos profesionales de su interés (Argyle, 2003). Sánchez y Quiroga (1995) mencionan que la satisfacción laboral se relaciona significativamente con la edad, de modo que las personas de mayor edad reportan menor satisfacción laboral; situación que coincide con lo reportado por los adultos jóvenes que conforman la muestra del presente estudio, para quienes el *Trabajo* es un aspecto importante para definir la satisfacción vital.

Igualmente, los participantes, al definir felicidad y satisfacción con la vida, escogen experiencias emocionales positivas como *Plenitud, Tranquilidad y Paz*, que indican búsqueda de un equilibrio que le permita el crecimiento de potencialidades y la superación de la discrepancia de lo que se espera ser y lo que es.

En cuanto a las diferencias de género, no se evidencian grandes discrepancias en los conceptos escogidos por hombres y mujeres para definir satisfacción con la vida. No obstante, las mujeres presentan dos conceptos que los hombres no reconocen en el listado, que son *Trabajo* y *Amigos*, el primero de ellos puede estar asociado a que los logros en el acceso a la educación y el aumento de la presencia femenina en el mercado laboral son transformaciones que se han ido gestando en las últimas décadas (Vega, 2007), y esto podría generar una valoración más positiva por parte de las mujeres, por estar haciendo parte de este cambio; y el segundo, la amistad, se puede vincular con el rol social que se les otorga a las mujeres, por el cual presentan una mejor relación con el entorno social que sus pares (Zubieta & Delfino, 2010) y más satisfecha la necesidad de estabilidad y

confianza en el plano relacional (Zubieta et al., 2012).

Descripción de los elementos que los hace ser felices

De acuerdo a los objetivos orientados a describir qué es lo que a los participantes les hace ser felices o estar satisfechos con la vida, se encuentra que los conceptos definitorios para el grupo total corresponden a *Amistad*, seguido de la *Familia, Amor, Trabajo* y *Actividades de distensión*. Estos aspectos a diferencia de la definición general dada por los participantes, modifican su orden de jerarquía.

En cuanto a la *Amistad*, los adultos jóvenes profesionales participantes destacan este aspecto como el más relevante, lo cual puede responder a la mayor autonomía de los participantes, quienes, dada su etapa de desarrollo, se han independizado no sólo económicamente sino también afectivamente. Desde esta perspectiva, Araújo y Cerqueira-Santos (2012) reconocen que las amistades en la adultez temprana se estrechan y fortalecen en la medida en que los jóvenes dejan sus entornos familiares, reconociendo que estos vínculos les proporcionarían confianza, compañerismo, respeto, aceptación y cooperación.

La *Familia* y el *Amor*, por su parte, son considerados como el segundo elemento más importante que los adultos jóvenes consideran les generan experiencias positivas asociadas a la felicidad; lo cual es relevante desde la idea de que estos elementos constituyen dimensiones interpersonales sustanciales y existenciales, siendo además espacios que contribuyen a desarrollar potencialidades del individuo en aspectos

emocionales, relacionales y morales, entre otros (García, 2012). Más aún, son espacios que brindan acogida, conciliación y apoyo incondicional, por lo que contribuyen significativamente al bienestar de un individuo (Jiménez, Mendiburo & Olmedo, 2011).

El *Trabajo* también es considerado por los participantes como una dimensión que favorece emociones positivas, aspecto esperable dado que luego de numerosos años de estudios, por medio del trabajo se concretan metas y proyecciones previamente establecidas que los incorpora en esta nueva etapa, la laboral, que no sólo le permite la satisfacción de necesidades económicas sino que también contribuye a la integración y el ajuste psicológico y social (Jiménez & Moyano, 2008; González & Salanova, 1996).

