



Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales
Trabajo de Integración Final

“Felicidad y Bienestar Psicológico en migrantes y no
migrantes adultos”

Adriana L. Dziewa - Lu: 1013016

Carrera: Licenciatura en Psicología

Tutora: Lic. Débora Duffy – Firma Tutor:

Fecha de presentación: Noviembre 2017

Resumen

El propósito de esta investigación se centró en conocer si existe relación entre Felicidad y Bienestar Psicológico en migrantes y no migrantes adultos, residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. En este marco se realizó un diseño no experimental, en donde se llevó a cabo un estudio expo-facto de corte transversal y de tipo correlacional.

La muestra no probabilística, se realizó con la participación voluntaria de 159 sujetos, de los cuales 81 eran extranjeros y 78 argentinos.

La evaluación se elaboró a partir de la administración de un cuestionario socio-demográfico, la Escala de Felicidad (Alarcón, 2006) y la Escala de Bienestar Psicológico en Adultos (BIEPS-A), desarrollado por Casullo; que tiene como antecedente la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Ryff (1995).

Los resultados indican que existe una correlación positiva entre ambas variables. Los extranjeros, a diferencia de los argentinos, puntuaron más alto en las dos escalas. Asimismo se valida que el hecho de poseer hijos aumentaría los valores de Felicidad en la población extranjera. En el grupo de argentinos se pudo observar que en la Escala de Felicidad y de Bienestar Psicológico aquellos que se encuentran en el rango etario de 36 a 40 años, mostraron valores más elevados por sobre los grupos de menor edad.

Las diferencias que se encontraron entre sexo en ambos grupos fue que el Bienestar Psicológico puntuó levemente mayor en los hombres que en las mujeres, en cambio, la variable Felicidad puntuó más alto únicamente en los hombre pertenecientes al grupo de extranjeros.

Palabras claves: Felicidad, Bienestar Psicológico, argentinos, extranjeros.

Abstract

The main objective of this research was to find out the existing relationship between happiness and psychological well-being in migrants and non-migrants of Buenos Aires. In this research a non-experimental design has been carried out where a post facto transversal-correlational study was applied.

In the non – probabilistic sample 159 voluntary participants have been part of it, where 80 were foreigners and 78 from Argentina.

The evaluation of results was made based on a sociodemographic questionnaire, the scale of happiness (Alarcon, 2006) and the Psychological well-being Scale in adults (BIEPS-A) developed by Casullo, which has an antecedent, the Scale of well-being Psychological proposal by Ryff (1995).

The results indicate that there is a positive correlation between both variables. The foreigners, unlike the Argentineans, scored higher on both scales. Also, it confirms that having children increases the value of happiness in the foreign population. In the group of Argentineans it could be observed that, on the Scale of Happiness and Psychological well-being, those in the age group between 36-40 years old showed values elevated in comparison with lower age groups.

The differences that were found in terms of gender in both groups were that of well-being scoring slightly higher in men´s than women´s group. However, the Happiness variable was graded higher only in the group of foreign men.

Keywords: Happiness, Psychological Well- Being, argentineans, foreigners.

Índice

1. Introducción.....	6
2. Objetivos	8
2.1 Objetivo General.....	8
2.2 Objetivos específicos	8
2.3 Hipótesis.....	8
3. Estado del Arte.....	9
4. Marco Teórico	13
4.1 Felicidad	13
4.2 Bienestar Psicológico.....	14
5. Metodología	19
5.1 Diseño	19
5.2 Participantes	19
5.3 Instrumentos de relevamientos de datos.....	20
Cuestionario socio-demográfico:.....	20
Escala de felicidad (Alarcón 2006).....	20
Escala de Bienestar Psicológico en Adultos (BIEPS-A)	21
Procedimiento de recolección de datos	22
Procedimiento de análisis de datos.....	22
6. Resultados	23
7. Discusión.....	28
8. Conclusión	31
Referencias	33
Anexos	35
Consentimiento Informado	36
Escala de Felicidad (Alarcón 2006).....	40
Escala de Bienestar Psicológico en adultos (BIEPS-A).....	47

Tabla 4 Descriptivos de Bienestar Psicológico y Felicidad según grupo etario y condición migratoria 50

Tabla 5: Descriptivos de Bienestar Psicológico y Felicidad según género y condición migratoria 51

1. Introducción

La felicidad ha sido motivo de estudio de diferentes disciplinas. Desde la filosofía se consideró a la misma un bien supremo, un estado en el que la persona se basta a sí misma y no le hace falta nada (Alarcón, 2006).

Ser y estar feliz, desarrollarse como persona o estar a gusto consigo mismo/a son cuestiones básicas existenciales o fundamentales que han preocupado a las personas desde hace miles de años (Haybron, 2008).

Desde los tiempos más remotos pensadores y científicos han intentado conceptualizar acerca del bienestar o felicidad del ser humano, constituyendo en la actualidad un tema de estudio importante para la psicología y otras ciencias en general (García-Viniegras y González Benítez, 2000).

La Psicología ha comenzado a aceptar como un objeto relevante de estudio el bienestar subjetivo. Es por ello que ha iniciado, no solo la exploración de las fortalezas humanas sino también los factores que contribuyen a la felicidad de los individuos. En este sentido se considera que el inicio formal de lo que se denomina Psicología Positiva lo constituyó la conferencia inaugural de Martin Seligman para su periodo presidencial de la American Psychological Association (Seligman, 1999).

Para los autores García et al. (2000) el bienestar psicológico ha sido utilizado como sinónimo de bienestar subjetivo. Este último, que también es definido como bienestar general, puede ser considerado como la parte que compone el nivel psicológico. Integrado por factores externos que trasciende la reacción emocional inmediata, es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo.

Según Vallejo y Moreno (2014) la migración hoy en día son un fenómeno a escala mundial que tiene importantes repercusiones tanto a nivel individual como grupal. Por ello no es de extrañar, que desde la psicología se haya producido gran interés por estudiar este tema y sus consecuencias enfocado a un sujeto activo en búsqueda de su bienestar.

Para esta investigación se ha realizado un recorrido general sobre la concepción de la felicidad y el bienestar psicológico vista desde diferentes puntos: cultural, histórico y filosófico para obtener distintas percepciones acerca de estos fenómenos.

El bienestar es considerado como un fenómeno de interés tanto para la persona como para la sociedad debido a que se ha intentado crear índices de bienestar con el fin de permitir a las autoridades articular políticas sociales y públicas (Diener y Seligman, 2004).

Teniendo en cuenta lo expuesto, el estudio consiste en responder a la siguiente pregunta de investigación: ¿Existe relación entre Felicidad y Bienestar Psicológico en migrantes y no migrantes adultos que se encuentran viviendo en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires?

2. Objetivos

2.1 Objetivo General

Analizar si existe una relación positiva entre la Felicidad y el Bienestar Psicológico en migrantes y no migrantes adultos que residen en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

2.2 Objetivos específicos

- Analizar si existe relación entre Felicidad y Bienestar Psicológico en migrantes y no migrantes adultos.
- Analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre Felicidad y Bienestar Psicológico en migrantes y no migrantes adultos.
- Describir cómo perciben la Felicidad y el Bienestar Psicológico en sus distintas dimensiones los migrantes y no migrantes adultos según rango etario.
- Describir cómo perciben la Felicidad y el Bienestar Psicológico los migrantes y no migrantes adultos según sexo.
- Analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre Felicidad y Bienestar Psicológico según sexo.
- Analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre Felicidad y Bienestar Psicológico según si poseen hijos o no la población extranjera que reside en Argentina.

