

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA



**“Bienestar psicológico en mujeres y hombres  
Profesionales solteros entre 30 y 40 años”**

**TESIS**

**LUCERO DE JESÚS MORALES ÁLVAREZ**

Carné: 11880-98

Guatemala, diciembre de 2011  
Campus Central

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

**“Bienestar psicológico en mujeres y hombres  
Profesionales solteros entre 30 y 40 años”**

TESIS

Presentada ante el Consejo de la Facultad de Humanidades

Por:

**LUCERO DE JESÚS MORALES ÁLVAREZ**

Carné: 11880-98

Previo a optar al título de:

**PSICÓLOGA CLÍNICA**

En el grado académico de:

**LICENCIADA**

Guatemala, diciembre de 2011  
Campus Central

## **AUTORIDADES UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR**

|   |   |
|---|---|
| Rector                                    | P. Rolando Enrique Alvarado López, S.J.     |
| Vicerrectora Académica                    | Dra. Lucrecia Méndez de Penedo              |
| Vicerrector de Investigación y Proyección | P. Carlos Cabarrús Pellecer, S.J.           |
| Vicerrector de Integración Universitaria  | P. Eduardo Valdés Barría, S.J.              |
| Vicerrector Administrativo                | Lic. Ariel Rivera Irias                     |
| Secretaria General                        | Licda. Fabiola de la Luz Padilla Beltranena |

## **AUTORIDADES FACULTAD DE HUMANIDADES**

|  |   |
|--|---|
| Decana   | M.A. Hilda Caballeros de Mazariegos                   |
| Vicedecano   | M.A. Hosy Benjamer Orozco                             |
| Secretaria   | M.A. Lucrecia Elizabeth Arriaga Girón                 |
| Directora del Departamento de Psicología                     | M.A. Georgina Mariscal de Jurado                      |
| Directora del Departamento de Educación                      | M.A. Hilda Díaz de Godoy                              |
| Directora del Departamento de Ciencias<br>de la Comunicación | M.A. Nancy Avendaño                                   |
| Director del Departamento de Letras y<br>Filosofía           | M.A. Ernesto Loukota                                  |
| Representantes de Catedráticos<br>ante Consejo de Facultad   | Lic. Ignacio Laclériga Giménez<br>Licda. Melisa Lemus |

### **ASESOR DE TESIS**

Licda. Helen Amelia Muñoz Cabrera

### **REVISOR DE TESIS**

Licda. Hilda Caballeros de Mazariegos

Guatemala 15 de noviembre del 2011

Señores Miembros del Consejo  
Facultad de Humanidades  
Departamento de Psicología  
Universidad Rafael Landívar

Honorables Miembros del Consejo:

Atentamente me dirijo a ustedes para solicitarles fecha de revisión para el trabajo de Tesis titulado "Bienestar Psicológico en Mujeres y Hombres Profesionales Solteros entre 30 y 40 años" de la estudiante Lucero de Jesús Morales Álvarez, con carnet No.11880-98, previo a obtener el grado de Licenciada en Psicología Clínica, por considerar que llena los requisitos para su aprobación.

En espera de su resolución, me es grato suscribirme,

  
Licda. Helen Amelia Muñoz Cabrera  
Asesora de Tesis



Universidad  
Rafael Landívar

Tradición Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES  
Teléfono: (502) 24262626 ext. 2440  
Fax: 24262626 ext. 2486  
Campus Central, Vista Hermosa III, Zona 16  
Guatemala, Ciudad. 01016

FHS/ap-CI-235-11

Guatemala,  
01 de diciembre de 2011

Señorita  
**Lucero de Jesús Morales Álvarez**  
Presente.

Estimada señorita Morales:

De acuerdo al dictamen favorable rendido por la Revisora Examinadora de la Tesis titulada: "**Bienestar Psicológico en Mujeres y Hombres Profesionales Solteros entre 30 y 40 años**", presentada por la estudiante **Lucero de Jesús Morales Álvarez**, carné No. **11880-98**, la Secretaria de la Facultad de Humanidades AUTORIZA LA IMPRESIÓN DE LA TESIS, previo a optar al título de Licenciada en Psicología Clínica.

Sin otro particular, me suscribo de usted.

Atentamente,

  
Licda. Lucrecia Arriaga Giron, M.A.  
**SECRETARIA DE FACULTAD**



\*ap  
c.c.file

*En todo amar y servir*  
Ignacio de Loyola

# INDICE

|   |    |
|---|----|
| <b>RESUMEN</b>                              | 1  |
| <b>I. INTRODUCCIÓN</b>                      | 2  |
| 1.1 Bienestar Psicológico                   | 12 |
| 1.1.1 Dimensiones Bienestar Psicológico     | 16 |
| 1.1.2 Indicadores del Bienestar Psicológico | 20 |
| 1.2 Género                                  | 27 |
| 1.2.1 Identidad de Género                   | 29 |
| 1.2.2 Roles de Género                       | 32 |
| 1.3 Edad Adulta Temprana                    | 34 |
| 1.4 Soltería                                | 38 |
| 1.5 Formación Profesional                   | 39 |
| <b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>       | 42 |
| 2.1 Objetivos                               | 43 |
| 2.1.1 Objetivo General                      | 43 |
| 2.1.2 Objetivos Específicos                 | 43 |
| 2.2 Variables                               | 44 |
| 2.3 Definición de las Variables             | 44 |
| 2.3.1 Definición conceptual                 | 44 |
| 2.3.2 Definición operacional                | 45 |
| 2.4 Alcances y Límites                      | 45 |
| 2.5 Aporte                                  | 46 |
| <b>III. MÉTODO</b>                          | 47 |
| 3.1 Sujetos                                 | 47 |
| 3.2 Instrumento                             | 48 |
| 3.3 Procedimiento                           | 51 |
| 3.4 Diseño de la Investigación              | 51 |
| 3.5 Metodología Estadística                 | 51 |

|  |           |
|--|-----------|
| <b>IV. RESULTADOS</b>  | <b>53</b> |
| 4.1 Tablas estadísticas y estadísticos descriptivos                  | 53        |
| 4.1.1 Tabla No. 1 – Datos estadísticos hombres                       | 53        |
| 4.1.2 Tabla No. 2 – Percentiles resultados hombres                   | 53        |
| 4.1.3 Tabla No. 3 – Datos estadísticos mujeres                       | 54        |
| 4.1.4 Tabla No. 4 – Percentiles resultados mujeres                   | 54        |
| 4.1.5 Tabla No. 5 – Estadísticos Descriptivos Totales                | 55        |
| 4.1.6 Tabla No. 6 – Percentiles totales                              | 55        |
| 4.1.7 Tabla No. 7 – Pruebas no paramétricas (Prueba de Mann-Whitney) | 56        |
| 4.1.8 Tabla No. 8 - Estadísticos de contraste (b)                    | 57        |
| 4.2 Gráficas de Resultados   | 58        |
| Gráfica No. 1 - Bienestar psicológico subjetivo / Hombres            | 58        |
| Gráfica No. 2 - Bienestar psicológico subjetivo / Mujeres            | 58        |
| Gráfica No. 3 - Bienestar material / Hombre                          | 59        |
| Gráfica No. 4 - Bienestar material / Mujeres                         | 59        |
| Gráfica No. 5 - Bienestar Laboral / Hombres                          | 60        |
| Gráfica No. 6 - Bienestar Laboral / Mujeres                          | 60        |
| Gráfica No. 7 - Bienestar Relaciones de Pareja / Hombres             | 61        |
| Gráfica No. 8 - Bienestar Relaciones de Pareja / Mujeres             | 61        |
| Gráfica No. 9 - Total Escala / Hombres                               | 62        |
| Gráfica No. 10 - Total Escala / Mujeres                              | 62        |
| <b>V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b>                                    | <b>63</b> |
| <b>VI. CONCLUSIONES</b>  | <b>68</b> |
| <b>VII. RECOMENDACIONES</b>  | <b>70</b> |
| <b>VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>                              | <b>71</b> |

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo establecer el nivel de bienestar psicológico en mujeres y hombres profesionales solteros entre 30 y 40 años. Se trabajó con un tipo de muestreo no probabilístico. Los sujetos fueron 15 mujeres y 15 hombres de estado civil solteros, dentro de la etapa joven adulta, con Título Universitario de Licenciatura o Maestría, de clase media y media alta, quienes no han contraído matrimonio anteriormente, no tienen relación de convivencia, ni han procreado hijos.

Para realizar esta investigación se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas (1998), la cual evalúa el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción y se divide en cuatro subescalas: bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y bienestar en relación de pareja.

En base a la escala de bienestar psicológico total, se concluyó que todos los sujetos de la muestra tienen un nivel adecuado de satisfacción personal en la etapa que están atravesando. En relación al bienestar subjetivo, material y laboral, hombres y mujeres tienen sentido de felicidad en sus vidas y se sienten satisfechos con los ingresos que obtienen, así como con su condición de vida. En la subescala de relaciones de pareja, hombres y mujeres presentan bajo nivel de bienestar, ya que ninguno de los sujetos tiene relación de convivencia. En la comparación entre género se encontró una diferencia que no llegó a ser estadísticamente significativa en la escala laboral, la cual indica que las mujeres experimentan aún más satisfacción en el trabajo que desempeñan, que los hombres.

Entre las recomendaciones se incluyeron, evaluar en la misma muestra otro tipo de características psicológicas tales como personalidad y autoestima, así como realizar estudios posteriores para evaluar cambios en el futuro.

## I. INTRODUCCION

El estudio del bienestar humano es sin duda un tema complejo, ya que los científicos sociales no han logrado un consenso, en cuanto a lo que significa el tener bienestar. Hay desacuerdo en la delimitación conceptual debido a la complejidad de su estudio; la cual está determinada por su carácter temporal y su naturaleza, en donde intervienen factores objetivos y subjetivos. Pese a esto, se concluye que uno de los componentes fundamentales del bienestar es la satisfacción personal con la vida.

Se incluyen condiciones objetivas, materiales y sociales, que brindan al hombre oportunidades para la realización personal. En su sentido más general el bienestar psicológico es componente de la salud, y se manifiesta en las áreas de mayor significación para cada individuo en particular, como las condiciones materiales, el trabajo, las relaciones interpersonales, afectivas y de pareja. El peso que se otorga a cada área es un asunto individual al realizar una evaluación acerca de su bienestar en un momento concreto.

El Bienestar Psicológico incluye indicadores tanto objetivos como subjetivos. Los indicadores objetivos se relacionan con condiciones de vida, pero requieren como complemento indispensable la valoración por parte del individuo. De aquí la importancia del estudio del bienestar psicológico como dimensión subjetiva de la calidad de vida ya que incluye la vivencia subjetiva, individual, no solo “el estar bien” (que sería lo objetivo) sino “el sentirse bien” en tanto resultado de lo psicológico individual. Es una categoría a la cual se imprime un sello individual. Lo que es para un hombre o una mujer el bienestar, debe ser construido por ellos mismos, se trata de una vivencia propia, irrepetible, surgida en el marco de la vida social y de la historia personal (Villagrán, 2009).

Debido a que el bienestar se define individualmente y en base a las características de una persona, sea hombre o mujer, se hace necesario investigar la manera en que cada uno lo percibe desde su propio ser. Es bien sabido que hombres y mujeres poseen características únicas física, sexual, mental y psicológicamente y en el proceso del desarrollo humano cada uno adquiere un conjunto de normas y comportamientos sociales que definen su género. Es por ello que en la presente investigación se analizó el bienestar psicológico que experimentan hombres y mujeres solteros, profesionales con un título universitario, entre 30 y 40 años, aportando así mayor evidencia científica acerca del bienestar psicológico de este grupo de personas con dichas características.

A continuación se presentan varios autores que realizaron estudios relacionados con el tema de bienestar psicológico y género en Guatemala:

Dentro del tema del bienestar psicológico, se han realizado estudios relacionados, tales como el estudio de Flores (2011), en el cual el objetivo de investigación fue determinar si existía relación entre bienestar psicológico, desesperanza aprendida y rendimiento académico en estudiantes adultos de nivel básico y diversificado. La investigación se realizó con 95 personas (23 mujeres y 72 hombres), comprendidos entre las edades de 21 a 45 años, en un instituto educativo que una empresa privada formó para proporcionarle estudios a sus trabajadores. En esta investigación se utilizó el diseño no experimental de tipo transeccional correlacional-causal. Se empleó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP), creada por José Sánchez Cánovas, para evaluar el bienestar subjetivo, material, laboral y el bienestar en cuanto a las relaciones de pareja. Para evaluar la desesperanza se utilizó la Escala de Desesperanza de Beck (BHS) y para determinar el rendimiento académico, se utilizaron los promedios de las materias escolares de los estudiantes. Luego de haber realizado el análisis estadístico, se determinó que existe correlación entre rendimiento académico y la subescala de Relaciones con la Pareja. Así mismo, se encontró que existe relación entre los resultados

obtenidos en la Escala de Bienestar Psicológico y la Subescala de Bienestar Psicológico Subjetivo con la Escala de Desesperanza de Beck. Por el contrario, los resultados de las subescalas Bienestar Material, Bienestar Laboral y Relaciones con la Pareja no tuvieron relación estadísticamente significativa con la Escala de Desesperanza de Beck.

Toledo (2011), trabajó en la investigación del bienestar psicológico en mujeres en climaterio que asisten a la clínica de Asociación Probienestar de la Familia, APROFAM de la zona 1. Se trabajó con una población de 540 mujeres entre los 45 a 55 años de edad. Se les aplicó la Escala de Bienestar Psicológico del autor José Sánchez-Cánovas, la cual evalúa el bienestar subjetivo, material, laboral y el bienestar en cuanto a las relaciones de pareja. Finalizado el proceso de evaluación, se encontró que la mayoría de las mujeres en la etapa del climaterio, tienen Bienestar Psicológico Total, Bienestar Psicológico Subjetivo y Bienestar Laboral dentro del intervalo alto; lo cual indica que presentan una percepción subjetiva de bienestar, manifestada en afectividad positiva y satisfacción por la vida. En base a los resultados obtenidos, se recomendó que se tome una muestra de esta población y se realice una investigación cualitativa, para analizar los conceptos, mitos y cargas culturales que manifiestan las mujeres evaluadas en el momento en que contestaron la Escala de Bienestar Psicológico.

En el mismo orden de ideas, Méndez (2009), realizó un estudio sobre el bienestar psicológico de las madres cuyos hijos se encuentran en tratamiento contra el cáncer en UNOP. El estudio se llevó a cabo por medio de un diseño cuantitativo-cualitativo. Para realizar la investigación cuantitativa se tomó una población de 22 sujetos de sexo femenino, comprendidas entre las edades de 26 a 45 años, de nivel socioeconómico medio-bajo, que recibieron el diagnóstico de su hijo de 2 a 3 meses antes de realizar la investigación (en los meses de abril y mayo del año 2009). A ellas se les aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP). Con el objetivo de complementar la investigación se realizó un estudio de casos a través

de una entrevista semi estructurada, la cual se aplicó a una muestra de 8 sujetos. Después de analizar los resultados, se concluyó que las madres de niños con cáncer en UNOP, en su mayoría presentan un resultado promedio en el total de Bienestar Psicológico. Sin embargo, estas madres manifestaron que estar a cargo del hijo con cáncer en el hospital, las separa de los demás hijos, siendo este uno de los aspectos que más preocupación les causa, por lo que se realizó una propuesta con el fin de mejorar el bienestar psicológico de las madres, logrando una comunicación sana con los hijos no enfermos.

Villagrán (2009), realizó un estudio de análisis del bienestar psicológico enfocándose en las cuidadoras de Anini, institución no estatal que alberga niños y adolescentes huérfanos con discapacidad. La población estuvo conformada por 27 cuidadoras de sexo femenino, comprendidas entre las edades de 26 a 45 años, de nivel socioeconómico medio-bajo, con diversos estados civiles, y con estudios que varían entre ninguna escolaridad, algunos grados de primaria y de nivel medio. El estudio contó con un diseño cuantitativo-cualitativo. Para llevar a cabo la parte cuantitativa, se aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP). Para realizar la parte cualitativa, se escogieron ocho casos, a los cuales se les aplicó una entrevista semi estructurada que se basó en las cuatro subescalas que mide la Escala de Bienestar Psicológico. En los resultados se concluyó que la mayoría de las cuidadoras presentan un bienestar en el rango promedio, en Bienestar Psicológico Subjetivo, Bienestar Material y Bienestar Psicológico. En Bienestar Laboral, se encontró que todas las cuidadoras manifiestan un alto bienestar, lo que implica que realizan una autovaloración satisfactoria de su labor. En Relaciones con la Pareja los resultados se mostraron bajos, indicando esto que no presentan un satisfactorio ajuste conyugal. En los resultados cualitativos se encontró que las cuidadoras presentan problemas de comunicación con la pareja y por otra parte, se observó que tienen dificultad para implementar acciones dirigidas al logro de sus metas. Con base a los resultados se presentó una

propuesta orientada a optimizar la comunicación con la pareja y una propuesta para favorecer la consecución de metas personales de las cuidadoras.