Por último, se identifican que *Actividades de distensión* tales como viajar, hacer deporte, compartir, son consideradas como elementos importantes para su propia felicidad; lo que probablemente indica cierta preocupación por realizar actividades agradables, divertidas y útiles para su propio descanso o desarrollo personal (Sánchez, Jurado & Simões, 2013) y una búsqueda de equilibrio por parte de los participantes entre los componentes afectivos y laborales. Más aun, se destaca que estas actividades pueden predecir un aumento del BS (Argyle, 2000), impactando positivamente en la salud física y mental de los individuos (Sánchez et al., 2013).

Es posible reconocer que tanto hombres como mujeres consideran el *Amor*, la *Familia* y la *Amistad* como aspectos fundamentales que les permiten obtener experiencias y emociones positivas, contribuyendo por ende a su nivel de felicidad, sólo varían levemente en la

intensidad de le otorgan a éstos. Sin embargo, los hombres otorgan mayor valoración a los aspectos asociados al *Éxito*, *Trabajo* y *Dinero*, lo cual probablemente se encuentra asociado a los roles de género y las atribuciones sociales, por las cuales hay presiones sociales sutiles que los dirigen al alcance de metas de logro, éxito y poder (Garrido, 1996). Por su parte las mujeres, le atribuyen mayor importancia para su felicidad a las *Actividades de distensión*; de esta manera, a diferencia del género masculino, éstas se enfocan más en las contribuciones y beneficios presentes, y se implican en experiencias más agradables y socialmente envolventes que favorecen la recuperación del desgaste psicofisiológico producido por estresores laborales, situacionales o familiares que puedan vivenciar, impactando positivamente su salud mental (Sánchez et al., 2013).

Descripción de los aspectos que los hace estar satisfechos con la vida

Como primer aspecto que hace a los participantes sentirse satisfechos con la vida está la *Familia*, a diferencia de lo que reportaron con respecto a la definición del concepto. Este cambio puede deberse a la relevancia personal que otorgan al entorno familiar y los recursos que pueden encontrar en él, tales como la cohesión, que se expresa en el apoyo mutuo, afecto y confianza entre los miembros de la familia (Ortega, Fernandez & Osorio, 2003). Desde la perspectiva sistémica, las interacciones familiares cambian de acuerdo a los momentos evolutivos, los ciclos vitales que atraviesan los integrantes de ésta para responder a las situaciones nuevas y desconocidas, manifestando una adaptación activa, el reconocimiento de las necesidades propias, y generando nuevos escenarios (Baeza, 2000): Estas condiciones pueden generar

satisfacciones a los adultos jóvenes, quienes entienden el espacio familiar como un foco de apoyo al cumplimiento de metas, y una fuente de recogimiento afectivo.

Otro elemento central que hace a los adultos profesionales estar satisfechos con la vida son los *Amigos*, distinto cuando describen una definición general de la satisfacción vital. Esto podría estar vinculado a la necesidad de mantener relaciones positivas con otras personas, conservando vínculos sociales estables y tener amigos en los que pueda confiar (Díaz et al., 2006), logrando construir relaciones más profundas y con un tono emocional distinto a los años anteriores, lo que contribuye la integración social, la contribución social y a la actualización social, aspecto asociados a la satisfacción con la vida (Zubieta & Delfino, 2010).

El *Amor* y la *Pareja* también son elementos importantes para la muestra de la presente investigación, pero en una jerarquía menor que cuando se define el concepto, pareciendo más importante para la satisfacción vital personal, la familia y amigos. Moya (1999) plantea que la búsqueda de consistencia cognitiva es lo que las personas buscan en una pareja, es por esto que intentan tener ideas y concepciones similares entre sí; siendo, en esta etapa, más importante el amor romántico que el deseo sexual, más presente en la adolescencia; puesto que se busca un compañero que contribuya y apoye el cumplimiento de metas, y las proyecciones futuras.