2.3 Hipótesis

Existe una relación positiva entre Bienestar Psicológico y Felicidad en los migrantes y no migrantes adultos: a mayor nivel de Bienestar Psicológico, mayor nivel de Felicidad y viceversa.

3. Estado del Arte

A partir de la revisión de investigaciones sobre Felicidad y Bienestar Psicológico en migrantes y no migrantes adultos, se extrajeron estudios para confeccionar el estado del arte de dichas variables. Se utilizaron las bases de datos de Redalyc, Scielo y Ebsco, abarcando las palabras claves: Felicidad y Bienestar Psicológico.

Varias investigaciones han sido realizadas para analizar la relación que tienen las variables Felicidad y Bienestar Psicológico en las personas. Dichos estudios se han enfocado en diferentes aspectos como edad, estado civil, ocupación, creencias y significados culturales.

Muratori, et al. (2015) han investigado sobre la Felicidad y el Bienestar Psicológico de españoles y argentinos residentes en sus países, donde analizaron los efectos de mediación de la Felicidad en las diferencias del Bienestar Psicológico en función del país.

La población que participó de esta investigación estuvo compuesta por 355 participantes (193 eran argentinos/as y 162 españoles/as).

Uno de los instrumentos utilizados fue un socio-demográfico que consideró las variables: sexo, edad, estado civil y ocupación. Además los participantes respondieron un cuestionario auto-administrado integrado por un ítem de la Escala de Felicidad Subjetiva (Subjective Happiness Scale; Lyubomirsky & Lepper, 1999) donde el sujeto puntúa su grado de felicidad general en una escala de siete puntos. Otro instrumento utilizado fue la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Diaz et al., 2006); la misma fue validada en España por Diaz et al. (2006).

Los resultados de este estudio demostraron a los españoles más felices y a los argentinos con mayor bienestar psicológico. Además, los análisis mostraron a la felicidad como mediador entre país y bienestar psicológico, excepto en el dominio del entorno.

En otro estudio realizado por García Mazzieri et al. (2013) se enfocaron en examinar la relación entre el bienestar psicológico subjetivo y social en los residentes de la región oeste de la provincia de Buenos Aires.

Para este estudio se tomó una muestra de 551 individuos de ambos sexos (51% mujeres y 49% hombres), utilizando un cuestionario auto-administrado integrado por distintas escalas: a) Grado de Identificación y autoestima social (Espinosa, 2011); b) Felicidad e Infelicidad Subjetiva (Lyubomirsky & Lepper, 1999), c) Escala de Satisfacción por dominios vitales (Diener y Suh,

1996). D) Bienestar Psicológico (Riff, 1989, versión Blanco & Diaz, 2006) y por último e) Bienestar Social (Keyes, 1998).

Los resultados indicaron que los componentes de la identidad social correlacionan significativamente con el bienestar psicológico y bienestar social, y en menor medida con la satisfacción por dominios vitales.

Otra investigación realizada por Páramo, Straniero, García, Torrecilla y Gómez (2012) mostró la medición del grado de bienestar psicológico, su relación con grados de personalidad y los objetivos de vida. El estudio se abordó desde la teoría de Millon, siendo su objetivo establecer la relación existente entre dimensiones de bienestar psicológico y estilos de personalidad en estudiantes universitarios, así como analizar sus objetivos de vida.

Este estudio se hizo sobre una muestra de 366 estudiantes de la carrera de Psicología, de ambos sexos. Las escalas utilizadas para esta investigación fueron la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos [Bieps-A] (Casullo, 2002), Escala de Little (1983, adaptación local) e inventario de Millón de Estilos de Personalidad [MIPS] (Adaptación Casullo y Castro Solano, 1997).

Concretamente, se estudió la correlación entre las dimensiones de Bienestar Psicológico con las tres áreas de los rasgos de personalidad: metas motivacionales, modos cognitivos y conductas interpersonales llegando a la conclusión de la asociación del bienestar psicológico con los estilos de personalidad.

Vallejo-Martin y Moreno-Jiménez (2014) realizaron un estudio llevado a cabo en España y cuyo objetivo fundamental fue manifestar la parte más subjetiva del proceso de aculturación basado en el bienestar psicológico, para proponer finalmente un modelo de satisfacción vital en el proceso de aculturación. Para este estudio participaron 285 personas inmigrantes (49.8% hombres y 52.2 % mujeres), procedentes de treinta seis países diferentes de los cinco continentes contestando las características socioculturales, la motivación principal emigrar, el Cuestionario de Estrategias de Aculturación en Migrantes, Escala de Autoestima de Rosenberg, Adaptación de la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), la Escala de Apoyo Social Percibido de Duke – Unc (1995), la Escala de Identidad Social (Vallejo, 2009), la Escala de Valoración de la Cultura Acogida y Valoración de la Cultura Propia (Vallejo, 2009) y la Escala de Percepción de Valoración (Vallejo, 2009).

Los resultados, entre todas las variables psicosociales estudiadas, expresó que el apoyo social es la más relevante para determinar la satisfacción vital en el nuevo contexto. El tener disponible una red de apoyo permite compartir problemas, obtener información respecto a varios servicios, recibir afecto, tener oportunidades para la participación social, sentido de pertenencia, etc.

Según Vallejo et al. (2014), a nivel individual y en términos de felicidad, mantener y actuar en base a dos sistemas de referencia puede producir diferentes sentimientos, incapacidad de mostrar el patrón cultural original, miedo a la posible discriminación, sentimientos de no pertenencia. Al encontrarse dos culturas entran en juego diversos factores individuales y grupales.

En otra investigación realizada por Massone y Urquillo (2014), el objetivo fue comparar el bienestar psicológico de los Estudiantes de la Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina, en función de la edad y el género. Se administró la Escala de Bienestar Psicológico de Riff, (1989), adaptada al español por Van Dierendonck (2006) a una muestra no probabilística de 376 estudiantes regulares de diferentes carreras.

Los resultados demuestran la existencia de diferencias significativas entre los jóvenes y los adultos en la dimensión de crecimiento personal, los participantes de 30 a 45 años mostraron mayor percepción de crecimiento personal que los participantes de 19 a 29 años. No se detectaron diferencias significativas en auto- concepto, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno y satisfacción vital. Las mujeres expresaron mayor autopercepción de Crecimiento Personal que los hombres y los adultos más que los jóvenes.

Arias-Gallegos, Masías-Salinas, Salas-Valencia y Yépez-Alcántara (2014) han realizado un estudio cuyo objetivo fue analizar las relaciones entre la Felicidad y la integración familiar, para ello se tomó una muestra de 395 personas de Arequipa, Perú. Se aplicaron dos escalas: el Inventario de Integración Familiar y la Escala de Felicidad de Lima; y los resultados obtenidos confirman la existencia de relaciones significativas entre la felicidad y la integración familiar. Además al hacer un análisis de regresión se encontró que la satisfacción con la vida y el número de hijos pronostican de manera positiva la integración familiar.