En el tema de género y relaciones de pareja, Rodríguez, en el año 2008 realizó una investigación que tuvo como objetivo general, indagar si las narrativas de amor pueden o no influir en la elección de pareja y en el estilo de vida de mujeres solteras entre las edades de 25 a 50 años. Los objetivos fueron: identificar la influencia de los padres, con respecto a la elección de pareja, conocer los tipos de interacción que formaron los sujetos de estudio a lo largo de su vida y explorar las experiencias de relaciones anteriores de pareja que establecieron dichas mujeres. Para realizar el estudio se hizo uso del enfoque cualitativo, utilizando una entrevista de 29 preguntas que se dividió en tres indicadores: experiencias familiares, experiencias de amistad y experiencias de parejas pasadas. La muestra estuvo compuesta por 5 mujeres. Entre los resultados obtenidos están: que las narrativas de amor influyen en la elección de pareja, pues las personas van formando simbólicamente ideas de aquellas personas con las que les gustaría compartir su vida. Existe una influencia directa de los padres hacia sus hijos, la cual puede exteriorizarse ya sea por los modelos de vida que los papás manifiestan, y los mensajes que se van estableciendo dentro del hogar. Otro dato que se pudo adquirir, es que los tipos de interacción entre las mujeres del estudio y sus amistades, poseen ciertas características semejantes a las que se buscan en una relación con fines de matrimonio, sin embargo estas experiencias significativas, no necesariamente pueden llegar a convertirse en relaciones más formales pues no existe una atracción o una compatibilidad en las historias que ambos buscan para sí mismos. De la misma forma, las relaciones de noviazgo que establecieron los sujetos de la muestra no lograron ser satisfactorias, en cierta manera influido por la historia de amor ideal que cada una tenía y que no se logró complementar a las historias de amor de sus parejas, o quizá por temor a no querer sufrir.

Vanjo en el año 2008, realizó una investigación con el objetivo de determinar la relación entre los mitos sexuales y las relaciones sexuales insatisfactorias en cuatro mujeres y cuatro hombres entre 25 y 35 años estudiantes de último año de la carrera de Psicología Clínica en la Universidad Rafael Landívar. Para ello se trabajó con 8 sujetos, cuatro de género masculino y cuatro género femenino; 2 sujetos del género masculino eran solteros y los otros 2 eran casados o unidos. Igualmente, 2 sujetos del género femenino eran solteras y las otros dos eran casadas o unidas. Esta investigación se realizó bajo el diseño cualitativo. El instrumento que se utilizó fue una entrevista semi-estructurada compuesta por 33 preguntas. Las respuestas de los sujetos de investigación fueron transcritas y luego fueron tomados fragmentos de estas respuestas para así crear una Matriz de Resultados. Se concluyó que los mitos sexuales han sido infundados en las personas por medio de la tradición e influencia moral y religiosa, lo cual ha permitido la creencia en los mismos por generaciones, siendo una de las consecuencias más importantes y significativas el hecho de mantener relaciones sexuales insatisfactorias durante la edad adulta. Finalmente, se recomendó a futuros investigadores de la Universidad Rafael Landívar realizar un estudio cuantitativo con muestras representativas que logre medir en qué medida creen los guatemaltecos en mitos sexuales y de qué manera estos influyen en su vida personal y sexual.

Asimismo, Morales (2003), realizó una investigación sobre la forma en que el machismo se manifiesta como forma de comunicación en las relaciones interpersonales de 10 mujeres ciudadanas profesionales, guatemaltecas y describir qué obstáculos han debido afrontar en el camino hacia un puesto importante y bien remunerado. La población de estudio estuvo conformada por las 10 mujeres antes mencionadas, quienes además han ascendido a puestos de mucha importancia dentro de empresas. En base a los resultados obtenidos se concluyó que el machismo es el principal obstáculo que la mujer guatemalteca tiene hoy en día para sobresalir como profesional y es un problema del cual tanto hombres

como mujeres son responsables. El machismo es un fenómeno comunicativo que se aprende dentro de la familia y se manifiesta en el trabajo, entre otros ámbitos de la vida; forma un atraso cultural que obstruye el desarrollo del país. Se recomendó investigar más a fondo sobre la comunicación verbal y no verbal entre hombres y mujeres pues esta información podría ser el punto clave en donde se encuentren aportes valiosos y posibles soluciones que ayuden a la equidad de género.

A nivel internacional también se han realizado estudios sobre el bienestar psicológico y el género, dentro de los que se pueden mencionar los siguientes:

En el año 2010, Barra, realizó un estudio sobre la relación entre el bienestar psicológico, las dimensiones de masculinidad y feminidad y las categorías de orientación de rol sexual (masculino, femenino, andrógino, indiferenciado). La muestra estuvo conformada por 346 estudiantes (159 hombres y 187 mujeres) de la Universidad de Concepción (Chile), con edades entre 18 y 31 años. Se utilizó el instrumento de la *Escala de Bienestar Psicológico de Ryff* (1989), destinada a evaluar la percepción de bienestar personal en seis dimensiones: auto aceptación, relaciones positivas con otros, crecimiento personal, propósitos en la vida, dominio ambiental y autonomía. Los resultados mostraron que el bienestar psicológico presentaba mayor relación con la dimensión de masculinidad que con la de feminidad, y que los participantes categorizados como indiferenciados presentaron un nivel significativamente menor de bienestar psicológico que el resto de las orientaciones de rol sexual, siendo los individuos andróginos los que informaron el mayor nivel de bienestar. Se sugiere para futuras investigaciones incluir participantes con un rango más amplio de edad con el fin de examinar posibles cambios con la edad en las relaciones entre el bienestar psicológico y las variables de género, así como examinar la influencia de otras variables, como el nivel educacional, el nivel socioeconómico y el estado civil.

Asimismo en el año 2004, Cerda et al., llevaron a cabo un estudio con el objetivo de determinar si existían diferencias en los factores que influyen para elegir pareja, dependiendo del género. Se trabajó con 145 sujetos, 76 hombres y 69 mujeres, de 18 a 25 años, todos estudiantes de una licenciatura en la Universidad del Valle de México, la Universidad Nacional Autónoma de México y la UNITEC; a los cuales se les aplicó la prueba COTAPI que evalúa 11 factores que determinan la elección de pareja. Las evaluaciones se realizaron de manera grupal en las instalaciones de las universidades. Los datos fueron analizados mediante la prueba de U de Mann-Whitney, encontrando diferencias en los factores que determinan la elección de pareja entre hombres y mujeres. A partir del análisis se encontró que de los 11 factores evaluados sólo en tres (semejanzas, admiración y novedad) no existe diferencias estadísticamente significativas entre las puntuaciones de hombres y mujeres. Por el contrario, en los ocho factores restantes se encontró que la puntuación varía dependiendo del género. De acuerdo a los resultados se concluyó que el factor más importante y recurrente en la población en general es el de gentileza, es decir, los sujetos tienden a buscar aquello considerado ideal en las personas; en el hombre que sea educado, caballeroso, atento, detallista y la mujer que sea tierna y cariñosa, donde los dos tengan sentido del humor y sean románticos. Por otro lado, el factor menos relevante en la elección de pareja, tanto en hombres como en mujeres es el sociocultural, que se refiere a nivel económico de la persona o la cantidad de bienes.

En ese mismo año, Carrillo (2004), efectuó una investigación en México, con el propósito de investigar las relaciones existentes entre los estilos de comunicación, las estrategias de manejo de conflicto y la satisfacción en la relación de pareja, e investigar la diferencia entre géneros en las variables estudiadas. La muestra estuvo formada por 30 parejas universitarias con una medida de edad igual a 22.8 años. Para la medición se utilizó el inventario de estilos de comunicación de Sánchez Aragón, la escala de manejo de conflicto según Arnaldo y el inventario multifacético de satisfacción marital (Ojeda García, Díaz Loving y Rivera Aragón).

En base a los resultados de esta muestra, se determinó que cuando la persona se describe a sí misma con estilos de comunicación positivos presentan una relación positiva con estrategias de conflicto que requieren mayor uso de comunicación. En relación a la satisfacción se halló que tiene mayor impacto la manera en cómo se percibe la pareja en la comunicación, que la manera en como la persona se percibe a sí misma. Al relacionar las estrategias de manejo de conflicto con la satisfacción en la relación de pareja, se encontró que sólo la dimensión “familia” dentro de la satisfacción se relaciona con las estrategias que sugieren ser prudente, amoroso y buscar equidad. El análisis de diferencias de medias mostró que los hombres se describen a sí mismos con estilos de comunicación positivos, mientras que las mujeres con estilos negativos. También se observó que los hombres utilizan más el afecto como estrategia de manejo de conflicto mientras que las mujeres utilizan la acomodación como estrategia de manejo de conflicto. En general, los hombres se consideraron más satisfechos respecto a las mujeres, en todas las áreas evaluadas.

En la ciudad de México, Espino (2003), analizó las diferencias en la percepción del bienestar subjetivo. Participaron cien parejas de las cuales 63 parejas formaron el grupo de parejas semejantes y 37 parejas integraron el grupo de parejas complementarias. Las edades de los sujetos fueron de los 25 a los 55 años, de clase media alta. Se utilizaron tres instrumentos: una ficha de identificación, el inventario de personalidad de los cinco grandes factores de Goldberg y la escala de bienestar subjetivo de Riff. De acuerdo a los datos obtenidos se concluyó que buscar la semejanza entre las parejas aumenta el bienestar subjetivo de ambas partes.

Por su lado, Álvarez, Paz y Sánchez (2003), realizaron en Colombia, una investigación sobre la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. La muestra estuvo compuesta de 65 personas, hombres y mujeres entre los 18 y los 33 años de edad. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron la Escala de Bienestar

Psicológico (EBP), el Inventario de Pensamiento Constructivo (evaluación de la inteligencia emocional, (CTI), y la Escala de Estabilidad Emocional del Cuestionario “Big Five” (BFQ). Los resultados de los análisis de correlación de Pearson indicaron que existen correlaciones positivas significativas entre inteligencia emocional, bienestar psicológico y estabilidad emocional.

Un estudio realizado por Martínez y Morote (2002), en Perú con adolescentes escolares de Lima Metropolitana, tuvo como objetivo explorar en este grupo el concepto del bienestar psicológico. Para este estudio se trabajó con una muestra de 413 adolescentes de ambos sexos que comprendían entre los 13 y 18 años de edad. Unos adolescentes pertenecían a un colegio oficial y otros a un grupo particular. Se utilizó como instrumento la Escala de Bienestar Psicológica (BIEPS-J) así como también un Listado de Síntomas de Derogatis (SCL-90). Las mujeres obtuvieron puntajes superiores a los hombres en Vínculo Sociales y los hombres obtuvieron puntajes superiores a las mujeres en Aceptación de Sí mismos. La dimensión Aceptación aparece más alta en los adolescentes de 13 a 15 años que en los de 16 a 18. Los adolescentes de colegios particulares, de nivel socioeconómico medio-alto, presentan puntajes más elevados en la dimensión vínculos que los de colegios nacionales, de nivel socioeconómico medio-bajo.

Así mismo, González, Montoya, Casullo y Bernabéu en el año 2002, en Valencia, España llevaron a cabo un estudio que tenía como objetivo estudiar la incidencia de la edad, el género y el nivel de bienestar sobre los estilos y estrategias de afrontamiento, así como la relación entre el constructo de bienestar y afrontamiento. La muestra de la presente investigación estaba formada por 417 adolescentes entre 15 y 18 años. Como instrumentos se utilizaron: Escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS) para evaluar las estrategias de afrontamiento y Escala de bienestar psicológico (BIEPS) para el bienestar psicológico. La evaluación se realizó por un licenciado en Psicología. Los 12 cuestionarios se administraron en una única sesión y en grupo durante el horario

escolar. La participación fue voluntaria y anónima. Los resultados se estudiaron a través de pruebas descriptivas, correlaciones de Pearson, la Z de Fisher y pruebas t de Student para muestras independientes. El procesamiento estadístico se realizó con el paquete SPSS versión 8. De acuerdo a los resultados, se concluyó que existe una escasa relación de la edad con el afrontamiento y el bienestar psicológico. En cuanto al género, las mujeres poseen mayor repertorio de estrategias de afrontamiento y menos habilidad para afrontar los problemas que los varones. El nivel de bienestar psicológico establece diferencias más claras respecto a las estrategias de afrontamiento utilizadas que la edad y el género.

De acuerdo a los estudios anteriores se puede resumir que la investigación del bienestar psicológico en varias poblaciones ha sido de gran interés, así como también las investigaciones en el tema del género y su desenvolvimiento en la sociedad actual; es por esto que a continuación se fundamenta teóricamente esta investigación, en la cual se aborda el tema del bienestar psicológico en hombres y mujeres solteros en edad joven adulta.

### **1.1 Bienestar Psicológico:**

El bienestar psicológico es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo; se define por su naturaleza subjetiva vivencial y se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social (Victoria y López, 2003).

Victoria (2005) considera que el bienestar posee elementos reactivos, transitorios, vinculados a la esfera emocional, y elementos estables que son expresión de lo cognitivo, de lo valorativo; ambos estrechamente vinculados entre sí y muy influidos por la personalidad como sistema de interacciones complejas, y por las circunstancias medioambientales, especialmente las más estables. El bienestar psicológico tiene que ver con la valoración personal del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido, y han de incluirse indicadores tanto objetivos

como subjetivos. Los indicadores objetivos resultan necesarios de ser tomados en cuenta, éstos se relacionan con condiciones de vida, desarrollo económico y nivel de vida, pero requieren como complemento indispensable la valoración por parte de individuo. De aquí la importancia del estudio del bienestar psicológico como dimensión subjetiva de la calidad de vida.

Victoria y López (2003) citan a Diener y Suh, quienes afirman que el bienestar psicológico indica la manera en la que una persona evalúa su vida, incluyendo como componentes la satisfacción personal y vincular, la ausencia de depresión y las experiencias emocionales positivas. El juicio de satisfacción que establece un individuo está basado en sus condiciones actuales. Las metas a alcanzar, el éxito que un individuo sea capaz de obtener, el progreso que perciba en el alcance de sus objetivos o metas determinará las emociones y la satisfacción con la vida. Según estos autores, las personas reaccionan de manera positiva cuando hacen progresos hacia sus metas y de manera negativa cuando fallan en los pasos hacia su obtención.

Además, consideran que el bienestar psicológico incluye tanto aspectos cognitivos como reacciones afectivas (estados de ánimo y emociones). En relación al aspecto cognitivo estos autores plantean que la satisfacción con la vida se refiere a un proceso de juicio basado en una comparación con el modelo que cada individuo establece para sí mismo y que puede ser diferente para cada una de las áreas de la vida.

En cuanto al aspecto emocional, estos autores consideran que constituye la parte reactiva y temporal del bienestar, la personalidad y el ambiente influyen considerablemente en cómo una persona se comportará ante determinadas situaciones y qué actitud ha de tomar, dependiendo de éstas se tendrán resultados que producirán emociones positivas o negativas que repercutirán en la persona. El aspecto afectivo es mucho más lábil, momentáneo y cambiante.

Por su parte Argyle (1992) define el bienestar psicológico como la evaluación afectiva y cognitiva que un individuo realiza de su vida. Para este autor, el alto bienestar psicológico abarca la combinación de tres factores específicos: 1) los estados afectivos positivos frecuentes e intensos; 2) la ausencia relativa de la ansiedad y de la depresión y; 3) la satisfacción global con la vida.

También Castro, Brenlla y Casullo, citados por Casullo (2002) definen el bienestar psicológico como una dimensión fundamentalmente evaluativa, ya que se relaciona con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido y consideran que el bienestar psicológico se refiere a la percepción que una persona tiene sobre los logros alcanzados en su vida. Dicha percepción es reconocida por estos autores como el aspecto cognitivo, el cual es el resultado del procesamiento de información que las personas realizan acerca de cómo les fue (o les está yendo) en su vida, lo consideran además como el elemento más relevante por ser el más estable, reconocen que también participan las relaciones vinculares, así como los estados emocionales (afecto positivo y afecto negativo), consideran por su parte que los aspectos emocionales son más lábiles y momentáneos por estar sujetos a las condiciones cambiantes o eventos vitales que va enfrentando el individuo en el transcurso de su vida.