La concreción de las proyecciones y la noción de la perspectiva temporal futura, sobre la base de la riqueza y variedad de actividades que una persona se propone para cumplir el ideal de sí mismo, es también un elemento esencial para los adultos jóvenes profesionales. Los *Logros*, las *Metas*, el *Trabajo* y el *Aprendizaje*, se

vinculan a la contratación del estado actual con las expectativas de futuro (García-Viniegras & González, 2000; Veenhoven, 1994).

Por último, en cuanto a las diferencias de género, no se evidencia grandes discrepancia en los tres primeros conceptos escogidos por hombres y mujeres, más que por intensidad, para declarar qué los hace estar satisfechos con la vida. No obstante, las mujeres presentan una valoración más importante para el *Trabajo*, concordante con los resultados al definir el concepto de satisfacción vital, asociado a los logros en el acceso a la educación, el aumento del empleo y el reconocimiento de mujeres en el mercado laboral (Vega, 2007). Por otra parte, aunque las diferencias son menores, los hombres parecen estar orientados más a la cumplimiento de metas, y consecución de logros y éxito, que puede deberse a los procesos de socialización que acentúan la instrumentalidad en los hombres para el cumplimiento del rol de producir y proveer (Riquelme, Rivera y Díaz, 2014); mientras que las mujeres, parecieran estar más enfocadas al disfrute y a la distensión, en la búsqueda de actividades recreativa o de ocio que constituye actividades placenteras, no obligatorias y autónomas que pueden ser realizadas en el tiempo libre (Sanchez, Jurado & Simoes, 2013), que favorece un estado de tranquilidad y bienestar psíquico, que se traduce en salud, elemento que parecer ser más relevante para la mujeres.

El bienestar está determinado por un gran número de factores que se combinan e intervienen en distintos niveles (Diener, 1994), y es poco probable que un conjunto reducido de elementos puedan explicar su variabilidad. El estudio del BS es relevante puesto que aporta a la comprensión de un concepto que se le

considera como parte de la salud en su sentido más general, y se manifiesta en todas las esferas de la actividad humana (García-Viniegras & González, 2000). Y además, es parte de la calidad de vida de las personas, entendida desde una definición integradora como un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades, que posee aspectos subjetivos y objetivos, entre los que se añade la sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social, e incluye otros aspectos subjetivos como la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad personal y la salud percibida (Ardila, 2003).

Este estudio presenta como limitación las características intencionadas de la muestra, lo que impide su generalización a todos los adultos jóvenes profesionales, siendo, por lo tanto, sus resultados sólo aplicables a sujetos con características similares a los incluidos.

Como futuras líneas de investigación, se propone hacer comparaciones incluyendo las variables demográficas estado civil y la tenencia de hijos, puesto que según la literatura estas condiciones podrían presentar diferencias al ser contrastadas con adultos jóvenes profesionales solteros y sin hijos

Referencias

- Abramo, H. (1994). *Cenas juvenis*. São Paulo: Scritta.
- Aguilar, Y., Valdez, J., González-Arratia, N., & González, S. (2013). Los roles de género de los hombres y las mujeres en el México contemporáneo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 18(2), 207-224.
- Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 29-46.
- Araújo, D., & Cerqueira-Santos, E. (2012). Intimate Friendship Relationships among Young Adults. *Pidéia*, 22(53), 325-333.
- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: una visión integradora. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 35(2), 161-164.
- Argyle, M. (1987). *Psicología de la felicidad*. España: Alianza Editorial.
- Argyle, M. (1992). *La Psicología de la felicidad*. Madrid: Alianza.
- Argyle, M., & Hills, P. (2000). Religious experiences and their relationships with happiness and personality. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10, 157-172.
- Arita, B. (2005). Satisfacción por la vida y teoría homeostática del bienestar. *Psicología y Salud*, 15(1), 121-126.