Otro estudio realizado por Zubieta, Muratori y Fernández (2012) tuvo como objetivo indagar en hombres y mujeres el bienestar subjetivo y psicosocial. Para esto se desarrolló un estudio descriptivo, con un diseño no experimental transversal, en una muestra intencional compuesta por 696 sujetos de la Ciudad de Buenos Aires, se administraron los siguientes instrumentos:

Satisfacción con la vida (Diener, 1996 en Bilbao 2008); Felicidad de Fordyce y de Lyubomirsky (Javaloy, 2007); Bienestar Psicológico de Riff (Diaz et al., 2006); Bienestar Social de Keyes (Blanco y Diaz, 2005).

Los resultados indicaron buenos niveles de bienestar subjetivo y psicosocial, y en éste último diferencias en función del género. Los hombres se perciben más autónomos de la presión social, mientras que las mujeres perciben mayores posibilidades para desarrollarse de acuerdo a sus capacidades. Respecto del bienestar social, las mujeres evalúan mejor que los hombres la calidad de sus relaciones con el entorno, se sienten más útiles y que aportan al bien común. En lo que hace referencia a las preguntas de felicidad, tanto los hombres como las mujeres obtienen puntuaciones altas y las diferencias no son estadísticamente significativas.

4. Marco Teórico

4.1 Felicidad

Alarcón (2006) define la felicidad como un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado. El análisis de esta definición distingue distintas propiedades de la conducta feliz:

a) la felicidad es un sentimiento de satisfacción que vivencia una persona, y solo ella en su vida interior, el componente subjetivo individualiza la felicidad entre las personas.

b) el hecho de ser un estado de la conducta, alude a la estabilidad temporal de la felicidad, puede ser duradera, pero a la vez es perecible.

c) la felicidad supone la posesión de un bien, se es feliz en tanto se posee el bien deseado, es el objeto anhelado el que hace la felicidad de una persona; d) el bien o bienes que generan la felicidad son de naturaleza variada (materiales éticos, estéticos, psicológicos, religiosos, sociales, etc.).

Inicialmente, desde la psicología, el estudio de la felicidad ha sido orientado a la identificación de trastornos psicopatológicos. Posteriormente, desde la Psicología Positiva (Seligman, 2002, citado en Castro Solano, 2010).

Según Seligman, la felicidad se lograría a través de tres vías: la buena vida, el compromiso y la vida plena de sentido que exige una serie de condiciones previas, hasta el momento no bien establecido. Asimismo, la felicidad se asocia positivamente al desarrollo y práctica de las fortalezas del carácter (García et al. 2014).

Sanchez Aragón y Méndez Canales (2011) han concluido que la felicidad entendida como una experiencia o estado mental positivo del individuo que nace ante una motivación intrínseca o extrínseca que produce pensamientos y sentimientos positivos fortaleciendo al individuo en su crecimiento personal, creatividad, optimismo, sentimiento de plenitud y a la vez considerarse un mejor ser humano. Pero, para que se dé esta práctica, hay una serie de aspectos cuyo papel delimita los matices de sentimientos como la emoción, su intensidad y construcción, a saber, a aspectos propios del lugar o cultura donde el individuo nace y crece, las características y

capacidades que desarrolla, su carácter y los cuales fortifica con el aprendizaje, las formas en que la persona procesa a nivel cognoscitivo, todo esto son las estrategias utilizadas por los sujetos para dar respuesta a los estímulos.

La Psicología Positiva busca estudiar científicamente el funcionamiento psicológico óptimo, enfocándose hacia las fortalezas humanas. Desde este paradigma, intenta corregir el desbalance que ha existido en la investigación y práctica de la psicología dirigiéndose hacia los aspectos positivos del funcionamiento y la experiencia humana (Casullo, 2008).

Alarcón (2006) ha encontrado cuatro factores importantes al constructo felicidad, los cuales son: Sentido positivo de la vida: relacionado con la ausencia de estados depresivos profundos, fracaso, pesimismo e intranquilidad. Satisfacción con la Vida, que expresa el grado de satisfacción de la persona con las metas alcanzadas. La Realización Personal, refiere a la tranquilidad emocional relacionada con las metas u objetivos que la persona considera como importantes para su vida que se especificarán de acuerdo a condiciones culturales e individuales. El factor Alegría de Vivir, hace referencia al optimismo y la alegría como expresión de la felicidad. En términos generales, el optimismo es la tendencia a esperar que el futuro ofrezca resultados favorables.

4.2 Bienestar Psicológico

La Organización Mundial de la Salud incluye el bienestar psicológico, junto al físico y social, y define la salud mental como un estado de bienestar donde el sujeto es consciente de sus actos y capacidades; capaz de afrontar las distintas situaciones de la vida en forma fructífera (García et al. 2014).

Las investigaciones sobre bienestar se inician hace casi 50 años, y han dado lugar a dos grandes tradiciones (Keyes, Shmotkin & Ryff, 2002): a) la hedónica, (Diener, 1994) y b) la eudaemónica.

Seligman (2005) fue quien inició un nuevo campo de la psicología, denominado “Psicología Positiva”, en esta nueva área se comienzan a integrar todos los conceptos referidos al bienestar, la felicidad y los enfoques más positivos y optimistas de la salud mental dejando el foco más tradicional de la enfermedad o los estados negativos de salud mental. La psicología

positiva ha sido definida como el estudio científico de las experiencias positivas, las características individuales positivas y todos aquellos programas que participan en la mejora de la calidad de vida de las personas, reduciendo la incidencia de la psicopatología (Seligman 2005; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Ryan y Deci (2001) han presentado una clasificación de los diferentes estudios en dos grandes tradiciones: haciendo referencia a la felicidad (bienestar hedónico), y otra ligada al desarrollo del potencial humano (bienestar eudaimónico).

Los psicólogos enfocados a la perspectiva hedónica pueden posicionarse dentro de una amplia concepción del hedonismo que incluye la preferencia por los placeres del cuerpo y de la mente (Kubovy, 1999). Para los psicólogos hedónicos el bienestar consiste en la felicidad subjetiva cuya construcción se basa en la experiencia del placer frente al displacer, esa visión incluye los juicios buenos y malos de la vida (Zubieta y Delfino, 2010).

A continuación se desarrollan los diferentes modelos teóricos vinculados al bienestar hedónico:

Modelos teóricos unidimensionales del Bienestar Psicológico:

Estos modelos teóricos surgen en los años 70 y se designan unidimensionales ya que no se operacionaliza el constructo de bienestar en sus distintas dimensiones y confieren a este una sola causa que nace de un balance entre el afecto positivo y negativo que sus experiencias les genera y que además son autónomas entre sí (Castro Solano, 2010).

- 1) Teorías universalistas: considera que la satisfacción es alcanzada con el logro de ciertos objetivos de necesidades básicas. Se observa la unidimensionalidad del constructo.
- 2) Modelos situacionales: propone que al sumar momentos felices, la persona obtiene como resultado su satisfacción.
- 3) Modelos personológicos: esta teoría propone que el bienestar está relacionado con la personalidad del individuo. Esto le contribuye un sentido constante al concepto de felicidad.
- 4) Teorías de adaptación: sostiene que la adaptación del ser humano frente a distintas situaciones es la clave para comprender la felicidad.
- 5) Teoría de las discrepancias: esta teoría propone que el bienestar surge de la comparación entre los estándares personales y las condiciones actuales.