Para Victoria y López (2003), el bienestar es una categoría a la cual se imprime un sello muy personal. Sea hombre o mujer, el bienestar se construye por ellos mismos, es una vivencia personal, irrepetible, surgida en el marco de la vida social y de la historia personal. Lo que las personas entienden por bienestar, lo que produce satisfacción y disfrute, varía de una sociedad a otra, de una época a otra, de una etapa del desarrollo social a otra y de un momento de la vida personal a otro. El bienestar psicológico se produce en relación con un juicio cognitivo acerca de los logros, pero a su vez influye en la conducta dirigida al logro de metas y propósitos.

Las personas con altos niveles de bienestar suelen trazarse metas alcanzables de lo cual deriva a la vez, satisfacción y bienestar. El bienestar psicológico suele ser resultante de afrontar adecuadamente las situaciones de estrés de la vida cotidiana, pero a la vez una persona con alto nivel de bienestar está mejor preparada y, de hecho, afronta mejor las demandas y desafíos del ambiente.

La historia personal, la cultura y todas las influencias sociales hacen que una persona establezca su propio sistema de valores, con lo cual también define sus expectativas, sus aspiraciones en la vida, así como su forma de reaccionar ante el fracaso en el logro de sus objetivos y su forma de reaccionar ante la obtención o éxito en el logro de estos objetivos. Todo esto determina el nivel de satisfacción, que unido a la esfera emocional, constituirá el bienestar psicológico (Victoria, 2005).

Continuando con las acepciones de Victoria (2005), considera que si bien la autoestima, la autodeterminación y la autoconfianza pueden tomarse como indicadores de bienestar psicológico, son más bien importantes factores mediadores, elementos que influyen en el nivel de bienestar que alcanza una persona. Una autoestima elevada es una valoración positiva que la persona hace respecto a sí misma, que produce satisfacción y disfrute personal y a la vez puede producir conductas encaminadas a la obtención de metas (adecuado nivel de aspiración) que producen satisfacción y bienestar, lo cual refuerza la autoestima.

En cuanto al adecuado nivel de funcionamiento mental, esta autora dice que éste es un efecto del bienestar que se produce sobre la actividad de la persona y no debe confundirse con la esencia del bienestar.

De igual forma Rice (1997), afirma que el bienestar psicológico es el lado emocional de la vida, lo que las personas sienten de ellos mismos, de los demás y de la vida en general. Este autor considera que el bienestar psicológico se manifiesta en la medida en que un individuo obtenga placer de las actividades que

forman parte de su vida cotidiana, considere que su vida ha sido significativa y la acepte con determinación, además sienta que ha logrado alcanzar sus principales metas, así como que mantenga una imagen positiva de sí mismo tanto como una actitud optimista y un estado de ánimo feliz.

Por su parte, Sánchez-Cánovas (1994), considera que el bienestar psicológico se define a través de la experiencia interna del sujeto y no a partir de criterios externos como en el caso de la salud mental. Este autor afirma que existe una fuerte relación entre el bienestar psicológico y la salud mental, pero que estos términos no pueden ser igualados. El primero comprende un amplio rango, que va desde la infelicidad hasta la felicidad, incluyendo los niveles ligeros y moderados de ambos extremos, por lo que no se limita a los estados clínicamente indeseados o negativos como es el caso de la salud mental.

El bienestar psicológico está estrechamente relacionado con la salud. El bienestar es componente de la salud, tal y como refiere la definición de salud que figura en la Constitución de la Organización Mundial de la Salud (2007, párr.2) que dice: “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Esta organización ratifica la dimensión positiva de la salud mental, destacando que la salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

### **1.1.1 Dimensiones del Bienestar Psicológico**

El incremento en los últimos años de las investigaciones sobre el bienestar ha conducido a la identificación de sus componentes o dimensiones, sin embargo, la

mayoría de los investigadores coinciden en que el bienestar psicológico es multidimensional.

Castro, citado por Casullo (2002), considera que el bienestar psicológico puede entenderse como un constructo multidimensional. Las dimensiones consideradas por este autor son las siguientes:

- Control de situaciones: Tener una sensación de control y de autocompetencia. Las personas con control pueden crear o moldear contextos para adecuarlos a sus propias necesidades e intereses. Aquéllos que presentan una baja sensación de control tienen dificultades en el manejo de los asuntos de la vida diaria y creen que son incapaces de modificar el ambiente en función de las necesidades.
- Aceptación de sí mismo: Poder aceptar los múltiples aspectos de sí mismo, incluyendo los buenos y los malos. Sentirse bien acerca de las consecuencias de los eventos pasados. No tener aceptación de sí mismo es estar desilusionado respecto de la vida pasada y querer ser diferente de como se es.
- Vínculos psicosociales: Capacidad para establecer buenos vínculos con los demás. Tener calidez, confianza en los demás y capacidad empática y afectiva. Tener malos vínculos significa tener pocas relaciones con los demás, sentirse aislado y frustrado. Incapacidad para establecer relaciones comprometidas con los demás.
- Autonomía: Poder tomar decisiones de modo independiente. Tener asertividad. Poder confiar en el propio juicio. Ser poco autónomo es depender de los demás para tomar decisiones y estar preocupado por lo que ellos dicen, piensan y sienten.

- Proyectos: Tener metas y proyectos en la vida. Considerar que la vida tiene significado. Asumir valores que otorgan sentido o significado a la vida.

Por otra parte, Victoria y López (2003), citan a Lawton, quien considera que el bienestar psicológico comprende cuatro dimensiones: la satisfacción con la vida (congruencia entre lo aspirado y lo logrado), el afecto negativo (ansiedad, depresión), el afecto positivo y la felicidad, que consiste en el resultado del conjunto de afectos negativos y positivos.

Congruente con lo anterior, Rice (1997), afirma que la mayor parte de los psicólogos aceptan que el bienestar psicológico es un concepto abstracto y multidimensional que incluye componentes como la satisfacción con la vida, el ánimo, la felicidad, la congruencia y el afecto.

Así mismo, Victoria (2005), cita a Diener y Suh quienes consideran, como ya se ha mencionado, que el bienestar comprende tanto juicios valorativos-cognitivos, como reacciones afectivas; además, aseguran que todavía no se sabe demasiado acerca de las relaciones entre personalidad y bienestar psicológico, si éste es producto de determinantes ambientales, atribuibles al contexto, o si está relacionado con componentes biológico-temperamentales. Así mismo, consideran que los individuos que están satisfechos con su vida tienen, en general, un buen ajuste y están libres de psicopatología. Para estos autores el bienestar se manifiesta en diferentes áreas de la vida como trabajo, familia, tiempo libre, salud, finanzas, sí mismo, grupo social y presenta diferentes componentes:

- Satisfacción con la vida: Satisfacción con la vida actual, satisfacción con el pasado, satisfacción con el futuro, visión que tienen los “otros significativos” acerca de la vida de uno.

- Componentes de afectos positivos (afectividad placentera): Alegría, regocijo, orgullo, apego, felicidad.
- Afectos negativos (afectividad displacentera reducida): Culpa, vergüenza, tristeza, ansiedad, preocupación, ira, estrés, depresión y envidia.

Casullo (2002), hace referencia a las primeras publicaciones de Ryff. Esta autora, de corte cognitivo-conductual, vincula las teorías del desarrollo humano óptimo con el funcionamiento mental positivo, y las teorías del ciclo vital; además, considera que el bienestar tiene variaciones según la edad, el sexo y la cultura y define seis dimensiones del bienestar: 1) apreciación positiva de sí mismo, 2) la capacidad para manejar de forma efectiva el medio y la propia vida, 3) la alta calidad de los vínculos personales, 4) la creencia de que la vida tiene propósito y significado, 5) el sentimiento de que cada uno va creciendo y desarrollándose a lo largo de la vida, y 6) el sentido de autodeterminación.

Al mismo tiempo, afirma que en el bienestar psicológico deben ser considerados tres aspectos: satisfacción en las diferentes áreas, alegría y angustia, que a su vez, comprende la ansiedad y la depresión. El bienestar psicológico está determinado socio-culturalmente, existiendo una interrelación razonable entre lo biológico, lo social y lo psicológico, donde la personalidad como sistema regulador desempeña un importante papel (Victoria y López, 2003). Para estos autores el bienestar es una experiencia humana vinculada al presente, también con proyección al futuro, pues se produce justamente por el logro de bienes. En este sentido el bienestar surge del balance entre las expectativas (proyección de futuro) y los logros (valoración del presente), lo que muchos autores llaman satisfacción, en las áreas de mayor interés para el ser humano que son el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales de vida, las relaciones interpersonales, y las relaciones sexuales y afectivas con la pareja.

### **1.1.2 Indicadores del Bienestar Psicológico**

El desarrollo de los indicadores del bienestar humano ha evolucionado desde la vertiente de las condiciones de vida, hasta la experienciación (percepción, interpretación, valoración) de estas situaciones y condiciones, y desde los indicadores materiales y objetivos hasta los indicadores de satisfacción a través de medidas psicosociales subjetivas (Victoria y López, 2003).

Las personas pueden brindar diferente importancia a las diversas áreas de la vida. El peso que se otorga a cada área es un asunto individual al realizar una evaluación acerca de su bienestar en un momento concreto. Los determinantes de dicha importancia son el resultado de influencias culturales y sociales.

Para efectos de esta investigación serán tomados el Bienestar Psicológico Subjetivo, Relaciones con la Pareja, Bienestar Material y Bienestar Laboral, considerados por Sánchez-Cánovas (1998), como los indicadores de bienestar Psicológico, los cuales se definen a continuación.

- **Bienestar Psicológico Subjetivo**

Rice (1997), considera el bienestar subjetivo como un sentimiento o estado positivo percibido por la persona, que incluye la evaluación cognoscitiva y afectiva de su vida en conjunto.

El bienestar subjetivo es un componente importante de la salud mental, el cual se construye partiendo de una evaluación personal que realiza el individuo considerando sus metas y sus logros, lo cual ocurre en íntima relación con una determinada vivencia emocional. Los niveles de satisfacción que el hombre alcanza, no sólo dependen de las condiciones externas, sino también de las internas, es decir de su autovaloración y la jerarquía motivacional que la persona posea (Victoria y López, 2003).

Veenhoven (1998), define el bienestar subjetivo como el grado en que una persona juzga de un modo general o global su vida en términos positivos. Según esta autora, el individuo utiliza dos componentes en esta evaluación, sus pensamientos y sus afectos, también relaciona el bienestar subjetivo con la “felicidad” o “vida satisfactoria”, señalando que esto denota el grado con que la gente juzga favorablemente y como un todo su calidad de vida.

- **Bienestar en las Relaciones con la Pareja**

Sánchez-Cánovas (1998) afirma que la mayor parte de estudios consideran que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja es uno de los componentes importantes del bienestar general. Un adecuado ajuste con la pareja es un elemento importante a considerarse en el bienestar psicológico de las personas que comparten con una pareja.

Los estudios sobre las relaciones entre esposos se han centrado primordialmente en el concepto de ajuste conyugal, definido por Locke y Wallace citados por Sánchez-Cánovas (1998), como la acomodación mutua del esposo y la esposa en una etapa concreta. Por su parte, Papalia y Wendkos (2001), citan a Horwitz, White y Howel-White, quienes afirman que las personas casadas, en especial los hombres, tienden a ser más saludables físicamente y psicológicamente que aquellos que nunca se han casado, son viudos, separados o divorciados. Por su parte, Argyle (1992) considera que todas las relaciones sociales son importantes para la felicidad, en particular el matrimonio.

Rosenbuth y Steil, citados por Papalia y Wendkos (2001), opinan que la intimidad es una experiencia cercana, cálida y comunicativa, la cual puede o no incluir contacto sexual. Así mismo, consideran que un elemento importante de intimidad es el autodescubrimiento, gracias a los descubrimientos compartidos, la aceptación y el respeto mutuos. Para estos autores la intimidad incluye un sentido

de pertenencia, consideran que la necesidad de pertenecer a alguien para establecer relaciones fuertes, estables, cercanas y cariñosas es un importante motivador del comportamiento humano.

Según Cornachione (2006), quien considera varios estudios, señala que la satisfacción en el matrimonio se relaciona con el logro de desarrollo satisfactorio en ambos cónyuges. Los elementos que juegan un papel decisivo con respecto a la calidad del matrimonio son:

- El afecto.
- Las relaciones personales satisfactorias.
- La aceptación del conflicto como algo normal. La capacidad para solucionar el conflicto que se genera, es determinante para un buen desarrollo y satisfacción.
- Las personalidades homogámicas, es decir la elección de un cónyuge del mismo origen, estatus o sector social y nivel educativo.

Con el correr de los años los cónyuges van alcanzando la mutua adaptación. Algunos de los factores que suelen aumentar la satisfacción producida por el matrimonio son:

- Las mujeres, a medida que aumentan los años de matrimonio, se suelen sentir más aliviadas porque progresivamente va disminuyendo el peso del trabajo en el hogar y fuera de él. Los hijos van creciendo e independizándose.
- Con el curso de los años se renueva el interés por la sexualidad en las parejas de adultez media. Hecho que incide de manera positiva en la intimidad de la pareja.

- Cuando a lo largo de los años la pareja ha dedicado tiempo y energía para consolidar sus relaciones, llega a considerar a esta relación como algo valioso.
- La mayoría de las parejas que resultan insatisfechas a lo largo del matrimonio se separan y/o divorcian. Por ello, aquellos matrimonios que perduran a lo largo de la adultez son los más satisfechos y los mejor adaptados.

Por otra parte, Cornachione (2006), cita a Russel, quien sistematiza algunas de las causas consignadas por las parejas de un inadecuado ajuste de pareja e incluso como desencadenantes de una separación. Entre las que cabe citar:

- Falta de comprensión y comunicación.
- Desinteligencias en las funciones y en el reparto de las actividades domésticas.
- Falta de afecto.
- Incompatibilidad de intereses, valores y objetivos.
- Privación sexual. Los hombres reclaman la falta de interés sexual de sus mujeres. Las mujeres asignan al marido desgano sexual y/o relaciones extramaritales.

- **Bienestar Material**

Sánchez-Cánovas (1998), indica que el bienestar material no se refiere solamente a los índices que generalmente son considerados, como los ingresos económicos y posesiones materiales cuantificables, sino a la percepción subjetiva de cada persona, y no visto exclusivamente por indicadores externos.

El bienestar material se refiere a la percepción del sujeto en cuanto a tener lo necesario para vivir con cierto desahogo y bienestar, así como la evaluación que hace la persona acerca de la comodidad que le proporciona las condiciones en que vive. Sentir que su vida está en cierta forma asegurada y sin grandes riesgos en el aspecto material y económico. El bienestar material implica también la percepción de que se tiene una vida tranquila en el presente y con respecto al futuro económico.

El bienestar material es un área de significativo interés en el bienestar humano, se refiere tanto a las condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre determinadas oportunidades para la realización personal como a la percepción subjetiva de cada persona, y no visto exclusivamente por indicadores externos (Victoria y López, 2003).

Las condiciones de vida no son más que aquellas condiciones materiales, espirituales y de actividad en las que transcurre la vida de las personas. Entre las condiciones de vida están, por ejemplo, la disponibilidad de fuentes de trabajo, condiciones de vivienda, servicios de atención médica, disponibilidad de alimentos, existencia de centros culturales, deportivos, saneamiento ambiental, transporte, comunicaciones, etc. (Victoria y López, 2003).

- **Bienestar Laboral**

Sánchez-Cánovas (1998), está de acuerdo con que la satisfacción laboral es un componente importante de la satisfacción general y ésta lo es de la salud en su sentido global completo. El bienestar laboral implica la evaluación que hace el sujeto respecto a que su trabajo es creativo, variado y estimulante, le exige aprender cosas nuevas y es interesante. La persona con bienestar laboral disfruta de su trabajo y éste le proporciona independencia, además encuentra apoyo y afecto. Incluso el trabajo puede ser lo más importante para la persona y dar

sentido a su vida. Por otra parte, considerar el trabajo como monótono, rutinario o aburrido o sentirse discriminado en el trabajo podría conducir a un estado de insatisfacción laboral.

El bienestar o satisfacción laboral guarda una estrecha relación con la satisfacción general, unida a la del matrimonio y la familia. Las personas con trabajo son más felices que las personas que no lo tienen, aunque reciban un ingreso constante. La satisfacción en el trabajo depende del interés mismo del trabajo y de las relaciones con los demás trabajadores (Argyle, 1992).

En este mismo sentido, Sánchez-Cánovas (1998), cita a Bennin y Nierstedt, señalando que estos autores descubrieron que si la felicidad matrimonial era la mayor fuente de felicidad, la insatisfacción laboral era la causa mayor de infelicidad. La insatisfacción laboral es una de las principales fuentes de estrés en el trabajo. El estrés laboral parece ser el producto de las características del ambiente laboral que se convierte en una amenaza para el individuo. Esta amenaza puede deberse a las exigencias excesivas del trabajo o a las insuficientes ayudas para satisfacer las necesidades del trabajador, como un salario inadecuado, la insatisfacción y la promoción (Rice, citado por Sánchez-Cánovas, 1998).