- Baeza, S. (2000). El rol de la familia en la educación de los hijos. *Psicología y psicopedagogía*, 1 (3), 1-10.
- Bernedo, I., Fuentes, M., & Fernández, M. (2005). Percepción del grado de conflicto en familias adoptivas y no adoptivas. *Psicothema*, 17(3), 370-374.
- Bulcroft, K., & O'Connor, M. (1986). The importance of dating relationships on quality of life for older persons. *Family Relations*, 35, 397-401.
- Casas, F., Rosich, M., & Alsinet, C. (2000). El bienestar psicológico de los preadolescentes. *Anuario de Psicología*, 31, 73-86.
- Castro-Solano, A. (2010). *Fundamentos de Psicología Positiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: Hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología*, 12(1), 83-96.
- Cummins, R., & Cahill, J. (2000). Avances en la comprensión de la calidad de vida subjetiva. *Intervención psicosocial*, 9(2), 185-198.
- Dávila, O. (2005). Adolescencia y Juventud: de las nociones a los abordajes. *Última Década*, 21, 83-104.
- Deaton, A. (2007). Income, aging, health and wellbeing around the world: evidence from the Gallup World Poll. *National Bureau of Economic Research*, Working Papers 13317.
- Demir, M., & Weitekamp, L. (2006). 'I am so happy' cause today I found my friend: Friendship and personality as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8, 181-211.
- Denegri, M., Cabezas, D., Sepúlveda, J., Del Valle, C., González, Y., & Miranda, H. (2010). Representaciones sociales sobre pobreza en estudiantes universitarios chilenos. *Liberabit*, 16(2), 161-170.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Sandvik, E., & Larsen, R. (1985). Age and Sex Effects for Emotional Intensity. *Developmental Psychology*, 21, 542-546.
- Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. Intervención psicosocial. *Revista sobre igualdad y calidad de vida*, 3(8), 67-113.
- Diener, E., & Suh, E. (1998). Subjective well-being and age: An international analysis. En S. K. Wamer y L. M. Powell (Eds.), *Annual review of gerontology and geriatric* (pp. 304-324). Nueva York: Spinger Publishing.

- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Emmons, R., Larsen, R., Levine, S., & Diener, E. (1983). *Factors predicting satisfaction judgments*. Paper presented at the Midwestern Psychological Association, Chicago.
- Figueroa, J., González, E., & Solís, V. (1981). Una aproximación al problema del significado: las redes semánticas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 13(3), 447-458.
- Fujita, F., Diener, E., & Sandvik, E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being: The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 427-434.
- García, M. (2002). Desde el concepto de felicidad al abordaje de las variables implicadas en el bienestar subjetivo: un análisis conceptual. *Revista Digital*, 8(48), 652-660.
- García, G. (2012). El derecho a estar solo, a la pareja, a la familia y al amor en Colombia y algunos países de Latinoamérica. *Revista Facultad de Derecho y Ciencias Políticas*, 42(116), 23-50.
- García-Viniegras, C., & González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Rev Cubana Med Gen Integr*, 16(6), 586-92.
- Garrido, I. (1996). *Psicología de la motivación*. Madrid: Síntesis.
- Gómez, V., Villegas, C., Barrera, F., & Cruz, J. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 311-325.
- González, P., & Salanova, M. (1996). La importancia del trabajo en los jóvenes durante los primeros años de empleo. *Revista de psicología del trabajo y las organizaciones*, 12(1), 27-50.
- Grant, G., Salcedo, V., Hynan, L., Frisch, M., & Puster, K. (1995). Effectiveness of quality of life therapy. *Psychological Reports*, 76, 1203-1208.
- Grzywacz, J., & Bass, B. (2003). Work, family, and mental health: Testing different models of work-family fit. *Journal of Marriage and Family*, 65, 248-261.
- Haring, M., Okun, M., & Stock, W. (1984). A research synthesis of gender and social class as correlates of subjective well-being. *Human Relations*, 37, 645-657.
- Huebner, S. (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*, 6, 103-111.
- Huebner, S. (1991a). Initial development of the Students' Life Satisfaction Scale. *School Psychology International*, 12, 231-240.
- Huebner, S. (1994). Preliminary development and validation of a multidimensional life satisfaction scale for children. *Psychological Assessment*, 6, 149-158.
- Javaloy, F. (2007). *Bienestar y felicidad de la juventud española*. Madrid: INJUVE.