Ryff (1989) critica la unidimensionalidad del constructo de Bienestar Psicológico dentro de la perspectiva hedonista, ya que se basa únicamente en la ausencia de malestar y no toman en cuenta la adjudicación de significado a los actos humanos. Propone un enfoque multidimensional relacionado a la calidad de los vínculos, los proyectos personales y el significado de la vida. El bienestar es considerado un constructo mucho más complejo que la simple estabilidad de los aspectos positivos a lo largo del tiempo, denominado comúnmente como felicidad (Castro Solano, 2010). Ryff (1989) agrega a las variables individuales, aspectos ambientales o del entorno que interactúan con el primero.

Modelo Multidimensional del Bienestar Psicológico:

Ryff (1989) propone un modelo multidimensional compuesto por seis dimensiones:

- **Apreciación positiva de sí mismo:** tener cualidades positivas hacia uno mismo.
- **Capacidad de manejar de forma efectiva el medio y la propia vida:** referida a la habilidad individual para crear ambientes favorables relacionados a nuestros deseos.
- **Alta calidad de los vínculos personales:** Para Díaz, Rodríguez - Caravajal, Blanco, Moreno - Jiménez, Gallardo, Valle y Dierendonck (2006) el aislamiento social, la soledad y la pérdida de apoyo social están sólidamente afectadas con el riesgo de tener alguna enfermedad, y reducen el tiempo de vida.
- **Creencia de que la vida tiene propósito y significado:** Esta dimensión se encuentra relacionada con los objetivos que va definiendo un individuo en el transcurso de su vida.
- **Sentimiento de que cada uno va creciendo y desarrollándose a lo largo de la vida, la aceptación del paso de los años:** se relaciona al desarrollo de las potencialidades.
- **Sentido de autodeterminación:** Para Díaz et al. (2006), misma se relaciona con sostener la propia individualidad en distintos espacios y en establecerse en sus propios convencimientos. Obteniendo como resultado que la persona resistan con más fuerza la presión social.

Según Massone et al. (2014), el bienestar psicológico es considerado como un fenómeno multidimensional que va más allá de las emociones e incluye aspectos sociales y del entorno, Riff (1989) propone un modelo multidimensional del Bienestar Psicológico, compuesto por seis dimensiones que se evalúan de forma independiente (Keyes, 2002; Ryff et. al.1989, citado en Massone y Urquillo, 2014), a saber:

- Auto concepto: referido a actuar positivamente con uno mismo (Keyes et. al. 2002).
- Relaciones positivas: habilidad de sostener relaciones sociales y tener amistades (Riff & Singer, 1998).
- Autonomía: referido a la seguridad del individuo, mantener independencia y autoridad personal (Riff y Singer, 2002).
- Dominio del entorno: capacidad personal para crear y elegir entornos beneficiosos para la propia satisfacción.
- Crecimiento personal: se refiere al desarrollo máximo de las potencialidades y al crecimiento personal.
- Satisfacción vital: se refiere al planteamiento de metas y objetivos con el fin de brindar sentido a la propia vida.

Por otro lado, Veenhoven (1996) ha considerado que la satisfacción vital es un tema más amplio que alude a condiciones de vida digna y a la práctica de una buena vida. Considera a la satisfacción vital como indicador de dicha calidad de vida (Páramo et al. 2012).

Concepciones modernas de Bienestar Psicológico

Uno de los pilares de la psicología positiva revela que la felicidad se relaciona con un estado mental que puede ser controlado. Fluyen a la mente de una manera descontrolada pensamientos y sentimientos que interceptan con nuestras metas y objetivos. El control sobre este flujo psíquico sería lo que nos da despreocupación y nos permite alcanzar la felicidad (Castro Solano, 2010).

Csikszentmihalyi (2008) ha designado a este estado de conciencia con el nombre de Flow o fluir y lo relaciona con el Bienestar Psicológico. Este concepto es relativamente moderno pero comenzó a usarse en los años 70 con Csikszentmihalyi, basado en un enfoque meramente fenomenológico desde una concepción antropológica en relación a los estados de conciencia.

A Flow se lo relaciona con la clásica denominación entre el placer hedónico y eudaemónico. El primero consiste en el aumento de emociones positivas en casi todo momento para ser feliz, mientras que el segundo, el eudaemónico consiste en que el logro de la felicidad se consigue y se mantiene a través de esfuerzo y trabajo. La psicología positiva supone que la capacidad de experimentar Flow es un camino de acceso a la felicidad (Peterson et al., 2005 citado en Castro Solano, 2009).

5. Metodología

5.1 Diseño

El presente estudio es una investigación básica o pura en donde se busca aumentar la teoría, por lo tanto se relaciona con nuevos conocimientos. Posee un diseño no experimental, ex post facto, de tipo transversal -correlacional. Para la recolección de datos se utilizaron fuentes primarias.

- Diseño no experimental, ya que no se controló la variable independiente.
- Descriptivo correlacional debido a que tiene como propósito evaluar la relación que existe entre dos o más variables en un delimitado ámbito, para luego elaborar su descripción.
- Ex post facto en donde el investigador se limita a medir las variables suministradas a la población.
- De corte transversal, porque no existe continuidad en el eje del tiempo sino que la recolección de los datos y la medición de los mismos se realizaron en un momento único.

5.2 Participantes

La muestra que se utilizó se seleccionó de forma intencional y participaron 159 sujetos residentes en Capital Federal, de los cuales 81 eran extranjeros y 78 argentinos quienes aceptaron formar parte de esta investigación de manera voluntaria y anónima. El rango etario de los participantes fue de 25 a 40 años, valorando como criterios de inclusión que los participantes sean migrantes y no migrantes adultos de ambos sexos, con un nivel educativo de al menos haber finalizado los estudios primarios, que se encuentren trabajando o no, que se encuentren dentro del rango etario de 25 a 40 años y que los migrantes se encuentren viviendo al menos un año al momento de haber respondido las encuestas. Se incluyeron extranjeros de: Colombia, Venezuela, Ecuador, México, Estados Unidos, España y Polonia. Por otro lado, los criterios de exclusión fueron: extranjeros que se encuentren residiendo en Argentina desde

hace menos de doce meses al momento de hacer las encuestas y argentinos originarios de Capital Federal residiendo fuera del país.

5.3 Instrumentos de relevamientos de datos

Para dicho estudio se utilizaron dos escalas de medición y un cuestionario socio demográfico ad hoc.

Cuestionario socio-demográfico:

Para obtener las características de los participantes se realizó un cuestionario socio-demográfico con variables como edad, estado civil, nivel educativo, sexo, trabajo, residencia, país de procedencia y fecha de llegada al país para quienes eran extranjeros.

Escala de felicidad (Alarcón 2006).

Este instrumento está compuesto por 27 ítems contruidos según una escala de tipo Likert, con 5 alternativas de respuesta: Totalmente de acuerdo; Acuerdo; Ni acuerdo ni desacuerdo; Desacuerdo; y Totalmente en desacuerdo, utilizando un rango de 1 a 5 puntos, siendo el extremo positivo un valor de 5 puntos y el extremo negativo de 1 punto. La Escala de Felicidad presenta elevada consistencia interna (α de Cronbach=.916). Todos los valores Alfa son altamente significativos, su rango va de .909 a .915.