Papalia y Wendkos (2001), citan a Salthouse y Maurer, quienes afirman que las actitudes hacia el trabajo pueden afectar el desempeño. Los adultos jóvenes pueden estar menos satisfechos con su trabajo que los mayores, están menos involucrados con su trabajo, menos comprometidos con sus empleadores, menos bien pagados y es más probable que cambien de trabajo.

Cornachione (2006), por su parte, opina que la edad influye en el significado que las personas atribuyen al trabajo, ya que según esta autora las personas mayores valoran más los aspectos relacionados con la realización personal y la amistad, que con los económicos. Define el trabajo como una actividad humana, que

cumple varias funciones psicosociales positivas, ya que puede modelar la identidad personal y social de los individuos. Entre estas funciones la autora menciona las siguientes:

- Función integrativa y significativa. Esta función se refiere al trabajo como una fuente que puede dar sentido a la vida, en la medida que permite realizarse a las personas. El trabajo puede llegar a ser una fuente de autoestima y realización personal y cumple esta función cuando es intrínsecamente satisfactoria.
- Función de conceder identidad personal. El trabajo es una de las áreas de mayor importancia para el desarrollo de la identidad, esto significa que como la persona es o se ve, tiene mucho que ver con la forma en como es y como la ven en el trabajo.
- Función económica. La persona realiza el trabajo a cambio de un dinero que le permite garantizar su independencia económica y el control de su vida, así como la elección de actividades de tiempo libre.
- Función de ser una fuente de oportunidades para desarrollar habilidades o destrezas. Los individuos ponen en marcha una serie de destrezas en la ejecución del trabajo, algunas veces ya poseen estas habilidades y las mejoran con la práctica diaria y otras veces las adquieren para o con el trabajo.
- Función de comodidad. Las personas pueden tener en el trabajo la oportunidad de disfrutar de buenas condiciones físicas, de seguridad en el empleo y de un buen horario de trabajo.

En resumen, se puede afirmar que el bienestar psicológico es componente de la salud, en su sentido más general y se manifiesta en todas las áreas de la actividad humana, como lo sugieren los citados indicadores y se define como la vivencia subjetiva relativamente estable, que se produce en relación con un juicio de satisfacción con la vida (balance entre expectativas y logros) en las áreas de mayor significación para cada individuo en particular.

## **1.2 Género**

Para Batres (2001), el género es el conjunto de construcciones sociales, culturales y psicológicas que se han impuesto a las diferencias biológicas, las cuales se atribuyen a roles masculinos y femeninos. Estas normas se transmiten a través de diferentes instituciones, entre las que están la familia, la religión, la escuela y muchas otras. En Psicología, el estudio científico del sexo y el género, se abordan por primera vez a fines del siglo XX, en el marco de los estudios sobre inteligencia e ingresa abiertamente hasta hace tres décadas, con los reportes de Money, ampliamente discutidos en la literatura sobre el tema.

Fernández (1996), afirma que no existe una definición clara y consensuada de género, aunque a grandes líneas y en base a los primeros investigadores sobre este asunto, cabría decir que se utiliza esta expresión haciendo referencia a aquellas características consideradas socialmente apropiadas para mujeres y varones dentro de cada sociedad determinada. El género hace referencia a una realidad muy compleja, de carácter fundamentalmente psicosocial, pero que tiene su razón de ser en el dimorfismo sexual de mujer y varón.

Por su parte Quintero (2001), afirma que el género es una construcción cultural y social para revisar críticamente la identidad de hombres y mujeres, que es diferente y cambiante de acuerdo con la época y el contexto histórico, económico y político. Analiza las relaciones entre varones y mujeres, enraizadas históricamente, evidenciadas en roles, comportamientos, valores, gustos, temores,

rasgos de personalidad, red de creencias, actitudes, conductas, autovaloraciones y posiciones, todo lo cual se va incorporando a través de la socialización temprana como pautas de crianza en el ámbito familiar y termina internalizado como prácticas sociales, produciendo entre los géneros femenino y masculino diferencias culturales.

Las implicaciones entre factores genético-hormonales y culturales-situacionales se han descrito en los siguientes ámbitos: desarrollo de la identidad sexual, la elección en la orientación de la sexualidad y la conducta de los roles de género (Fernández, 1996).

Barberá (1998), citando a las investigaciones clásicas de los hermanos Hampson en las cuales afirman que utilizando cariotipos anómalos (XO, XXY, XYY, XXX) y sirviéndose de niveles hormonales desequilibrados, llegaron a las siguientes conclusiones: el sexo biológico no es el factor determinante respecto a la identidad sexual; los niveles hormonales influyen sobre el desarrollo del proceso de identidad sexual y condicionan en gran medida las preferencias por un sexo u otro en la orientación de la sexualidad. Es por esto que se puede observar que el proceso de identidad sexual y su orientación sea homosexual o heterosexual son poco susceptibles al cambio, mientras que la conducta de género, resulta más sensible al influjo del mundo.

Así mismo, esta autora afirma que el entorno contribuye en gran medida a aumentar o disminuir la sensibilidad de las personas ante diferentes estímulos, animando a la tipificación o permitiendo el desempeño de roles menos tradicionales. Las diferentes formas de socializar a una mujer y a un varón, premiando o castigando conductas específicas, ofreciéndoles distintos modelos con los que identificarse y junto a ello, la propia percepción y las percepciones de los demás sobre ambos sexos son elementos cruciales en el origen y determinación de los procesos de sexuación y en sus implicaciones de género.

### 1.2.1 Identidad de género:

Para Batres (2001), la identidad de género es estructurada e internalizada desde la primera infancia (18 meses), y está asociada a factores cognitivos y emocionales que desde el punto de vista psicológico hacen más difícil su deconstrucción. Mediante la utilización de la diferencia entre sexos y género como herramienta heurística central, la teoría de género busca recoger la diversidad en los modos que se presentan las relaciones de género y dar cuenta de la identidad genérica, tanto de hombres como de mujeres. En nuestra sociedad una mujer se convertirá, por el peso de las expectativas culturales, la coerción familiar y la educación, en lo que por "*naturaleza*" se dice que es. Una vez introyectados los roles sexuales se cierra firmemente el aparato psíquico, formando una pantalla permanente a través de la cual se percibe y experimenta el mundo. Esto funciona igual para los hombres.

El proceso por el que cada persona se sabe perteneciente a un grupo de asignación sexual y excluida del otro es lo que se denomina la identidad de género (Barberá, 1998b; Gilligan, 1982). La identidad se puede entender como la parte del autoconcepto que permite tener una imagen unificada del yo personal y social, que permite a la persona tomar conciencia de sí misma, del mundo y de su relación con los demás. La construcción de la identidad de género, el hecho de reconocerse como perteneciente al grupo de hombres o de mujeres, se produce a partir de la interiorización de las diferencias sexuales y de su significado social, que lleva asociado ciertas normas, creencias y expectativas sobre el comportamiento, las actitudes y los valores de las personas del grupo sexual.

Barberá (1998), propone un proceso de construcción de la identidad de género que se fundamenta en factores biológicos, sociales (asignación social del género y rol estereotipado) y la interacción procesual (motivaciones, emociones y cogniciones). De esta forma, la interacción entre estereotipos, identidad y aprendizaje de roles de género se produce en un proceso continuo, en el que la

diferenciación sexual determina la asignación social de género. A partir de ahí, se desarrolla el autoconcepto y la identidad de género, en una estrecha relación interactiva con el aprendizaje de los roles de género. Ha habido diferentes aproximaciones al estudio de la identidad de género, desde disciplinas tales como el psicoanálisis (Freud), el aprendizaje social (Bandura), la perspectiva socio-cognitiva (Gilligan, Kohlberg) y las teorías de la identidad social (Eagly).

La perspectiva psicoanalítica establece que la identidad de género se adquiere tras un proceso de identificación con las figuras paterna o materna, en el que intervienen los factores afectivos. Freud otorgaba una gran importancia al papel de la cultura en la interiorización de la masculinidad o la feminidad (Martínez-Benlloch y Bonilla, 2000). La perspectiva psicoanalítica actual trata de determinar las repercusiones de las relaciones de poder entre hombres y mujeres en la motivación y desempeño profesional. La principal aportación de esta perspectiva al análisis de las relaciones de género en el mundo laboral destaca el símbolo de poder del falo, distinto del pene biológico, y representación de las ideas sobre masculinidad dentro del orden simbólico de la concepción patriarcal. El falo es herencia del hombre, confiriéndole la posibilidad de ser sujeto poderoso y activo. Las mujeres sólo pueden aspirar a un objetivo engañoso, poseer un falo, por medio de hacerse deseable como mujer. En el ámbito organizacional, el poder está en manos de quienes poseen el falo, los hombres, mientras que las mujeres quedan excluidas y se les niega el acceso al poder.

Desde la perspectiva del aprendizaje social, los comportamientos tipificados de género se adquieren por observación y modelado, jugando un papel importante la representación simbólica de las consecuencias futuras. Se define la identidad de género como la serie estructurada de identidades personales tipificadas por el género que surge cuando el sujeto toma la construcción social del género y los “hechos” biológicos sobre el sexo y los incorpora a su concepto de yo general. El proceso es básicamente el siguiente: cuando niños y niñas son capaces de

identificar su sexo, entonces podrán discriminar las conductas adecuadas para su grupo de asignación sexual, generalizarlas a otros contextos diferentes del de la observación y prever las consecuencias de la puesta en práctica. Niños y niñas aprenden los comportamientos y relaciones de género tras la observación de modelos en situaciones reales o simbólicas, lo que les lleva a reproducir las relaciones de poder que han observado. Las personas adquieren la identidad de rol sexual en base a las conductas tipificadas de género experimentadas en la adolescencia. Las conductas de rol sexual se aprenden en la participación en situaciones específicas y la posterior generalización a otras situaciones. Lo que los chicos y chicas adolescentes ven y hacen les ayuda a determinar cómo actuar en las nuevas situaciones.

Desde la perspectiva sociocognitiva se destaca el papel de los procesos psicológicos y las influencias socioculturales implicados en el proceso de construcción de la identidad de género. Según Kohlberg, en el desarrollo evolutivo del individuo se observa una interacción entre el desarrollo cognitivo, la evolución del razonamiento moral y la adquisición de la identidad de género. Desde esta perspectiva, la influencia del referente parental se une a la percepción de las posiciones de poder vinculadas a los espacios generizados, en un proceso de estructuración de la propia experiencia que responde a la necesidad de preservar una imagen positiva y estable de sí mismo/a, donde los estereotipos juegan un importante papel, de forma que se mantiene la tipificación sexual (Martínez-Benlloch y Bonilla, 2000).

Dentro del enfoque cognitivo, otras investigaciones tales analizan el género como esquema cognitivo que sirve para el procesamiento de la información relacionada con las categorías de hombre y mujer. Se trata de las teorías del procesamiento de la información, que se fundamentan en la necesidad de la identidad sexual para poder adquirir la identidad de género, la importancia de la interrelación con los padres y el etiquetado del bebé, la construcción social del género y la asunción de los valores imperantes en el entorno socio-cultural. Este autor destacaba la

relevancia del esquema de género en la estructura del self, debido a que como categoría cognitiva favorece la activación automática y a que las categorías de género delimitan los significados de diversos referentes para el comportamiento (aptitudes, actitudes, expectativas, intereses o roles parentales o profesionales).

La perspectiva de la identidad social destaca el papel de las variables sociales del grupo de referencia (rol, estatus, poder, estereotipo, etc.) en la configuración de la identidad de género. En esta línea de investigación, la teoría situacional de Deaux y Major, considera que los comportamientos de género dependen directamente de la interacción de los factores situacionales, las predisposiciones individuales y las expectativas interpersonales. Por otra parte, la teoría del rol social de Eagly, explica las diferentes posiciones y roles sociales ocupados por mujeres y hombres en la sociedad en base al impacto causal de los roles de género. Las creencias socialmente compartidas acerca de las características y capacidades que son adecuadas para cada grupo sexual determinan las diferentes funciones sociales observadas en ambos sexos.

### **1.2.2 Roles de Género:**

Los roles son actividades y funciones relacionadas con el género y están determinados también por la cultura. La adquisición del género significa el aprendizaje social de normas que nos informan lo que una persona, hombre o mujer, está obligada a seguir. Establece también lo prohibido y lo permitido para cada sexo. El género como categoría, tiene un carácter social, designa una realidad psicológica, una fuente cultural, con vertiente colectiva y otra individual. El género, como conjunto de pensamientos y emociones, contribuye a estructurar la sociedad, estableciendo jerarquías de las actividades humanas, en donde lo masculino tiene más valor que lo femenino. (Batres, 2001).

Los roles de género implican un conjunto de comportamientos y valores, transmitidos por el proceso de socialización, que dan significado a la masculinidad y la femineidad. Los contenidos de los roles de género son variables, dependiendo del momento histórico y cultural. Tradicionalmente, los roles asignados a los hombres han sido los productivos, mientras que a las mujeres se les han asignado los roles de tipo reproductivo. Esta diferente asignación de rol ha determinado las distintas posiciones de mujeres y hombres en la estructura social y, por tanto, en la organización laboral. En un espacio laboral donde la cultura dominante es la masculina, las mujeres quedan relegadas a actividades profesionales vinculadas con su rol social, motivo por el cual se encuentran altamente feminizadas las carreras de magisterio, psicología o enfermería, como se ha comprobado a través de los datos de participación en educación superior. En general, las áreas sociales y de humanidades son las que mayor porcentaje de mujeres presentan, debido a su vinculación con los roles sociales culturalmente asignados a las mujeres. Además, este tipo de estudios suelen conducir a profesiones con menor prestigio y remuneración que las actividades profesionales masculinas, principalmente ingenierías, que gozan de un mayor reconocimiento social y económico. (Barberá, 1998)

Gilligan (1982), citado por Barberá y Benlloch (2004), opina que los varones subordinan sus relaciones personales a sus aspiraciones profesionales porque cuando surge un conflicto entre ambas parcelas de su vida la sociedad generalmente les empuja a resolverlo a favor del trabajo. En cambio la mujer es empujada a resolverlo en el sentido opuesto. Educativamente, se insiste más en conseguir que un varón sea competitivo, ambicioso, asertivo, responsable, dominante, que tenga confianza en si mismo, que sea autónomo; se da más importancia a sus metas y éxitos laborales, se insiste más en que controle y reprima sus emociones, se le anima a que practique deportes y disfrute de ellos y no se le pide que coopere demasiado en las tareas hogareñas. En cambio, a la mujer se la prepara para asumir tareas de cuidado, se pasan más por alto sus

actitudes agresivas y se favorecen las dependientes, se espera que sea más cariñosa, con mejores sentimientos, más obediente y disciplinada, se le supone la capacidad para ser una buena esposa, una buena ama de casa y una buena madre, y se le presiona más que cuide de su atractivo físico. El mundo que se ofrece a los varones es más amplio y está menos controlado, se les dan más oportunidades para explorar, descubrir cosas por sí mismos, inventar y comprender el mundo que les rodea, para improvisar y resolver problemas. A la mujer se le ofrece un entorno más estructurado, más restringido y más controlado, donde se practica menos el afrontamiento de novedades.

Barberá (1998), afirma que las mujeres tardan, además, mucho más en afianzarse profesionalmente. En el primer estudio de Levinson casi todos los varones alcanzaban un buen status profesional al final de su transición de los 30 años. Por el contrario, las mujeres, en términos generales, no lo conseguían hasta bien entrada la madurez. En proximidad a los treinta años, mujeres y hombres suelen reevaluar sus logros, metas y objetivos, con resultados algo distintos. Cabe la posibilidad de que los hombres introducen algún cambio en su trayectoria profesional o en su estilo de vida, pero sin modificar sus objetivos fundamentales. Por el contrario, las mujeres que están orientadas hacia el matrimonio y la familia tienden a dar un giro hacia los objetivos ocupacionales, mientras que por lo general, las mujeres más entradas en la carrera empiezan a conceder más importancia al matrimonio y a la familia. La evolución social ha afectado evidentemente más a las aspiraciones de las mujeres que de los varones, el deseo de la mujer adulta de nuestros días, no suele ser el de limitarse a ser exclusivamente esposa y madre, como ocurrió en generaciones anteriores.

### **1.3 Edad Adulta Temprana**

Papalia y Wendkos (2001) definen la edad adulta temprana entre los 20 y 40 años; es la etapa de la vida en la que las personas cambian y crecen en muchos aspectos. Durante esas décadas toman decisiones que marcarán sus vidas (salud,

felicidad y éxitos). La mayoría de las personas abandonan el hogar de los padres en esta etapa de la vida, se casan, tienen hijos y los crían. Algunos científicos afirman que esta es la etapa más importante de la vida.