- Jiménez, G. (2000). *Teorías Del Desarrollo III*. México: Red Tercer Milenio.
- Jiménez, A., Mendiburo, N., & Olmedo, P. (2011). Satisfacción familiar, apoyo familiar y conflicto trabajo-familia en una muestra de trabajadores chilenos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 29(2), 317-329.
- Jiménez, A., & Moyano, E. (2008). Factores laborales de equilibrio entre trabajo y familia: medios para mejorar la calidad de vida. *Revista Universum*, 23(1), 116-133.
- Laca, F., Mejía, J., & Yáñez, C. (2010). Identidad mexicana e interés político: Predictores de bienestar social y anomia. *Acta Universitaria*, 20, 40-49.
- Laca, F., Verdugo, J., & Guzmán, J. (2005). Satisfacción con la vida de algunos colectivos mexicanos: una discusión sobre la psicología del bienestar subjetivo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(2), 325-336.
- Larson, R. (1978). Thirty years of research on the subjective well-being of older Americans. *The Gerontologist*, 33, 109-25.
- Liberalesso, A. (2002). Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una psicología positiva; en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34(1-2), 55-74.
- Martín, J.F. (2005). Los factores definitorios de los grandes grupos de edad de la población: tipos, subgrupos y umbrales. *Scripta Nova*, 9, 190-220.
- Martínez, P. (2004). Perspectiva temporal futura y satisfacción con la vida a lo largo del ciclo vital. *Revista de Psicología de la PUCP*, 22(2), 215-252.
- Meda, R., De Santos, F., Lara, B., Verdugo, J., Palomera, A., & Valadez, M. (2008). Evaluación de la percepción de calidad de vida y el estilo de vida en estudiantes desde el contexto de las Universidades Promotoras de la Salud. *Revista de Educación y Desarrollo*, 8, 5-16.
- Megías, E. (2003). *Comunicación y conflicto entre hijos y padres*. Madrid: Fundación de Ayuda contra la Drogadicción.
- Moons, P., Budts, W., & De Geest, S. (2006). Critique on the conceptualization of quality of life: a review and evaluation of different conceptual approaches. *International Journal of Nursing Studies*, 43, 891-901.
- Motrico, E., Fuentes, M., & Bersabé, R. (2001). Discrepancias en la percepción de los conflictos entre padres e hijos a lo largo de la adolescencia. *Anales de Psicología*, 17(1), 1-13.
- Moya, M. (1999). Atracción y relaciones interpersonales. En J. F. Morales. *Psicología Social*. Madrid: McGraw Hill.
- Moyano, E., Acevedo, M., & Avendaño, M. (2006). *Hacia un modelo de calidad de vida*. Documento de Trabajo n° 002, Centro de Psicología Aplicada, (CEPA), Escuela de Psicología, Universidad de Talca, Chile.