De los 27 ítems, el 2, 7, 14, 17, 18, 19, 20, 22, 23 y 26 fueron redactados en forma inversa a la felicidad. Los puntajes altos indican reacciones positivas hacia la felicidad y los puntajes bajos, baja felicidad. El puntaje total se divide en cinco niveles de felicidad que corresponden a muy baja felicidad (de 27 a 87 puntos), baja (88 a 95 puntos), media (96 a 110 puntos), alta (111 a 118 puntos) y muy alta felicidad (119 a 135 puntos).

El análisis factorial ha logrado identificar cuatro factores subyacentes tras el constructo felicidad, los ítems se encuentran integrados por las siguientes dimensiones:

Factor 1: Sentido positivo de la vida: los ítems se encuentran redactados de tal manera que indican profunda depresión, fracaso, intranquilidad, pesimismo y vacío existencial. Las respuestas opuestas indican grados de felicidad. De esta forma, la felicidad se

conceptualiza como la ausencia de estados depresivos profundos, tener sentimientos positivos hacia sí mismos y hacia la vida. Este factor consta de 11 ítems, el mayor número de la Escala de Felicidad, posee una alta confiabilidad (Alfa de Cronbach = .88).

Factor 2: Satisfacción con la vida: Los seis ítems de este factor expresan satisfacción por lo que se ha alcanzado y la persona cree estar donde tiene que estar, o por encontrarse en el lugar ideal de su vida. Oraciones como las condiciones de mi vida son excelentes o me siento satisfecho con lo que soy son las expresiones de satisfacción de los individuos (Alfa de Cronbach = .79).

Factor 3: Realización Personal: El ítem “Me considero una persona realizada”, expresa la felicidad plena y no estados temporales como “Creo que no me falta nada”, “Si volviese a nacer no cambiaría casi nada de mi vida” ya que estos ítems indican autosuficiencia, tranquilidad. El concepto de “realización personal” supone la orientación del individuo hacia metas que considera valiosas. (Alfa de Cronbach = .76).

Factor 4: Alegría de vivir: aquí los ítems señalan lo maravilloso que es vivir, se refieren a experiencias positivas de la vida y sentimientos generales de bienestar Tiene cuatro ítems y su confiabilidad Cronbach = 0.72.

Escala de Bienestar Psicológico en Adultos (BIEPS-A)

Este instrumento desarrollado por Casullo; tiene como antecedente la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Ryff (1995). Tiene en cuenta las siguientes dimensiones: control de situaciones/Aceptación, Vínculos y Proyectos. Compuesto por 13 enunciados que califican en un rango de valoración tipo Likert que se compone de tres opciones de respuesta: En desacuerdo (1 punto), Ni de acuerdo ni en desacuerdo (2 puntos) y De acuerdo (3 puntos), de la cual se obtiene un puntaje total que es la suma de los puntos asignados a cada ítem. Las puntuaciones que se encuentren por debajo del percentil 25 resaltan la existencia de un bajo bienestar psicológico que envuelve varias áreas de la vida de la persona. Las superiores al percentil 50 o 75 indican un bienestar promedio o alto, marcando que el sujeto se siente, en término general, satisfecho o muy satisfecho con su vida. Dicho instrumento posee una confiabilidad aceptable, arrojando un valor de .70.

Procedimiento de recolección de datos

Para la recolección de datos se confeccionó a través de Google docs. un cuestionario socio-demográfico, la Escala de Felicidad (Alarcón, 2006) y Escala de Bienestar Psicológico en adultos (BIEPS-A); desarrollado por Casullo, que tiene como antecedente la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Ryff (1995). Se informó el consentimiento informado y la participación voluntaria. La batería de test fue administrada en los meses de agosto y septiembre del 2017 en Capital Federal. Mediante las redes sociales: Facebook, e-mails y Twitter se envió la invitación a quienes desearan participar en dicha investigación informando los requisitos que debían cumplir al momento de responder las encuestas. Para los extranjeros se enviaron invitaciones a los distintos grupos que se encuentran en las redes sociales como: españoles en Argentina, colombianos en Argentina, venezolanos en Argentina, etc.

Procedimiento de análisis de datos

Una vez recogidos los datos, se realizó un análisis estadístico descriptivo para luego ser procesados en el programa SPSS (Statistical Package for the Social Science) para Windows versión 21 en castellano. En el SPSS se calcularon estadísticos descriptivos para las variables estudiadas como medias, desviación típica, valor máximo-mínimo, entre otros. Finalmente se calcularon los coeficientes de correlación r de Pearson, t de Student.

6. Resultados

En función al análisis de si existe relación entre la felicidad y el bienestar psicológico en migrantes y no migrantes adultos que residen en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, se procedió a efectuar una prueba estadística de correlación de r de Pearson, tanto para el total de la muestra, como para la misma dividida en los dos grupos en estudio.

Si se analiza en primer lugar la correlación para el total de la población se observa que se obtuvo un valor de ,333 correspondiente a lo que sería una correlación positiva (ver tabla 1). Se puede validar la hipótesis de investigación que indicaba que existía una relación positiva entre dichas variables, donde al aumentar una de ella se producía un aumento en la otra. En este caso la correlación fue estadísticamente significativa al nivel 0,01, lo que indica que existe únicamente un 1% de error estadístico en la misma.

Tabla 1: Correlación r de Pearson entre Bienestar Psicológico y Felicidad para total de la muestra

	n= 159
	Felicidad
Bienestar Psicológico	,333**

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Teniendo en cuenta al separar la muestra entre población migrante y no migrante, se obtuvieron valores en dichas correlaciones de ,258 y ,372 respectivamente (ver tablas 2 y 3). Se pudo observar que la correlación en aquellos participantes argentinos no migrantes de otros países fue más alta, y a su vez con una significación estadística mayor. De esta forma se puede nuevamente afirmar la hipótesis de investigación indicando que existe una relación positiva entre ambas variables, siendo la misma levemente más fuerte en la población argentina que en la población extranjera viviendo en Argentina.

Tabla 2: Correlación *r* de Pearson entre Bienestar Psicológico y Felicidad para población migrante

	n= 81
	Felicidad
Bienestar Psicológico	,258*

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Tabla 3: Correlación *r* de Pearson entre Bienestar Psicológico y Felicidad para población no migrante

	n= 78
	Felicidad
Bienestar Psicológico	,372**

*. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Siguiendo con el segundo objetivo específico de analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre felicidad y bienestar psicológico en migrantes y no migrantes adultos, se realizaron pruebas estadísticas *t* de student para ambas variables.

De acuerdo a estas pruebas se observa que la población migrante de otros países puntúa más alto en ambas escalas, siendo estas diferencias significativas a nivel estadístico con valores *p* menores a ,05 en ambos casos.

Se puede validar la hipótesis observando estas diferencias en ambas escalas, donde tanto la escala de Felicidad como la escala de Bienestar Psicológico puntuaron entre 3 y 2 puntos por encima en los migrantes. Se puede concluir entonces, que el hecho de provenir de otros países y establecerse en la República Argentina incide positivamente en los valores de Felicidad y Bienestar elevando los mismos.