Estos mismos autores, citan las etapas del desarrollo cognoscitivo de K. Warner Schaje, quien define la etapa entre los 30 y 40 años, como la etapa ejecutiva, en la cual las personas se dedican a ejercer responsabilidades sociales antes que al núcleo familiar. Por otra parte se expone la teoría de Erikson, Intimidad versus Aislamiento entre los 20 y 40 años, el sentido de identidad, desarrollado durante la adolescencia, capacita a los jóvenes adultos para fundir su identidad con la de los demás. Ellos resuelven exigencias, incompatibles de identidad, competencia y distancia, y desarrollan un sentido de la ética. Están listos para establecer relaciones amorosas heterosexuales con el objetivo de proveer un ambiente sano para los hijos. Para Levinson, citado en Papalia y Wendkos (2001), la etapa de esta edad es la del aprendizaje en la edad adulta temprana, se formaliza la construcción de una segunda estructura de vida; se da el establecimiento de compromisos familiares y laborales más profundos, fijación de cronogramas para los objetivos; establecimiento de un nicho en la sociedad, realización de las aspiraciones juveniles. El individuo puede convertirse en dueño de sí mismo, existe la liberación de la autoridad y el poder de otras personas, hay búsqueda de la independencia y el respeto.

Como se mencionó anteriormente la asignación de roles de género la establece la sociedad y la cultura, asignando funciones propias de cada sexo y además acorde a la edad del hombre y la mujer. De esta forma los adultos también poseen el rol normado socialmente. La procreación y producción son las funciones específicas. Trabajo, matrimonio y familia constituyen estructuras sociales que vinculan a los sujetos a través del tiempo y que se asignan una vez entrada la adultez.

A pesar de la prevalencia que han tenido las teorías evolutivas que consideraban que los cambios más importantes en el desarrollo ocurren en la infancia y

adolescencia, atribuyendo así a las personas adultas una estabilidad determinada, en la actualidad investigaciones parten del supuesto de que la principal característica del desarrollo adulto es el cambio y no la estabilidad, dependiendo de la edad o la biología, pero muy especialmente en función de los acontecimientos vitales importantes afectados por los contextos de género en los que se desarrollan (Fernández 1996, citando a Rossi).

El desarrollo adulto conlleva la respuesta a problemas que afectan a la vida afectiva y a las relaciones sociales. Los sujetos, tanto varones como mujeres, se enfrentan a los marcos de definir una identidad social que afecta a su vida íntima. La elección o no de pareja, la estabilidad de las relaciones sentimentales, la decisión sobre la paternidad o maternidad, sus posibilidades y tiempos, son momentos y decisiones que afectan también a la consolidación de estructuras sociales de mayor o menor permanencia, como la familia tradicional.

El mundo adulto definido a lo largo de la vida de una persona es algo esperado, necesario y temido a la vez, exige una redefinición de expectativas y necesidades, al tiempo que implica cambios y nuevas exigencias. Es así como el trabajo se constituye como una primera necesidad que permite a su vez el desarrollo de otras posibilidades, como la formación y el mantenimiento de una familia, la autonomía en el seno de la pareja o la independencia familiar

El desarrollo de sociedades altamente industrializadas ha generado a su vez estilos de vida marcadamente enfocados al consumo individual de bienes, elevando así los niveles de exigencia económica necesarios para sostener un proyecto familiar, por lo que el trabajo adquiere no sólo un estatuto simbólico, ligado a la actividad social adulta y a la acción transformadora individual.

La realización de los que parecen ser los tres más importantes objetivos que marcan el desarrollo adulto: encontrar una pareja, ser padres y lograr una competencia laboral, tiene aspectos diferenciales para varones y mujeres,

dependiendo de las condiciones sociales, las variaciones del significado atribuido a la identidad de ambos, así como de la interiorización normativa del género (Fernández, 1996).

Este autor también afirma que tradicionalmente, el adulto tiene roles diversos: el laboral en los varones y el conyugal-maternal en las mujeres, trabajo y matrimonio para los varones y matrimonio y maternidad para las mujeres. El éxito en la carrera profesional constituye el elemento más significativo de la identidad de género de los varones mientras que crear una familia forma parte primordial en la identidad de las mujeres. Así los papeles tradicionales de esposa y madre se han considerado básicos en la estructura de la identidad de género femenina y los que se pueden denominar como “ganador del pan” para la masculina. Las rápidas transformaciones en los modelos de vida (incorporación de las mujeres al mercado laboral, distribución más igualitaria de tareas familiares, autonomía económica de las mujeres, inestabilidad laboral para ambos sexos, mayor libertad sexual) han supuesto la ruptura de los roles tradicionales y han hecho aflorar nuevas formas de relación y convivencia (parejas homosexuales, aumento de soltería y más divorcios).

La incorporación de la mujer al mercado laboral ha transformado las actitudes y expectativas tanto en el ejercicio laboral como en las relaciones familiares. Las relaciones de poder asimétricas en el seno familiar y social, relativas a distribución de tareas y toma de decisiones, han sufrido cambios que cuestionan el orden tradicional de posiciones de varones y mujeres, afectando no sólo en la vida social, sino también en las relaciones íntimas. Muchas mujeres, después de cumplir sus responsabilidades con los niños, se han incorporado profesionalmente a nuevas carreras, otras han optado por conseguir la estabilidad profesional o laboral antes de asumir otros roles.

Ante todos estos cambios a los que los adultos, varón o mujer se ven expuestos a llegar a esta edad, se confirma el concepto de que un adulto debe seguir

reestructurando, gracias a la reflexividad y adaptación al cambio, su identidad sexual y de género, la cual nunca termina.

#### **1.4 Soltería:**

La palabra soltero proviene del latín “solitaruis”. Legalmente una persona es soltera cuando no ha contraído matrimonio y no vive en unión libre. La soltería es una forma de vida que adoptan jóvenes en edad productiva, en la cual contraer matrimonio no es una opción de vida. El porcentaje de hombres y mujeres jóvenes que no se casan ha aumentado de modo dramático durante las recientes décadas en cada grupo de edad entre los 20 y 39 años. Eventualmente algunas de estas personas se casan, pero es probable que un creciente número de ellas nunca lo haga. Algunos jóvenes permanecen solteros para tener libertad de asumir riesgos sociales, económicos y físicos. Así pueden decidir con mayor facilidad si viajan por el país o por el mundo, aprovechan la oportunidad de cambiar de trabajo, mejoran su educación o realizan trabajo creativo, sin tener que preguntarse si su deseo de autorrealización afecta a otra persona. A otros simplemente les gusta estar solos y algunos posponen o evitan el matrimonio porque temen que acabará en divorcio (Papalia y Wendkos, 2001).

Lara, Martínez, Pandolfa, & Penroz (2001), citando a Stein, plantean cuatro tipologías de solteros: voluntarios temporales, voluntarios estables, involuntarios temporales e involuntarios estables. No tener pareja es una opción que en ocasiones es elegida y en otras no. Las circunstancias personales y la manera de ser de cada uno favorecen el resultado final, es por esto que se pueden dar los siguientes casos: Los que prefieren no comprometerse con una pareja pueden enlazar relaciones no duraderas pero sí satisfactorias. Su estado emocional dependerá normalmente de tener una buena red social (amigos) y una buena planificación de objetivos y actividades. Los que se han acostumbrado a su

intimidad y les cuesta dejar que otro interrumpa su cotidianidad, en ocasiones por los horarios profesionales y frecuentes viajes.

Los que por su timidez les cuesta conocer a alguien e intimar lo suficiente como para dar pie para que surja una relación de convivencia. Los que eligen mal, quizás por necesidad, quizás por la ilusión inicial, quizás por amoldarse al otro como forma de darle una oportunidad, pero el tiempo acaba mostrando la incompatibilidad entre ambos. Los que tienen algún tipo de enfermedad que restringe sus movimientos o aquellos que padecen trastornos psiquiátricos de diferente gravedad. La capacidad de relacionarse es baja y por tanto la probabilidad de encontrar pareja también lo es (Lafarga, 2000).

Lara et al., (2001), consideran que existen ventajas y desventajas de la soltería. Entre las ventajas están: mayores oportunidades de autodesarrollo, satisfacción y desarrollo personal; conocer gente distinta; independencia y autosuficiencia económica; mayor experiencia sexual; libertad y control sobre la propia vida; expansión y cambio de carácter.

Entre las desventajas están la soledad y falta de compañía; penurias económicas; incomodidad en ciertas situaciones sociales; frustración sexual; permisividad en relaciones prematrimoniales, presión por prejuicios, entre otros. Otro estilo de vida que un soltero puede tomar es el ser un profesional, social, individualista, activista, pasivo o de apoyo.

## **1.5 Formación Profesional**

A nivel educativo la vida se rige por diferentes pasos que hacen de cada individuo, lo que se convertirá en un futuro, estos pasos son las distintas etapas de conocimientos: escuela primaria, secundaria y en último grado, la superior u/o universitaria. Esos conocimientos forman una generalidad de la vida, pero la persona con formación profesional debe saber combinar el conocimiento y

experiencia general de la vida con su formación universitaria-profesional. Entiéndase, por formación profesional un alto grado de conocimiento que se le inculca a un individuo de la sociedad, dotándolo de un interés particular en su profesión que se va a reflejar en su desempeño diario de la vida.

La educación profesional superior comprende "todo tipo de estudios, de formación en el nivel postsecundario, impartidos por una universidad u otros establecimientos de enseñanza que estén acreditados por las autoridades competentes del Estado como centros de enseñanza superior" (UNESCO, 1998, párr.1)

Según un estudio realizado por la Asociación Socioeconómica (2000), en Guatemala, la enseñanza superior comprende aquella que tiene un carácter universitario. Se imparte en tres clases de centros: una universidad del Estado, universidades privadas y un centro especializado adscrito a la Universidad del Istmo (Instituto Femenino de Estudios Superiores –IFES). Además de la Universidad de San Carlos de Guatemala (USAC), en 1999 funcionaban regularmente ocho universidades privadas en el país: Universidad del Istmo (UVIS), Universidad del Valle (UVG), Universidad Francisco Marroquín (UFM), Universidad Mariano Gálvez (UMG), Universidad Rafael Landívar (URL), Universidad Panamericana (UPANA) y Universidad Rural de Guatemala (UruralG). En el año que se realizó el estudio, se inauguró adicionalmente la Universidad Mesoamericana (UM).

El punto de partida para inscribirse en las universidades del país es contar con un título de enseñanza secundaria, reconocido por el Ministerio de Educación, que comprende un primer ciclo (educación básica) de cultura general que dura tres años, al que sigue un segundo de dos años (bachiller), o tres años, (maestro o perito) de ciclo diversificado. Estos títulos se obtienen luego de seis años de estudios primarios.

Las universidades tienen requisitos indispensables para graduarse. En las carreras de cinco y seis años (licenciatura), se requiere haber cerrado pensum de estudios, aprobado el examen técnico profesional y presentado una tesis de grado. Según el área de estudio hay requisitos específicos como práctica docente e investigaciones y trabajo de campo. Es por esto que, en algunas carreras como arquitectura y ciencias económicas, el examen puede ser sustituido por el Ejercicio Profesional Supervisado (EPS). Las distintas Maestrías se cursan en 2 años, incluyendo algunas de ellas también el requisito de tesis; los doctorados requieren un promedio de 4 años de estudio.

En base a lo anteriormente expuesto se puede concluir que la etapa de la adultez joven que comprende la década entre los 30 y 40 años, es una etapa de toma de decisiones significativas, así como una etapa en la que las metas se reorientan. Debido a la evolución en los roles de género que se viven en la actualidad, las prioridades de vida en la juventud adulta han cambiado, por lo que actualmente hay más personas de esta edad que permanecen solteras, se superan profesionalmente, obtienen bienes materiales y postergan metas personales tales como procrear hijos y tener una familia.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la sociedad actual y en determinadas clases sociales se ha observado un cambio relacionado a la edad en la que los adultos jóvenes, mujeres y hombres, buscan una pareja sentimental para establecer un vínculo afectivo significativo por medio del matrimonio.

En épocas pasadas las personas contraían matrimonio al iniciar la década de los veinte años en el área urbana, en el caso de las áreas rurales, la edad promedio de matrimonio era entre los catorce y quince años. La formación profesional esperada en un hombre era un título a nivel medio y se reconocía con gran importancia aquel que egresaba de la Universidad con un título que le abriría puertas para mejores oportunidades laborales.

En el caso de las mujeres, no se les demandaba ningún título académico superior, sino un buen desempeño en el cuidado del hogar, la atención de su esposo y el cuidado de los hijos. En muchos casos, las mujeres no tenían el permiso de su esposo para desempeñarse en un empleo fuera del hogar.

Actualmente la dinámica familiar ha cambiado, más mujeres salen a desempeñar un trabajo fuera de sus hogares, el mercado laboral se ha vuelto más competitivo, lo que ha hecho de la preparación profesional un tema prioritario, tanto para hombres como para mujeres por lo menos en la clase media y en la clase media-alta, tener solamente un título a nivel diversificado ya no es suficiente. En la mayoría de los empleos administrativos solicitan en los candidatos por lo menos un título profesional, por lo que mayor número de personas al concluir una carrera universitaria, buscan obtener otros títulos académicos tales como Maestrías y Doctorados.

En el campo laboral, la mujer desempeña actualmente un papel muy importante; en diferentes empresas del país, son mujeres quienes ocupan puestos de

Dirección y Gerencia, lo cual denota el cambio que la sociedad actual está experimentando. Así mismo los adultos jóvenes tanto hombres como mujeres, están logrando éxitos académicos y laborales antes de contraer matrimonio y formar una familia. En cierta medida este cambio de prioridades está afectando a la sociedad directamente, ya que más jóvenes viven en unión libre, tienen libertad de tener varias parejas sentimentales, o simplemente no se muestran interesados en procrear y tener una familia.

Ante esta evolución en la cultura y roles entre mujeres y hombres, actualmente es posible que hayan jóvenes adultos a quienes les satisface la superación profesional y laboral y se sienten bien sin compromisos sentimentales y responsabilidades materiales que se adquieren en el matrimonio; por el contrario, pueden haber jóvenes adultos que estén ya dentro de la tercera década y aún no hayan contraído matrimonio y esto les genere cierto grado de frustración, es por eso que se realizó este estudio de investigación, sobre ¿cuál es el bienestar psicológico que presentan hombres y mujeres profesionales, solteros, entre edades de 30 y 40 años?

## **2.1 Objetivos**

### **2.1.1 General:**

Establecer el nivel de bienestar psicológico en mujeres y hombres profesionales solteros entre 30 y 40 años.

### **2.1.2 Específicos:**

- Determinar el nivel de bienestar psicológico en las áreas de bienestar subjetivo, material, laboral y en las relaciones de pareja en mujeres y hombres profesionales solteros, entre 30 y 40 años.

- Comparar el nivel de bienestar psicológico en las áreas de bienestar subjetivo, material, laboral y en las relaciones de pareja entre hombres y mujeres profesionales solteros, entre 30 y 40 años.

## 2.2 Variables

### Variables de Estudio:

- Bienestar Psicológico
- Género

### Variables Controladas:

- Edad entre 30 y 40 años
- Nivel socioeconómico: medio y medio-alto
- Nivel académico: Título Universitario en Licenciatura o Maestría.
- Estado civil: soltero (a)

## 2.3 Definición de las Variables

### 2.3.1 Definición conceptual

- **Bienestar psicológico:** Expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial, y se relaciona con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social.

Al componente cognitivo de la satisfacción se denomina bienestar y es el resultado del procedimiento de informaciones que las personas realizan acerca de cómo les fue (o les está yendo) en el transcurso de su vida (Casullo, 2002).

- **Género:** Para Batres (2001), el género son las construcciones sociales, culturales y psicológicas que se han impuesto a las diferencias biológicas, las cuales se atribuyen a roles masculinos y femeninos.

### 2.3.2 Definición Operacional

- **Bienestar psicológico:** Para los usos de esta investigación se hará referencia a los resultados de la prueba EBP, Escala de Bienestar Psicológico, elaborado por José Sánchez Cánovas, que evalúa el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción, dividida en cuatro subescalas: Bienestar Psicológico Subjetivo, Bienestar Material, Bienestar Laboral y Relaciones con la Pareja.
- **Género:** Hombres y mujeres que estarán participando en la investigación.

### 2.4 Alcances y Límites

En el presente trabajo de investigación se tomó una muestra de mujeres y hombres, solteros, profesionales con títulos de Licenciatura y Maestría, entre las edades de 30 y 40 años. Los sujetos de la muestra no han contraído matrimonio, ni han tenido ninguna relación de convivencia, así como ninguno ha tenido hijos. Por lo tanto, los resultados obtenidos pueden generalizarse a individuos que cuenten con las mismas características de los participantes de este estudio y no al resto de la población.