- Moyano, E., & Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Universum*, 22(2), 177-193.
- Moyano, E., Gutiérrez, D., Zúñiga, K., & Cornejo, F. (2013). Empleados y Desempleados, Atribuciones Causales y Bienestar Subjetivo. *Psicología & Sociedade*, 25(2), 440-450.
- Olson-Maddem, J. (2008). Correlates and predictors of life satisfaction among 18 to 35-year olds: An exploration of the 'quarterlife crisis' phenomenon. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 68(8-A), p. 3298.
- Ortega, A., Fernandez, A., & Osorio, M. (2003). Funcionamiento familiar: Su percepción por diferentes grupos generacionales y signos de alarma. *Rev Cubana Med Gen Integr*, 19(4), 1-6.
- Palacio, M., & Valencia, A. (2001). *La identidad masculina: un mundo de inclusiones y exclusiones*. Colombia: Editorial Universidad de Caldas.
- Parra, Á., & Oliva, A. (2002). Comunicación y conflicto familiar durante la adolescencia. *Anales de Psicología*, 18(2), 215-231.
- Pereira, C. (1997). Um panorama histórico-conceitual acerca das subdimensões de qualidade de vida e do bem-estar subjetivo. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 49(4), 32-48.
- Puig, M., Rodríguez, N., Farrás, J., & Lluch, M. (2011). Calidad de vida, felicidad y satisfacción con la vida en personas ancianas de 75 años atendidas en un programa de atención domiciliaria. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 19(3), 2-8.
- Rojas de González, M. (1995). *Cómo vivir juntos en pareja*. Santafé de Bogotá: Editorial Presencia Ltda.
- Riquelme, A., Rivera, S., & Díaz, R. (2014). La instrumentalidad y expresividad en la percepción hacia la mujer con éxito. *Acta de investigación psicológica*, 4(1), 1430-1445.
- Sánchez, M., & Quiroga, M. (1995). Relaciones entre satisfacción familiar y laboral: variables moduladoras. *Anales de Psicología*, 11(1), 63-75.
- Sánchez, L., Jurado, L., & Simões, M. (2013). Después del trabajo ¿Qué significado tiene el ocio, el tiempo libre y la salud?. *Paradígma*, 34(1), 031-051.
- Schnettler, B., Miranda, H., Sepúlveda, J., y Denegri, M. (2011). Satisfacción con la alimentación y la vida, un estudio exploratorio en estudiantes de la Universidad de La Frontera, Temuco-Chile. *Psicología & Sociedade*, 23(2), 426-435.
- Stagner, R. (1963). Kurt Lewin Memorial Award 1962. *Journal of Social Issues*, 19(4), 1-2.
- Taylor, S. (1991). *Seamos optimistas. Ilusiones positivas*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- United Nations Development Programme (PNUD). (2014). El Papel de la Educación en la Formación del Bienestar Subjetivo para el Desarrollo Humano. Recuperado de <http://unicef.cl/web/wp-content/uploads/2014/10/Libro-informe-desarrolloprod-10619p.pdf>

- Valdés, J. (1998). *Las Redes Semánticas Naturales: Usos y Aplicaciones en Psicología social*. México: UNAM.
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness*. Dordrecht, Holland: Reídle.
- Velasco, F. (2006). *Los amorosos y sus descontentos*. México: Lumen.
- Veloso-Besio, C., Cuadra, A., Antezana, I., Avendaño, R., & Fuentes, L. (2013). Relación entre Inteligencia Emocional, Satisfacción Vital, Felicidad Subjetiva y Resiliencia en funcionarios de Educación Especial. *Estudios Pedagógicos XXXIX*, 2, 355-366.
- Vega, I. (2007). Relaciones de equidad entre hombres y mujeres: Análisis crítico del entorno familiar. *Actualidades en psicología*, 21(108), 59-78.
- Vera, J., Laga, A., & Hernández, L. (1998). Semántica de los conceptos asociados a la relación de pareja. *Estudios sociales*, VIII, 16, 109-126.
- Verdugo-Lucero, J., Ponce de León-Pagaza, B., Guardado-Llamas, R., Meda-Lara, R., Uribe-Alvarado, J., & Guzmán-Muñiz, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 79-91.
- Woods, W., Rhodes, N., & Whelan, M., (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*, 106, 249-264.
- Zubieta, E. Muratori, M., & Fernández, O. (2012). Bienestar Subjetivo y Psicosocial: Explorando Diferencias de Género. *Salud & Sociedad*, 3(1), 066-076.
- Zubieta, E., & Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de investigaciones*, 17, 277-283.

Recibido: Enero 28-2015 Revisado: Abril 24-2015 Aceptado: Mayo 30-201