Tabla 7: T de student para comparación de medias de Bienestar Psicológico y Felicidad según condición migratoria

	<i>Migrantes</i> <i>n= 81</i> <i>M (DE)</i>	<i>Argentinos</i> <i>n= 78</i> <i>M (DE)</i>	<i>t (157)</i>
Felicidad	88,00 (9,13)	85,05 (8,36)	2,121 *
Bienestar Psicológico	37,01 (3,16)	35,72 (2,92)	2,067 *

* $p < .05$

Continuando con el tercer objetivo específico de la investigación que proponía describir los valores de felicidad y bienestar psicológico en sus diferentes dimensiones de acuerdo al rango etario y su condición de migrante o no migrante, se realizaron estadísticos descriptivos de cada grupo para analizar las diferencias entre sí. De acuerdo al rango etario la muestra se dividió en tres grupos, participantes de entre 25 y 30 años, de 31 a 35, y de 36 a 40.

Las diferencias más significativas que se observaron de acuerdo a estas divisiones, fueron en el grupo de migrantes, en la escala de felicidad, aquellos del grupo etario de 36 a 40 años, que mostraron valores más elevados por sobre los grupos de menor edad. Por otra parte, la población argentina presentó una media de 85 puntos en la escala de felicidad, en los 3 rangos etarios estudiados.

Analizando el Bienestar Psicológico en el grupo Migrante, el valor fue de 37 puntos promedio en cualquiera de los rangos etarios, no mostrándose diferencias en las dimensiones de la escala. Por último, el Bienestar Psicológico en población argentina, mostró un aumento en el grupo etario de mayor edad, manifestando en todas sus dimensiones leves incrementos respecto de los dos grupos etarios de menor edad (Ver Tabla 4).

Continuando con el cuarto objetivo específico que proponía describir cómo perciben la felicidad y el bienestar psicológico los migrantes y no migrantes adultos según género, se realizó nuevamente estadísticos descriptivos de cada grupo para analizar las diferencias entre sí. La puntuación más alta que se obtuvo oscila entre 29 a 39. El valor 39 correspondería al percentil 95, siendo este una persona que tiene alto bienestar.

Las diferencias que se encontraron entre géneros en ambos grupos fue que el Bienestar Psicológico puntuó levemente mayor en los hombres que en las mujeres, y a su vez la felicidad sucedió lo mismo en el grupo de no migrantes. Podemos notar que el mínimo puntaje de la felicidad se obtuvo en el grupo de mujeres migrantes siendo este de 59 puntos, y los máximos en el grupo de hombres también de no migrantes. De acuerdo al valor máximo que obtuvieron los extranjeros de ambos sexos, sus puntajes se encuentran en el valor medio dentro de la escala de felicidad, siendo medianamente felices (Ver Tabla 5).

Siguiendo con el quinto objetivo específico de la investigación donde se propuso observar si existen diferencias significativas en los valores de Felicidad y Bienestar Psicológico de acuerdo al género, se realizaron pruebas estadísticas *t* de student para la población total.

De acuerdo a los resultados obtenidos en las pruebas se validó que existen diferencias significativas de acuerdo al género en la variable Bienestar Psicológico, dado un valor *p* en la prueba de ,022. Los hombres puntúan más elevado que las mujeres en dicha variable y esta diferencia es estadísticamente significativa. Si tomamos la escala de felicidad, la prueba *t* arrojó un valor *p* mayor a .05 que fue de .621, y es por ello la diferencia entre sus medias no es relevante.

Se valida la hipótesis de investigación para la variable bienestar psicológico declarando que existen diferencias significativas entre hombres y mujeres.

Tabla 6: T de student para comparación de medias de Bienestar Psicológico y Felicidad según género

	Mujeres n= 79 M (DE)	Hombres n= 80 M (DE)	t (157)
Felicidad	86,20 (9,37)	86,90 (8,36)	-,495 ns
Bienestar Psicológico	35,81 (3,29)	36,93 (2,82)	-2,317 *

*p<.05

Por último, se detalló un sexto objetivo específico, que implicaba determinar la incidencia de tener hijos o no, en los valores de dichas escalas, para la población extranjera residiendo en la Argentina. Para ello nuevamente se realizaron pruebas *t* de comparación de medias para validarlo.

De acuerdo a los valores obtenidos en las pruebas se valida que el hecho de poseer hijos aumentaría los valores de Felicidad en la población extranjera. No se valida esta diferencia estadísticamente significativa para la variable Bienestar Psicológico.

Tabla 8: T de student para comparación de medias de Bienestar Psicológico y Felicidad de acuerdo a si poseen hijos o no, para población extranjera

	Con hijos n= 22 M (DE)	Sin hijos n= 59 M (DE)	t (79)
Felicidad	93,63 (7,21)	85,90 (8,92)	3,644 *
Bienestar Psicológico	37,86 (2,49)	36,69 (3,34)	1,488 ns

*p<.05

7. Discusión

En la presente investigación se tuvo como objetivo general analizar si existe una relación positiva entre la Felicidad y el Bienestar Psicológico en un grupo de extranjeros y argentinos adultos residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Para ello se evaluaron los distintos niveles de las variables mencionadas en una muestra de 159 individuos de los cuales 81 eran extranjeros y 78 argentinos. Se administró una batería de test que incluía: un cuestionario socio-demográfico, la Escala de Felicidad (Alarcón, 2006) y la Escala de Bienestar Psicológico en Adultos (BIEPS-A) desarrollado por Casullo; que tiene como antecedente la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Ryff (1995).

Los resultados obtenidos en este estudio presentan concordancia con investigaciones previas que indican que la cultura es considerada como mediadora de la felicidad y aunque su término sea universal, lo que es considerado bueno y malo cambia trascendentalmente de una cultura a otra, en consecuencia, el concepto de felicidad tendrá modificaciones de acuerdo a las distintas visiones de cada cultura (Mendez et al. 2011).

Los resultados obtenidos también refuerzan la evidencia en el que encontramos que la población migrante de otros países, a diferencia de los argentinos, presentan un mayor grado de felicidad y bienestar psicológico. En este sentido se puede concluir, por un lado, que el hecho de provenir de otros países y establecerse en la República Argentina incide positivamente en los valores de Felicidad y Bienestar elevando los mismos y, por el otro lado, a la cultura como mediadora de la felicidad. Esto también puede deberse a que aquí han encontrado lo que carecen en sus respectivos países. Todos los encuestados se encontraban o trabajando o estudiando y al momento de responder el motivo por el cual llegaron a la Argentina, la gran mayoría, principalmente las personas provenientes de Latinoamérica, respondieron que llegaron aquí en busca de un mejor futuro.

Los hallazgos muestran que las dimensiones de proyecto, autonomía y aceptación crecen con la edad, manifestando en la población estudiada de esta investigación, leves incrementos en las variables a diferencia de los grupos etarios de menor edad. Esto se confirma con el estudio de Massone et al. (2014) quienes demostraron que los participantes adultos presentaban un crecimiento personal significativamente mayor que los jóvenes ya que establecen metas personales relacionadas con sus intereses y deseos más profundos. A mayor edad se obtiene una mayor seguridad y experiencia en las ocupaciones transcendentales y una menor vulnerabilidad al estrés. En general, el paso de los años proporciona al sujeto más recursos y

habilidades personales al momento de entablar relaciones con otros individuos (Muratori et al. 2015).