Para este estudio no se tomó en cuenta la posibilidad de que los sujetos tengan una pareja sentimental, si viven solos o con algún familiar y/o amistades, ni tampoco su preferencia sexual.

## **2.5 Aporte**

Esta investigación busca determinar el bienestar psicológico en hombres y mujeres solteros de una edad adulta, quienes han alcanzado un título profesional, por lo que se pretende beneficiar a los hombres y mujeres que con interés y disposición participarán en la muestra de estudio y los resultados les brindarán datos clínicos sobre su estado de bienestar psicológico actual.

Asimismo se considera dentro de la sociedad guatemalteca, este estudio puede ser de gran interés para otros adultos jóvenes que estén viviendo una situación similar y estén incluidos dentro del rango de edad de la muestra o quizás ya lo hayan sobrepasado.

De igual forma se considera importante este estudio para futuras investigaciones que se realicen en el tema de género y la evolución del mismo.

### III. METODO

#### 3.1 Sujetos

El tipo de muestreo de este estudio, es no probabilístico, los sujetos fueron 15 mujeres y 15 hombres de estado civil solteros, dentro de la etapa joven adulta, con Título Universitario de Licenciatura o Maestría, de clase media y media alta. No han contraído matrimonio anteriormente, no tienen relación de convivencia, ni han procreado hijos.

Los sujetos fueron seleccionados de manera que cumplieran con todos los criterios establecidos para esta investigación.

#### Características específicas de la muestra:

| EDAD    |         |         |         |
|---------|---------|---------|---------|
|         | Mujeres |         | Hombres |
| 30 años | 3       | 30 años | 2       |
| 31 años | 2       | 32 años | 1       |
| 33 años | 3       | 34 años | 3       |
| 34 años | 3       | 35 años | 4       |
| 36 años | 1       | 36 años | 2       |
| 38 años | 1       | 37 años | 1       |
| 40 años | 2       | 38 años | 1       |
|         |         | 40 años | 1       |

| TITULO UNIVERSITARIO                |         |  |         |
|-------------------------------------|---------|--|---------|
|                                     | Mujeres |  | Hombres |
| Lic. Psicología Clínica             | 4       | Lic. Administración Empresas   | 5       |
| Lic. en Pedagogía                   | 1       | Lic. en Ciencias de la Comunicación  | 1       |
| Lic. Psicología Industrial          | 2       | Médico Veterinario   | 1       |
| Lic. Administración Empresas        | 2       | Abogado y Notario  | 2       |
| Abogado y Notario                   | 1       | Ingeniero en Electrónica   | 1       |
| Auditor y Contador Público          | 1       | Ingeniero en Sistemas  | 1       |
| Lic. en Ciencias de la Comunicación | 1       | Licenciatura en Ciencias Lingüísticas con énfasis en Traducción e Interpretación | 1       |
| MA en Sociología                    | 1       | Lic. en Mercadotecnia y Publicidad   | 1       |
| MA en Salud Pública                 | 1       | MA en Administración de Empresas   | 2       |
| MA en Finanzas                      | 1       |  |         |

### 3.2 Instrumento

Para realizar esta investigación se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas (1998). Según el autor esta escala evalúa el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción y está dividida en cuatro subescalas las cuales son: Bienestar Subjetivo, Bienestar Material, Bienestar Laboral y Bienestar en su Relación de Pareja. La escala brinda, una puntuación combinada que puede ser interpretada como un índice general de bienestar psicológico, además de las puntuaciones parciales. Además permite obtener una escala ponderada que se obtiene a partir de los ítems con mayor poder discriminativo. Cuando se aplican las cuatro subescalas se obtiene una valoración global (Total Escala Bienestar Psicológico). La aplicación de la prueba puede ser individual o colectiva y el tiempo es variable, en torno a 20 minutos. Esta prueba puede ser

aplicada tanto a adolescentes como a adultos con edades comprendidas entre 17 y 90 años de edad.

La puntuación en cada ítem va de 1 a 5, en una escala tipo likert, con cinco intervalos. Existen baremos para cada una de las Escalas y para el conjunto de la prueba por grupos de edades y sexos. Para interpretar los resultados de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP), se toma el criterio de la curva normal, en donde el percentil 50 corresponde al centro de la distribución normal.

Los resultados que se encuentran abajo del primer cuartil -percentil 1 a 24- se consideran bajos. Los resultados que se encuentran entre el primer y el tercer cuartil, percentil 25 a 75 se consideran promedio, ya que están al centro de la curva normal. Estos se dividen así: percentiles 25 a 39 se consideran promedio bajo. Percentiles 40 a 60 se consideran promedio. Percentiles 61 a 75 se consideran promedio alto. Finalmente los resultados sobre el tercer cuartil, percentiles de 76 a 99, se consideran altos.

A continuación se presentan las respuestas máximas posibles:

Subescala de Bienestar Psicológico Subjetivo: 150

Subescala de Relaciones con la Pareja: 75

Subescala de Bienestar Material: 50

Subescala de Bienestar Laboral: 50

Total Escala de Bienestar Psicológico: 325

Total Escala Ponderada: 120

Sánchez-Cánovas, citado por Méndez (2009), describe las subescalas de la prueba:

- Subescala de Bienestar Psicológico Subjetivo: Evalúa como componentes del bienestar psicológico, la satisfacción de la vida y el afecto positivo y

- negativo, por otro. Distingue entre felicidad y los aspectos positivo y negativo. Las instrucciones subrayan que se explora la etapa concreta vital que está atravesando el sujeto en cuestión (adolescencia, juventud, edad mediana, senectud, etc.)
- Subescala de Relaciones con la Pareja: Uno de los componentes de mayor importancia del bienestar general de la felicidad, es la relación satisfactoria entre los miembros de una pareja. Partiendo de que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja, es uno de los componentes importantes del bienestar general.
- Subescala de Bienestar Psicológico Material: Se basa, generalmente, en los ingresos económicos, posesiones materiales cuantificables y otros índices semejantes.
- Subescala de Bienestar Psicológico Laboral: El bienestar o satisfacción laboral guarda una estrecha relación con la satisfacción general, unida a la del matrimonio y la familia. Nenin y Nierstedt, citados por Sánchez-Cánovas (1998), descubrieron que la insatisfacción laboral era la mayor fuente de infelicidad.
- Total Escala Bienestar Psicológico: Puede ser interpretada como un índice general de bienestar psicológico. Se utiliza en los casos que resulte procedente la aplicación de las cuatro subescalas, obteniéndose así, además de las valoraciones específicas, una global.

En cuanto a la validez y la confiabilidad de la escala, todos los cuestionarios enumerados anteriormente fueron analizados para hallar los coeficientes de consistencia interna, alfa de Cronbach y coeficientes alfa para los ítems impares y pares. Este análisis permitió eliminar aquellos ítems que no cumplieran los siguientes criterios:

- a) Correlación superior a 0,30 con el total, excluido el propio ítem y
- b) Suficiente poder discriminativo.

### **3.3 Procedimiento**

- Se determinó el instrumento a utilizar.
- Se seleccionó la muestra de estudio.
- Se concertaron citas individuales con cada uno de los sujetos de la muestra para aplicar el instrumento.
- Se obtuvieron los resultados de la aplicación del instrumento.
- Se analizaron los resultados y se elaboraron las respectivas tablas y gráficas.
- Se establecieron las conclusiones y recomendaciones finales.

### **3.4 Diseño de Investigación**

La presente investigación es cuantitativa, no experimental, de diseño transeccional descriptivo. Hernández, Fernández y Baptista (2006), afirman que el enfoque cuantitativo usa recolección de datos con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento.

Para fines de esta investigación, específicamente se utilizó un diseño descriptivo transeccional, el cual según Hernández et al. (2006), tiene como objetivo indagar la incidencia y los valores en que se manifiesta una o más variables. En el diseño transeccional la variable resultado y las variables de exposición se miden en un mismo momento.

### **3.5 Metodología Estadística**

La metodología estadística utilizada fue descriptiva, abarcando medidas de tendencia central (media, mediana, moda) y medidas de dispersión (desviación estándar, varianza y rango). Asimismo las puntuaciones estándar fueron

transformadas en percentiles que son puntuaciones que se expresan en términos del porcentaje de sujetos de la muestra de estandarización que caen debajo de determinada puntuación cruda. Los percentiles proporcionan referencias convenientes para describir una distribución de puntuaciones para compararlas con otras distribuciones. Muestran la posición relativa de cada individuo en la muestra normativa (Anastasi y Urbina, 1998).

Para realizar la comparación entre género se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney, cuya eficacia es mayor en el caso de muestras pequeñas, en comparación con la t de student (Blalock, 1986, p.276). Los cálculos estadísticos se elaboraron por medio del programa SPSS versión 19.

## IV. RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados estadísticos descriptivos y percentiles de los hombres y mujeres solteros profesionales, entre 30 y 40 años a quienes se les aplicó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP).

### 4.1 Tablas Estadísticas Descriptivos

#### 4.1.1 Tabla No. 1 – Datos estadísticos hombres

|                   |          | Bienestar psicológico subjetivo | Bienestar material | Bienestar laboral | Relaciones de la pareja | Total escala |
|-------------------|----------|---------------------------------|--------------------|-------------------|-------------------------|--------------|
| N                 | Válidos  | 15                              | 15                 | 15                | 12                      | 15           |
|                   | Perdidos | 0                               | 0                  | 0                 | 3                       | 0            |
| Media             |          | 117.4000                        | 38.5333            | 39.3333           | 41.0833                 | 230.1333     |
| Mediana           |          | 116.0000                        | 38.0000            | 40.0000           | 43.0000                 | 237.0000     |
| Moda              |          | 132.00                          | 38.00              | 40.00             | 6.00(a)                 | 273.00       |
| Desviación típica |          | 13.10289                        | 6.02218            | 6.52103           | 15.34132                | 37.13079     |
| Mínimo            |          | 90.00                           | 29.00              | 31.00             | 6.00                    | 156.00       |
| Máximo            |          | 135.00                          | 49.00              | 49.00             | 63.00                   | 273.00       |

a Existen varias modas. Se mostrará el menor de los valores.

Esta tabla muestra los datos de estadística descriptiva para cada una de las áreas de Bienestar psicológico en el caso de los sujetos de género Masculino.

A continuación se trasladan las medias en percentiles para interpretar mejor los resultados:

#### 4.1.2 Tabla No. 2 – Percentiles resultados hombres

| Escala                          | Media    | Percentil | Rango Resultados |
|---------------------------------|----------|-----------|------------------|
| Bienestar psicológico subjetivo | 117.4000 | 75        | Promedio alto    |
| Bienestar material              | 38.5333  | 70        | Promedio alto    |
| Bienestar laboral               | 39.3333  | 75        | Promedio alto    |
| Relaciones de pareja            | 41.0833  | 2         | Bajo             |
| Total Escala                    | 230.1333 | 40        | Promedio         |

#### 4.1.3 Tabla No. 3 - Datos estadísticos mujeres

|                   |          | <b>Bienestar psicológico subjetivo</b> | <b>Bienestar material</b> | <b>Bienestar laboral</b> | <b>Relaciones de la pareja</b> | <b>Total escala</b> |
|-------------------|----------|--|---------------------------|--------------------------|--------------------------------|---------------------|
| N                 | Válidos  | 15                                     | 15                        | 15                       | 12                             | 15                  |
|                   | Perdidos | 0                                      | 0                         | 0                        | 3                              | 0                   |
| Media             |          | 118.9333                               | 41.0667                   | 43.7333                  | 38.1667                        | 235.8667            |
| Mediana           |          | 121.0000                               | 44.0000                   | 46.0000                  | 39.5000                        | 234.0000            |
| Moda              |          | 120.00                                 | 45.00                     | 44.00(a)                 | 46.00                          | 217.00(a)           |
| Desviación típica |          | 14.91148                               | 5.79984                   | 6.50787                  | 11.93035                       | 29.39112            |
| Mínimo            |          | 78.00                                  | 32.00                     | 25.00                    | 17.00                          | 181.00              |
| Máximo            |          | 138.00                                 | 48.00                     | 50.00                    | 60.00                          | 294.00              |

a Existen varias modas. Se mostrará el menor de los valores.

Esta tabla muestra los datos de estadística descriptiva para cada una de las áreas de Bienestar psicológico en el caso de los sujetos de género Femenino.

A continuación se trasladan las medias en percentiles para interpretar mejor los resultados:

#### 4.1.4 Tabla No. 4 - Percentiles resultados mujeres

| <b>Escala</b>                   | <b>Media</b> | <b>Percentil</b> | <b>Rango Resultados</b> |
|---------------------------------|--------------|------------------|-------------------------|
| Bienestar psicológico subjetivo | 118.9333     | 80               | Alto                    |
| Bienestar material              | 41.0667      | 75               | Promedio alto           |
| Bienestar laboral               | 43.7333      | 90               | Alto                    |
| Relaciones de pareja            | 38.1667      | 3                | Bajo                    |
| Total Escala                    | 235.8667     | 60               | Promedio                |

#### 4.1.5 Tabla No. 5 – Estadísticos Descriptivos Totales

|                                 | <b>N</b> | <b>Media</b> | <b>Desviación típica</b> | <b>Mínimo</b> | <b>Máximo</b> |
|---------------------------------|----------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|
| Bienestar psicológico subjetivo | 30       | 118.1667     | 13.81424                 | 78.00         | 138.00        |
| Bienestar material              | 30       | 39.8000      | 5.95037                  | 29.00         | 49.00         |
| Bienestar laboral               | 30       | 41.5333      | 6.78097                  | 25.00         | 50.00         |
| Relaciones de la pareja         | 24       | 39.6250      | 13.52232                 | 6.00          | 63.00         |
| Total escala                    | 30       | 233.0000     | 33.03186                 | 156.00        | 294.00        |
| Género                          | 30       | .5000        | .50855                   | .00           | 1.00          |

Esta tabla muestra los datos de estadística descriptiva en cada una de las áreas de bienestar psicológico para el total de la muestra.

De la misma forma que en las escalas anteriores, se traslada a continuación las medias a percentiles, en los cuales se indica el rango al que pertenece cada resultado:

#### 4.1.6 Tabla No. 6 – Percentiles Totales

| <b>Escala</b>                   | <b>Media</b> | <b>Percentil</b> | <b>Rango Resultados</b> |
|---------------------------------|--------------|------------------|-------------------------|
| Bienestar psicológico subjetivo | 118.1667     | 75               | Promedio alto           |
| Bienestar material              | 39.8000      | 75               | Promedio alto           |
| Bienestar laboral               | 41.5333      | 90               | Alto                    |
| Relaciones de pareja            | 39.6250      | 2                | Bajo                    |
| Total Escala                    | 233.0000     | 50               | Promedio                |

#### 4.1.7 Tabla No. 7 - Pruebas no paramétricas (Prueba de Mann-Whitney)

Rangos

|                                 | Género    | N  | Rango promedio | Suma de rangos |
|---------------------------------|-----------|----|----------------|----------------|
| Bienestar psicológico subjetivo | Femenino  | 15 | 16.43          | 246.50         |
|                                 | Masculino | 15 | 14.57          | 218.50         |
|                                 | Total     | 30 |                |                |
| Bienestar material              | Femenino  | 15 | 17.30          | 259.50         |
|                                 | Masculino | 15 | 13.70          | 205.50         |
|                                 | Total     | 30 |                |                |
| Bienestar laboral               | Femenino  | 15 | 18.53          | 278.00         |
|                                 | Masculino | 15 | 12.47          | 187.00         |
|                                 | Total     | 30 |                |                |
| Relaciones de la pareja         | Femenino  | 12 | 11.33          | 136.00         |
|                                 | Masculino | 12 | 13.67          | 164.00         |
|                                 | Total     | 24 |                |                |
| Total escala                    | Femenino  | 15 | 15.67          | 235.00         |
|                                 | Masculino | 15 | 15.33          | 230.00         |
|                                 | Total     | 30 |                |                |

Se aplicó una prueba no paramétrica, debido al número pequeño de la muestra, ya que no se pueden asumir los criterios de una distribución normal. Por ello se utilizan rangos promedios, en lugar de diferencia de medias. El rango se refiere a la diferencia entre el puntaje máximo y el puntaje mínimo, por lo tanto los rangos se promedian en cada grupo para luego poder compararlos. Y esta comparación se realizó para cada una de las áreas de bienestar psicológico.

#### 4.1.8 Tabla No. 8 - Estadísticos de contraste (b)

|                                   | Bienestar psicológico subjetivo | Bienestar material | Bienestar laboral | Relaciones de la pareja | Total escala |
|-----------------------------------|---------------------------------|--------------------|-------------------|-------------------------|--------------|
| U de Mann-Whitney                 | 98.500                          | 85.500             | 67.000            | 58.000                  | 110.000      |
| W de Wilcoxon                     | 218.500                         | 205.500            | 187.000           | 136.000                 | 230.000      |
| Z                                 | -.581                           | -1.125             | -1.892            | -.809                   | -.104        |
| Sig. asintót. (bilateral)         | .561                            | .260               | .059              | .418                    | .917         |
| Sig. exacta [2*(Sig. unilateral)] | .567(a)                         | .267(a)            | .061(a)           | .443(a)                 | .935(a)      |

a No corregidos para los empates.

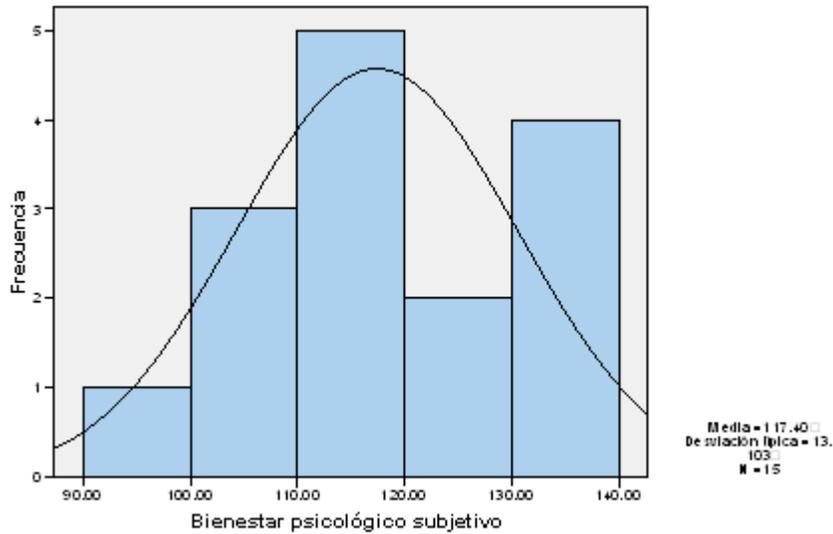
b Variable de agrupación: Género

Esta tabla presenta los valores obtenidos de la prueba *U de Mann-Whitney*, así como los valores de la significancia estadística, en donde ninguno de estos alcanza a ser igual o menor que 0.05 para poder comprobar que existió diferencia entre hombres y mujeres en cuanto a las variables de bienestar psicológico. Solamente en el área de bienestar laboral es donde la diferencia llega a ser estadísticamente significativa.

## 4.2 GRAFICAS DE RESULTADOS

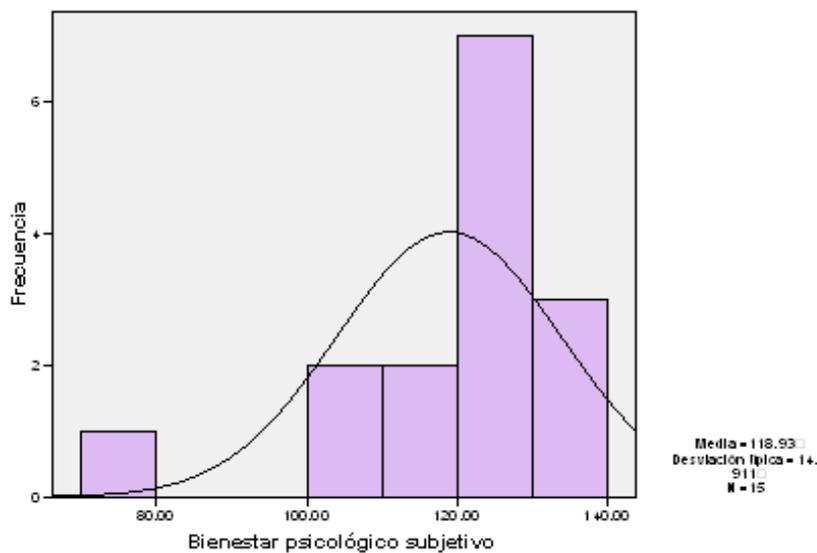
A continuación se presentan las gráficas correspondientes a los resultados de los hombres y mujeres.

**Gráfica No. 1 - Bienestar psicológico subjetivo / Hombres**



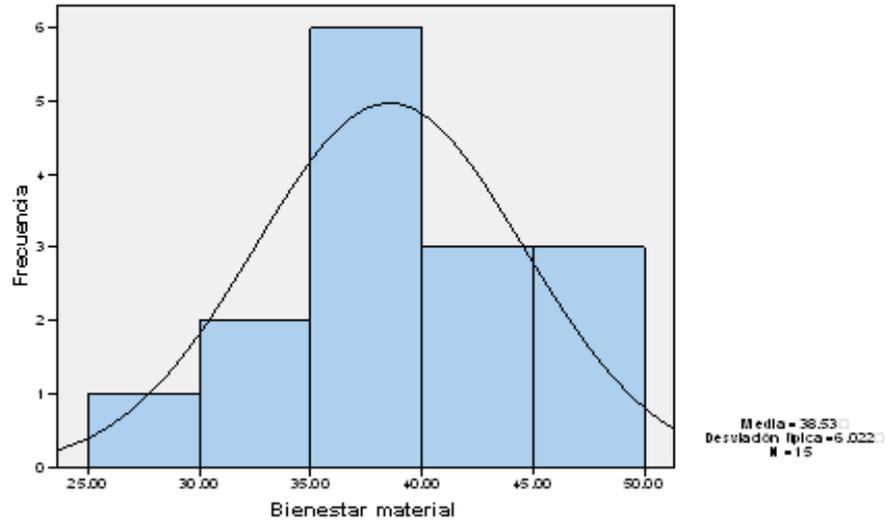
En esta gráfica se muestra que la media del bienestar psicológico subjetivo en los hombres es de 117.40, lo cual en percentil es igual a 75, resultado que se considera PROMEDIO ALTO.

**Gráfica No. 2 - Bienestar psicológico subjetivo / Mujeres**



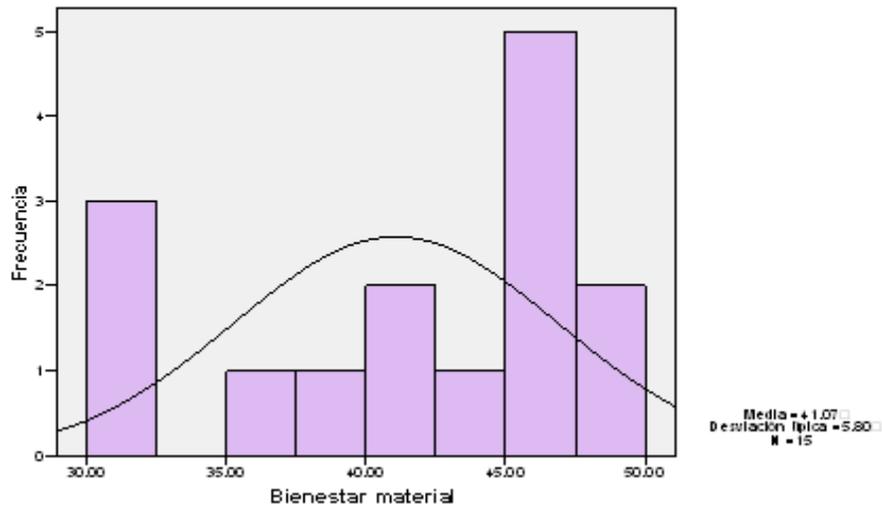
En esta gráfica se muestra que la media del bienestar psicológico subjetivo en las mujeres es de 118.93, lo cual en percentil es igual a 80, resultado que se considera ALTO.

### Gráfica No. 3 - Bienestar material / Hombres



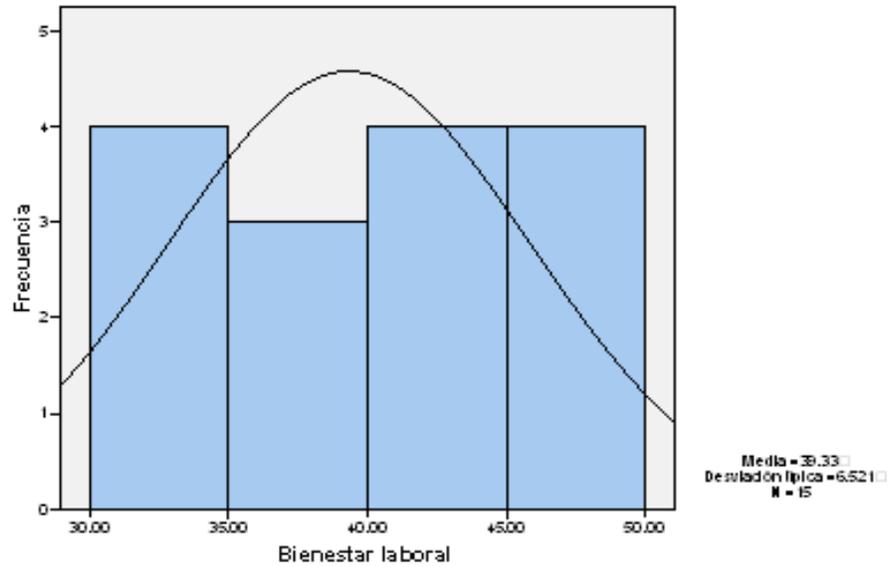
En esta gráfica se muestra que la media del bienestar material en los hombres es de 38.53, lo cual en percentil es igual a 70, resultado que se considera PROMEDIO ALTO.

### Gráfica No. 4 – Bienestar material / Mujeres



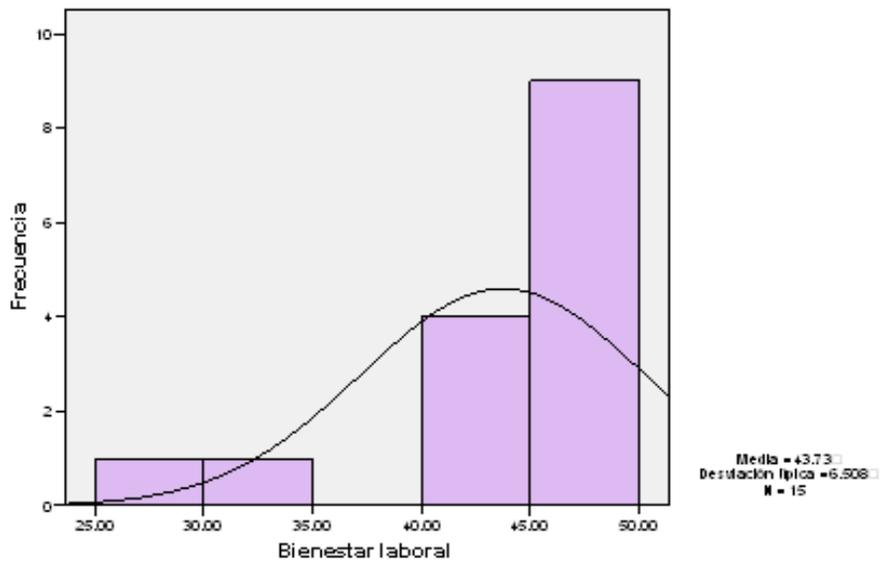
En esta gráfica se muestra que la media del bienestar material en las mujeres es de 41.07, lo cual en percentil es igual a 75, resultado que se considera PROMEDIO ALTO.

**Gráfica No. 5 - Bienestar Laboral / Hombres**



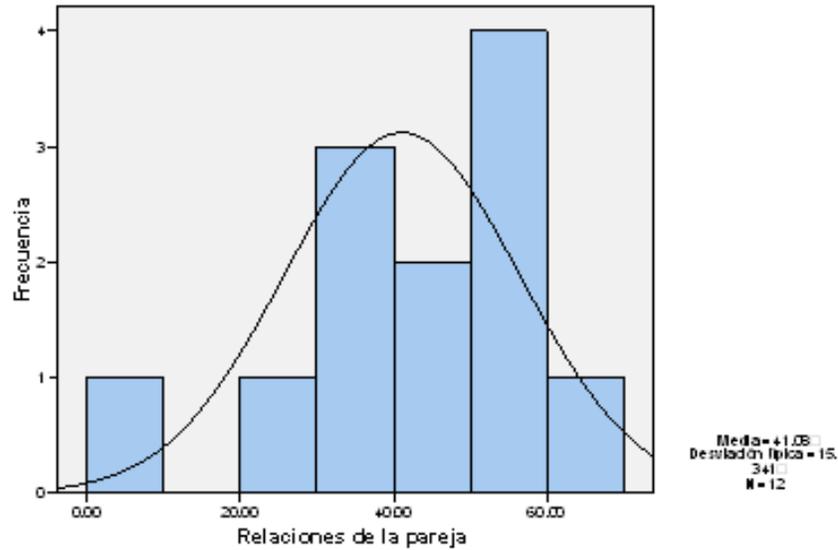
En esta gráfica se muestra que la media del bienestar laboral en los hombres es de 39.33, lo cual en percentil es igual a 75, resultado que se considera PROMEDIO ALTO.

**Gráfica No. 6 - Bienestar Laboral / Mujeres**



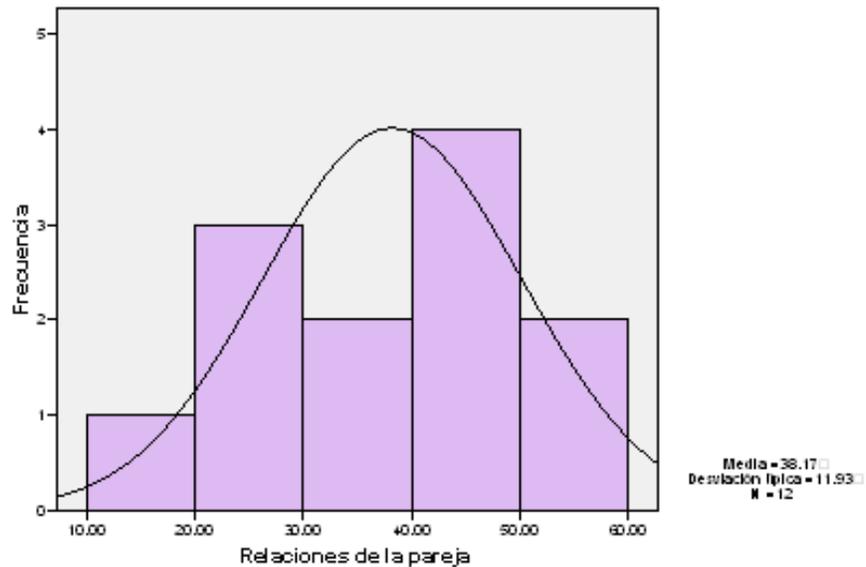
En esta gráfica se muestra que la media del bienestar laboral en las mujeres es de 43.73, lo cual en percentil es igual a 90, resultado que se considera ALTO.

**Gráfica No. 7 - Bienestar Relaciones de Pareja / Hombres**



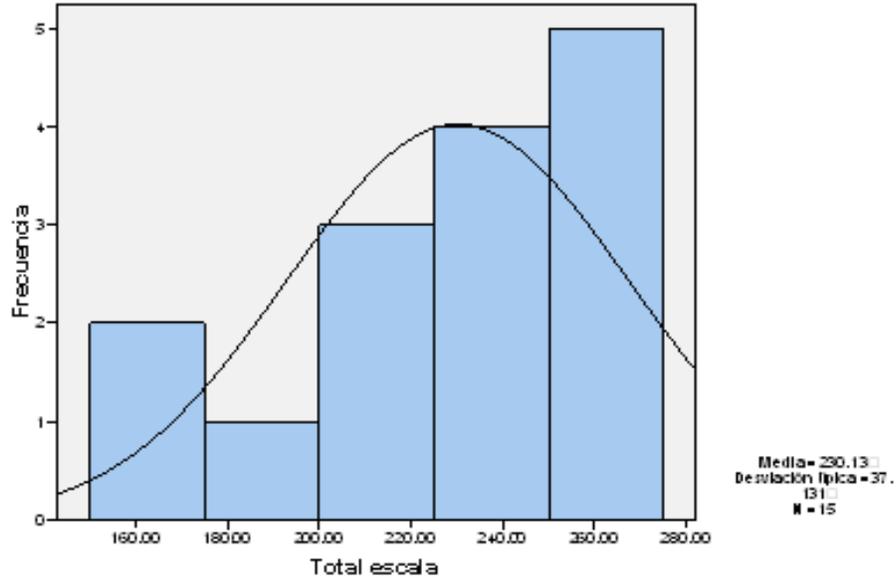
En esta gráfica se muestra que la media del Bienestar en relaciones de pareja en los hombres es de 41.08, lo cual en percentil es igual a 2, resultado que se considera BAJO.