En relación al género y en la escala de bienestar psicológico, los hombres extranjeros y argentinos obtuvieron un puntaje levemente mayor, no significativo, por encima de las mujeres y a su vez, en la escala de felicidad los hombres argentinos también obtuvieron un porcentaje levemente mayor. Numerosos estudios reportan diferencias en función del género. Por ejemplo, Yáñez y Cárdenas (2010) realizaron un estudio en una población de inmigrantes sudamericanos en Chile, y observaron que los hombres y las mujeres reportaban una valoración positiva de su bienestar psicológico, los hombres exhibían mejores niveles en ciertas dimensiones tales como en el de propósito con la vida, mientras que las mujeres obtuvieron mayores puntuaciones en el crecimiento personal (Zubieta et al., 2012).

Los resultados de este estudio sí coinciden con el de Zubieta et al. (2012), quienes en su investigación en las preguntas referidas a la felicidad, tanto los hombres como las mujeres obtuvieron puntuaciones altas y las diferencias no fueron estadísticamente significativas. Estas investigaciones confirman positivamente la existencia en nuestro estudio sobre las diferencias de género cuyos resultados tampoco fueron estadísticamente significativos.

Esto admitiría la idea de que la cultura se modifica e influye en los roles sexuales. Es decir, en el pasado, por un lado las mujeres crecían con un mandato a cumplir roles más expresivos, mientras que los hombres crecían con el fin a responder características más autónomas e individualistas. Actualmente, estas diferencias parecieran haberse diluido, lo que expondría que las diferencias también tienden a desaparecer (Del Valle, Hormaechea y Urquijo, 2015).

En la investigación realizada por Gallegos, Salinas, Salas, Valencia y Alcántara en el año 2014 se ha encontrado una relación positiva entre la integración familiar y la felicidad en donde uno de los factores de la felicidad es la satisfacción con la vida y los hijos. Este hallazgo presenta concordancia con los resultados obtenidos en nuestro trabajo ya que se valida que el hecho de poseer hijos aumenta los valores de Felicidad en la población extranjera. En cambio, no se validó una diferencia estadísticamente significativa para la variable Bienestar Psicológico, lo cual también se relaciona con estudios previos que han informado que el hecho de poseer hijos mostraría un bajo efecto en el bienestar subjetivo de los convivientes, ya que contribuyen a aumentar el nivel de estrés de sus padres (Vera-Villarroel, Pavez, Celis-Atenas y Díaz-Pardo, 2013).

Limitaciones:

En cuanto a las limitaciones del presente estudio, la muestra utilizada fue por conveniencia y por lo tanto no es estadísticamente representativa al resto de la población, por ende, los datos no pueden ser extra-poblados al conjunto de los migrantes y no migrantes, se trata de un estudio no probabilístico.

Otra limitación fue que la muestra de migrantes fue general y no se dividió por países de procedencia, entonces no se pudo hacer un análisis minucioso de cada cultura. En esta investigación también hubo limitaciones en cuanto a la recolección de los datos ya que se tuvo que insistir constantemente a través de las redes sociales para que sean completadas las encuestas, muchos manifestaban que no contaban con suficiente tiempo.

8. Conclusión

En este trabajo se ha analizado si existe la relación entre Felicidad y Bienestar Psicológico en migrantes y no migrantes adultos, manteniendo la línea de distintas investigaciones previas encontradas sobre la temática elegida.

En esta investigación se seleccionó una muestra de 159 individuos residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires de los cuales 81 eran extranjeros y 78 argentinos de los cuales se les administró una batería de test que incluía: un cuestionario socio-demográfico, la Escala de Felicidad (Alarcón, 2006) y la Escala de Bienestar Psicológico en Adultos (BIEPS-A) desarrollada por Casullo; que tiene como antecedente la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Ryff (1995).

Los hallazgos obtenidos han permitido aportar evidencia a favor en relación a la hipótesis planteada, la cual refiere que sí existe una relación positiva entre Bienestar Psicológico y Felicidad en los migrantes y no migrantes adultos. De manera tal que a mayor nivel de Bienestar Psicológico, mayor nivel de Felicidad y viceversa.

Luego de haber administrado los cuestionarios, se analizaron los datos en base a los objetivos planteados.

Es importante destacar nuevamente que lo que es considerado bueno y malo cambia trascendentalmente de una cultura a otra y como consecuencia, el concepto de felicidad tendrá modificaciones de acuerdo a las distintas visiones de cada cultura (Méndez-Canales y Sanchez-Aragos, 2011).

Se analizaron los datos de acuerdo a los objetivos específicos planteados y en primera instancia los resultados indicaron la existencia, en la población estudiada, de diferencias en las escalas de Felicidad y Bienestar Psicológico según si son argentinos o extranjeros, puntuando en ambas escalas los extranjeros por encima de los argentinos.

Además se encontraron diferencias en el rango etario, observando leves incrementos en las variables del grupo de mayor edad a diferencia de los grupos etarios de menor edad. En general, el paso de los años proporciona al sujeto más recursos y habilidades personales al momento de entablar relaciones con otros individuos (García- Mazzieri, 2012).

En cuanto al género se ha encontrado leves diferencias en la escala de bienestar psicológico, los hombres extranjeros y argentinos obtuvieron un puntaje levemente mayor, no significativo, por encima de las mujeres y a su vez, en la escala de felicidad los hombres argentinos también obtuvieron un porcentaje levemente mayor, en consecuencia, se ha confirmado positivamente

la existencia en nuestro estudio sobre las diferencias de género con resultados estadísticamente no significativos.

Por último, se ha confirmado que el hecho de poseer hijos aumenta los valores de Felicidad en la población extranjera y se pudo observar una diferencia no significativa en la variable de Bienestar Psicológico. Se puede concluir entonces que la cultura parece ser un factor determinante al momento de evaluar la Felicidad y el Bienestar Psicológico, un factor mediador en cuanto a los niveles de las variables evaluadas.

Recomendaciones:

Sería interesante agregar otros factores en la investigación como la incorporación de otras variables asociadas a las ya estudiadas, como el apoyo social percibido y sus implicancias, como también, los resultados podrían ser utilizados para el diseño de intervenciones inclinadas a fortalecer las dimensiones del Bienestar Psicológico y la Felicidad en general.

En este estudio se tomó a los extranjeros en general: latinoamericanos, europeos y americanos, se sugiere ampliar la muestra y hacer un estudio más minucioso, sobretodo en la población extranjera y de esta forma poder hacer un análisis más profundo de acuerdo a su cultura y país de origen ya que entre latinoamericanos, por ejemplo, existen diferencias culturales y económicas.

Referencias

- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología Interamerican /Journal of Psychology*, 40, 99-106.
- Castro Solano, A. (2010). Ensayo: Psicología positiva: ¿Una nueva forma de hacer psicología. *Revista de psicología*, 6(11), 113-131.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 1, (12), 83-96.
- Castro Solano, A., Brenlla, M. E. & Casullo, M. M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en adultos. En M.M. Casullo (Comp.), *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica* (pp. 93-100). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Del Valle, Macarena Verónica, Hormaechea, Florencia, & Urquijo, Sebastián. (2015). El Bienestar Psicológico: Diferencias según sexo en estudiantes universitarios y diferencias con población general. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3), 00
- García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En-claves del pensamiento*, 8(16), 13-29.
- García Mazzieri, S. (2013). BIENESTAR PSICOSOCIAL E IDENTIDAD SOCIAL POSITIVA. V *Congreso de Investigación y Practica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología – Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.
- García Viniegras, V. & González Benítez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592.

- Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., González, J. L., & Bobowik, M. (2015). Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España. *Psykhé (Santiago)*, 24(2), 1-18.
- Páramo, M. D. L. A., Straniero, C. M., García, C. S., Torrecilla, N. M., & Gómez, E. E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10(1), 7-21.
- Sánchez Aragón, R; Méndez Canales, R; (2011). Elementos mediadores de la felicidad y el bienestar subjetivo en hombres y mujeres. *Revista Costarricense de Psicología*, 30() 51-76.
- Vallejo, M., & Moreno, M. P. (2014). Del Culturalismo al bienestar psicológico: Propuesta de un modelo de satisfacción vital en el proceso de aculturación de inmigrantes. *Boletín de psicología*, 110, 53-67.
- Vera-Villarroel, P; Pavez, P; Celis-Atenas, K; Díaz-Pardo, N; (2013). Fuentes de apoyo emocional y su relación con el bienestar subjetivo: un análisis preliminar. *Revista Mexicana de Psicología*, 30() 115-122.

Anexos

Consentimiento Informado

Universidad Argentina de la Empresa

Los siguientes cuestionarios pretenden recolectar información para un trabajo de investigación final de la carrera de Licenciatura en Psicología de la Fundación UADE. Está dirigida a migrantes y no migrantes residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires de 25 a 40 años y tiene como objetivo principal conocer la relación entre felicidad y bienestar psicológico. La participación es totalmente voluntaria y los datos obtenidos serán confidenciales y utilizados únicamente con fines académicos.

*Obligatorio

Acepto participar voluntariamente de esta investigación

Cuestionario Sociodemográfico

Datos Sociodemográficos

Edad*

Complete con números

Sexo*

- Mujer
- Hombre

Estado Civil*

- Soltero/a
- En pareja/conviviente
- Casado/a
- Separado/divorciado
- Viudo/a

¿Tiene Hijos? *

- No tengo hijos
- 1
- 2
- 3
- +4

Lugar de residencia*

País de procedencia*

¿Cuál fue el motivo de su viaje a Argentina? *

¿Cuál fue la fecha de llegada a Argentina? *

¿Es argentino y está viviendo en Argentina?

- Si
- No

Nivel de educación máximo alcanzado*

- Primario incompleto
- Primario completo
- Secundario completo
- Secundario incompleto
- Terciario/Universitario completo
- Terciario/Universitario incompleto
- Posgrado completo
- Posgrado incompleto
- Otro

Profesión u oficio*

¿Trabaja actualmente? *

- Si
- No

Grupo de convivencia*

- Solo/a
- Pareja
- Familia
- Otro

Características de la vivienda*

- Alquilada
- Propia
- Prestada por parientes o amigos
- Otro

Escala de Felicidad (Alarcón 2006)

Las siguientes 27 afirmaciones se refieren a distintas maneras de ser, comportarse, pensar y sentir. Lea cada frase con atención y responda con el número que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo según como usted considere que la afirmación se corresponde o no, a cómo es usted en su vida, según el siguiente detalle: (1) es Totalmente en desacuerdo; (2) es En desacuerdo; (3) es Ni de acuerdo ni en desacuerdo; (4) es De acuerdo y (5) es Totalmente de acuerdo.

En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.*

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Siento que mi vida está vacía. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Las condiciones de mi vida son excelentes. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Estoy satisfecho/a con mi vida. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

La vida ha sido buena conmigo. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Me siento satisfecho/a con lo que soy. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Pienso que nunca seré feliz. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Hasta ahora he conseguido las cosas que para mí son importantes. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Me siento satisfecho/a porque estoy donde tengo que estar. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

La mayoría del tiempo me siento feliz. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Es maravilloso vivir. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Por lo general me siento bien. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Me siento inútil. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Soy una persona optimista. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

He experimentado la alegría de vivir. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

La vida ha sido injusta conmigo. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Me siento fracasado/a. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

La felicidad es para algunas personas, no para mí. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Estoy satisfecho/a con lo que hasta ahora he alcanzado. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Me siento triste por lo que soy. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Para mí la vida es una cadena de sufrimientos. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Me considero una persona realizada. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Mi vida transcurre plácidamente. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Todavía no he encontrado sentido a mi existencia. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Creo que no me falta nada. *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Escala de Bienestar Psicológico en adultos (BIEPS-A)

A continuación encontrará 13 frases referidas a pensamientos y sentimientos que usualmente describen a las personas. Las alternativas de respuestas son: Estoy de acuerdo, Ni de acuerdo ni en desacuerdo, En desacuerdo. Deberá marcar su respuesta en uno de los tres espacios.

Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Si algo me sale mal puedo aceptarlo, admitirlo. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Me importa pensar qué haré en el futuro. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas. *

-
- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Generalmente le caigo bien a la gente. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Siento que podré lograr las metas que me proponga. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Cuento con personas que me ayudan si lo necesito. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Creo que en general me llevo bien con la gente. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

En general hago lo que quiero, soy poco influenciable. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Puedo tomar decisiones sin dudar mucho. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias. *

- De acuerdo
- Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- En desacuerdo

Tabla 4 Descriptivos de Bienestar Psicológico y Felicidad según grupo etario y condición migratoria

Rango_Etario	Argentinos	Escala	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
25 a 30	NO	Total_Felicidad	48	59	103	87	8
		Aceptación_Y_control		5	9	8	1
		Autonomía		3	9	8	1
		Vínculos		6	9	9	1
		Proyectos		9	12	11	1
		Total_BP		24	39	37	3
	SI	Total_Felicidad	24	68	98	85	8
		Aceptación_Y_control		6	9	8	1
		Autonomia		5	9	7	1
		Vinculos		7	9	8	1
		Proyectos		8	12	11	1
		Total_BP		31	39	35	2
31 a 35	NO	Total_Felicidad	18	67	100	86	10
		Aceptación_Y_control		7	9	9	1
		Autonomia		6	9	8	1
		Vinculos		7	9	9	1
		Proyectos		9	12	12	1
		Total_BP		29	39	37	3
	SI	Total_Felicidad	29	71	99	85	8
		Aceptación_Y_control		6	9	8	1
		Autonomia		3	9	7	2
		Vinculos		5	9	9	1
		Proyectos		8	12	11	1
		Total_BP		25	39	35	4
36 a 40	NO	Total_Felicidad	15	73	101	94	9
		Aceptación_Y_control		5	9	9	1
		Autonomia		6	9	8	1
		Vinculos		7	9	9	1
		Proyectos		10	12	12	1
		Total_BP		30	39	37	3
	SI	Total_Felicidad	25	67	101	85	9
		Aceptación_Y_control		7	9	9	1
		Autonomia		5	9	8	1
		Vinculos		5	9	9	1
		Proyectos		10	12	12	1
		Total_BP		28	39	37	3

Tabla 5: Descriptivos de Bienestar Psicológico y Felicidad según género y condición migratoria

Argentino	Genero	Escala	N	Mínimo	Máximo	Media	DE
NO	F	Total_Felicidad	41	59	101	88	10
		Total_BP		24	39	37	3
	M	Total_Felicidad	40	73	103	88	8
		Total_BP		29	39	38	3
SI	F	Total_Felicidad	38	67	101	85	8
		Total_BP		28	39	35	3
	M	Total_Felicidad	40	71	99	86	9
		Total_BP		25	39	36	3