**Gráfica No. 8 - Bienestar Relaciones de Pareja Mujeres**



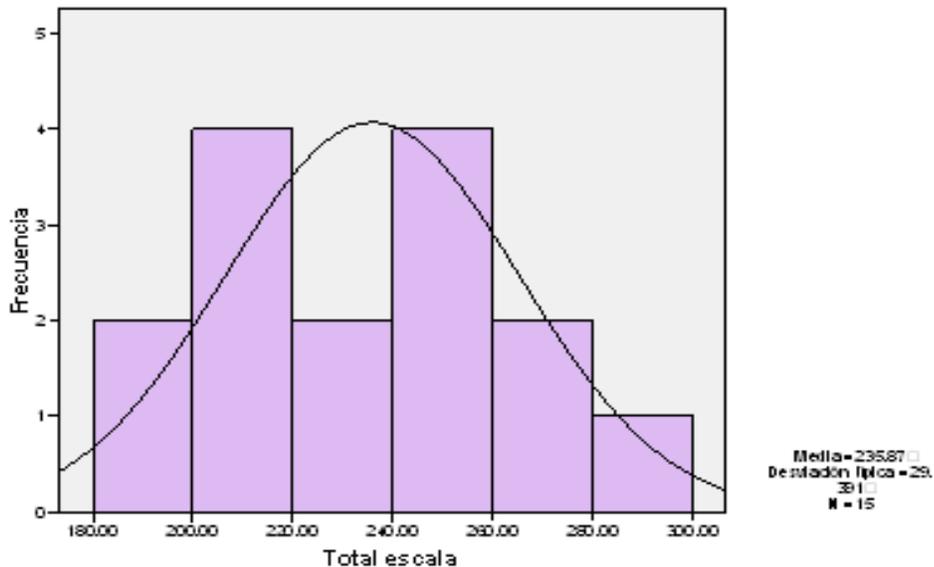
En esta gráfica se muestra que la media del Bienestar en relaciones de pareja en las mujeres es de 38.17, lo cual en percentil es igual a 3, resultado que se considera BAJO.

**Gráfica No. 9 - Total Escala / Hombres**



En esta gráfica se muestra que la media del bienestar psicológico en los hombres es de 230.13, lo cual en percentil es igual a 40, resultado que se considera dentro del PROMEDIO.

**Gráfica No. 10 – Total Escala / Mujeres**



En esta gráfica se muestra que la media del bienestar psicológico en las mujeres es de 235.87, lo cual en percentil es igual a 60, resultado que se considera dentro del PROMEDIO.

## V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

A continuación se presenta la discusión de resultados de esta investigación, la cual tuvo como objetivo establecer el nivel de bienestar psicológico en mujeres y hombres profesionales solteros entre 30 y 40 años.

Para efectos de esta investigación, el análisis del Bienestar Psicológico se fundamentó en las áreas propuestas por Sánchez-Cánovas (1998). Este autor describe que el bienestar psicológico se encuentra compuesto por: Bienestar psicológico subjetivo, relaciones de pareja, bienestar material y bienestar laboral. Estas áreas fueron consideradas en la presente investigación como los indicadores de bienestar psicológico.

La primera subescala por analizar es la de bienestar psicológico subjetivo. Esta es definida, según Rice (1997), como un sentimiento o estado positivo percibido por la persona, que incluye la evaluación cognoscitiva y afectiva de su vida en conjunto. Veenhoven (1998), define el bienestar subjetivo como el grado en que una persona juzga de un modo general o global su vida en términos positivos.

En base a los resultados cuantitativos de esta investigación se observa que la media de los hombres se encuentran ubicados en un rango promedio alto en la subescala de bienestar psicológico subjetivo. Dentro de esta misma escala, se observa que la media de las mujeres está ubicada en un rango alto. Esto indica en ambos casos, hombres y mujeres, que se encuentran felices y satisfechos con su calidad de vida actual (Veenhoven, 1998).

Estos resultados en la escala de bienestar subjetivo en sujetos solteros es contrario a los resultados encontrados en la investigación de Espino (2003), quien realizó un estudio de diferencias en la percepción del bienestar subjetivo, utilizando como muestra parejas, las cuales mostraron que buscar la semejanza

entre las parejas aumenta el bienestar subjetivo en ambas personas. Lo cual en esta investigación se demuestra puede variar, debido a que personas que carezcan de pareja igualmente pueden presentar alto nivel de bienestar subjetivo.

La segunda subescala que se analizará es la de relaciones de pareja. Sánchez-Cánovas (1998) afirma que la mayor parte de estudios consideran que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja es uno de los componentes importantes del bienestar general. Argyle (1992) por su parte, considera que todas las relaciones sociales son importantes para la felicidad, en particular el matrimonio.

En este caso, en base a los resultados cuantitativos obtenidos se observa que la media de hombres y mujeres se encuentra en un rango bajo, debido a que ninguno de los evaluados tiene una relación de convivencia o ha contraído matrimonio. Este resultado en base a Rosenbuth y Steil, citados por Papalia y Wendkos (2001) puede denotar falta de sentido de pertenencia y baja capacidad de establecer relaciones fuertes, estables, cercanas y cariñosas lo cual es un motivador importante en el comportamiento humano.

Estos resultados coinciden con los obtenidos en la investigación realizada por Villagrán (2009), quien realizó un estudio de análisis del bienestar psicológico de las cuidadoras de Anini, institución no estatal que alberga niños y adolescentes huérfanos con discapacidad. La muestra estuvo conformada por 27 cuidadoras en edad joven adulta, de diversos estados civiles. La media de las cuidadoras presentaron bienestar en el rango promedio, pero en las relaciones de pareja aún las casadas presentaron bajo nivel de bienestar en relaciones de pareja, indicando esto que a pesar de convivir con una pareja sentimental, no presentan satisfactorio ajuste conyugal.

Otra subescala que se evaluó fue la del bienestar material. El bienestar material se refiere a la percepción del sujeto en cuanto a tener lo necesario para vivir con

cierto desahogo y bienestar, así como la evaluación que hace la persona acerca de la comodidad que le proporciona las condiciones en que vive (Sánchez-Cánovas, 1998). El bienestar material es un área de significativo interés en el bienestar humano, se refiere tanto a las condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre oportunidades para la realización personal, como a la percepción subjetiva de cada persona, (Victoria y López, 2003).

En base a los resultados obtenidos, en esta escala, la media de hombres y mujeres se encuentra en un rango de promedio alto. Lo que denota que los evaluados sienten que su vida está en cierta forma asegurada y sin grandes riesgos en el aspecto material y económico. El bienestar material en un rango promedio alto también implica la percepción de una vida tranquila en el presente y en el futuro económico.

La cuarta subescala analizada es la de bienestar laboral, La satisfacción laboral es un componente importante de la satisfacción general y ésta lo es de la salud en su sentido global completo. El bienestar laboral implica la evaluación que hace el sujeto respecto a que su trabajo es creativo, variado y estimulante, le exige aprender cosas nuevas y es interesante, Sánchez-Cánovas (1998). La satisfacción en el trabajo depende del interés mismo del trabajo y de las relaciones con los demás trabajadores (Argyle, 1992).

En esta subescala la media de hombres se encuentra en un rango promedio alto y la media de las mujeres dentro de un rango alto, lo cual según Sánchez-Cánovas (1998), denota en ambos casos, en las mujeres un poco más, que los sujetos evaluados disfrutaban de su trabajo y éste les proporciona independencia, además encuentran apoyo y afecto. Incluso el trabajo puede ser lo más importante para la persona y dar sentido a su vida.

Este resultado concuerda con la investigación realizada por Morales (2003), quien realizó una investigación sobre la forma en que el machismo se manifiesta como forma de comunicación en las relaciones interpersonales de 10 mujeres ciudadanas profesionales, guatemaltecas y describir qué obstáculos han debido afrontar en el camino hacia un puesto importante y bien remunerado. Este estudio concluyó que el machismo es el principal obstáculo que la mujer guatemalteca tiene hoy en día para sobresalir y que aún así han ascendido a puestos de mucha importancia y bien remunerados dentro de empresas.

Por último estas cuatro escalas analizadas se integran a la Escala Total de Bienestar Psicológico, en la cual la media de hombres y mujeres se encuentran en un rango promedio, lo que indica que tienen una percepción adecuada de su bienestar psicológico manifestado también en las áreas de bienestar subjetivo, bienestar material y laboral. Denotan un sentir positivo y de satisfacción sobre sí mismos, (Victoria y López, 2003).

Este resultado en la escala de bienestar total coincide con los resultados obtenidos en el estudio realizado por Méndez (2009), quién investigó sobre el bienestar psicológico de madres en edad joven adulta, cuyos hijos se encuentran en tratamiento contra el cáncer en UNOP. Después de analizar los resultados, se concluyó que la muestra presenta un resultado promedio en el total de Bienestar Psicológico.

Para realizar la comparación por género los resultados obtenidos de la muestra, se utilizó la prueba *U de Mann-Whitney*, así como los valores de la significancia estadística, en donde ninguno de estos alcanza a ser igual o menor que 0.05 para poder comprobar que existió diferencia entre hombres y mujeres en cuanto a las variables de bienestar psicológico. Solamente en el área de bienestar laboral es donde la diferencia casi llega a ser estadísticamente significativa.

Este resultado es contrario al obtenido en el estudio realizado por Cerda et al, (2004) el cual tuvo como objetivo determinar diferencias existentes en los factores que influyen para elegir pareja, dependiente del género. Los datos fueron analizados mediante la prueba de U de Mann-Whitney, encontrando diferencias en los factores que determinan la elección de pareja entre hombres y mujeres.

Finalmente, se puede decir que los hombres y mujeres que participaron en esta investigación se encuentran dentro del rango de bienestar psicológico promedio. Se sienten satisfechos con su situación material y laboral, no así en sus relaciones de pareja, en donde se muestran en un nivel bajo, lo cual no significa una disminución representativa para su bienestar subjetivo o bienestar psicológico en general.

## VI. CONCLUSIONES

Con base a los resultados obtenidos en la presente investigación se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- En base a la escala de bienestar psicológico total, se puede concluir que todos los sujetos de la muestra tienen un nivel adecuado de satisfacción personal durante la etapa que están atravesando y su situación en general actual.
- En relación al bienestar subjetivo, hombres y mujeres tienen sentido de felicidad en sus vidas, así como efectividad y afectos positivos hacia sí mismos y hacia los demás.
- En cuanto al bienestar material, hombres y mujeres evaluados en el presente estudio se sienten satisfechos con los ingresos que obtienen, así como con su condición de vida. Consideran que tienen lo necesario para vivir y tienen una auto aceptación adecuada con el nivel económico que poseen en esta etapa de la vida.
- Con relación al bienestar laboral, se concluyó que los hombres y mujeres se sienten satisfechos con su situación laboral actual. Estadísticamente fue solamente en esta escala que las mujeres dieron resultados un poco más altos a los hombres, estando siempre en el mismo nivel, que muestra una total y adecuada satisfacción con su situación laboral. Se sienten motivados en su trabajo y lo consideran una parte importante de su vida y bienestar en general.
- En el área de relaciones de pareja, ambos hombres y mujeres presentan un nivel bajo de bienestar, ya que ninguno de los sujetos tiene una relación de convivencia, que les permita establecer el nivel de intimidad y pertenencia

necesario para generar el bienestar adecuado en esta área social y sentimental de los seres humanos.

- Luego de realizar la comparación entre género se encontró una diferencia que no llegó a ser estadísticamente significativa en la escala laboral, la que indica en las mujeres aún más satisfacción en el trabajo que desempeñan, que los hombres.

## VII. RECOMENDACIONES

- Se recomienda llevar a cabo estudios comparativos con los que se respalden los resultados obtenidos en la presente investigación.
- Se recomienda evaluar otros aspectos que abarquen otro tipo de características psicológicas de la muestra tales como personalidad, autoestima, inteligencia emocional, etc.
- Se recomienda considerar sujetos de diferentes grupos generacionales, obteniendo así diferencia según las distintas etapas de vida.
- Se recomienda hacer estudios posteriores con la misma muestra para contrastar si surgen cambios en el futuro.
- Se recomienda aplicar en estudios similares una metodología cualitativa, en la cual se profundice sobre estilos de vida, conflictos y capacidad de afrontamiento.

## VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez, I., Paz, M., & Sánchez, A. (2003). *Análisis de la relación entre inteligencia emocional, estabilidad emocional y bienestar psicológico*. Tesis Inédita, Universidad de Bogotá, Colombia.
- Anastasi, A. y Urbina, S. (1998). *Tests psicológicos* (7ma ed.). México, Distrito Federal : Prentice Hall.
- Argyle, M. (1992). *La psicología de la felicidad*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Asociación Socioeconómica, (2000). *La Educación Superior en Guatemala*. San Salvador, El Salvador: Universidad Francisco Gavidia.
- Barberá, E. (1998). *Psicología del Género*. Barcelona, España: Editoria Ariel.
- Barberá, E., & Benlloch, I. (2004). *Psicología y género*. Madrid, España: Pearson Prentice Hall.
- Barra, E. (2010). *Bienestar psicológico y orientación de rol sexual en estudiantes universitarios*. Tesis Inédita, Universidad de Concepción, Chile.
- Batres G. (2001). *La salud de las mujeres y el género*. Revista Medicina Legal de Costa Rica, v.18 n.2. Heredia, Costa Rica.
- Blalock, H. (1986). *Estadística social* (2ª ed.) México, Distrito Federal: Fondo de Cultura Económica.
- Carrillo, L. (2004). *Relación entre estilos de comunicación, manejo de conflicto y satisfacción en la relación de pareja*. Tesis Departamento de Psicología, Escuela de Ciencias Sociales, Universidad de las Américas, Puebla, México.
- Casullo, M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. *Evaluación del bienestar psicológico*, 11-29. Buenos Aires: Paidós

- Cerda, M., García, M., Galeana, P., Hernández, M., Limón, P., Reséndiz, D., y otros. (2004). *Factores que influyen en la elección de pareja en hombres y mujeres universitarios*. Tesis Inédita, Universidad del Valle, México.
- Cornachonie, M. (2006). *Psicología del Desarrollo*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Brujas.
- Espino, S. (2003). *Tipos de elección de pareja y bienestar subjetivo*. Tesis Inédita, Universidad de las Américas. Puebla, México.
- Fernández, J. (1996). *Varones y Mujeres, Desarrollo de la doble realidad del sexo y del género*. Madrid, España: Pirámide.
- Flores F. (2011). *Relación entre bienestar psicológico, desesperanza aprendida y rendimiento académico en adultos de un instituto privado de nivel básico y diversificado*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M., & Bernabéu, J. (2002). *Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes*. Tesis Inédita, Universidad de Valencia, España.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación* (4ª. Ed.). México D.F., México: McGraw-Hill.
- Lafarga, F. (2000). *¿Si no tengo pareja he fracasado?* (En red) Recuperado el 27 de marzo de 2011, de <http://www.gabinetedepsicologia.com/ARTICULOS/sin-pareja.html>
- Lara, E., Martínez, C., Pandolfa, P., & Penroz, K. (2001). *El adulto joven*. (En red) Recuperado el 27 de marzo de 2011, de <http://www.apsique.com/wiki/DesaJoven>
- Martinez-Benlloch, I. & Bonilla, A (2000) *Sistema sexo/género, identidades y construcción de la subjetividad*. Valencia: Editorial de la Universitat de Valencia

- Martínez, P., & Morote, R. (2002). *El bienestar psicológico en adolescentes escolares de Lima Metropolitana*. Tesis Inédita, Universidad de Buenos Aires, Argentina.
- Méndez, G. (2009). *Bienestar Psicológico de madres cuyos hijos se encuentran en tratamiento contra el cáncer en UNOP*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Morales, E. (2003). *El machismo como forma de comunicación: El caso de 10 mujeres ciudadinas profesionales*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. UNESCO (1998). *La educación superior en el siglo XXI: Visión y acción*. (En Red) Recuperado el 27 de marzo de 2011, de [http://www.unesco.org/education/educprog/wche/declaration\\_spa.htm](http://www.unesco.org/education/educprog/wche/declaration_spa.htm)
- Organización Mundial para la Salud, (OMS), (1997). *Salud mental: Un estado de bienestar*. (En Red) Recuperado el 26 de marzo del 2011 de [http://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/es/index.html](http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/index.html)
- Papalia, D., & Wendkos, S. (2001). *Desarrollo Humano*. Bogotá, Colombia: McGraw-Hill.
- Quintero, A. (2001). *Diccionario Especializado en Familia y Género*. Bogotá, Colombia: Lumen.
- Rice, F. (1997). *Desarrollo Humano: estudio del ciclo vital*. México, Distrito Federal, México: Prentice Hall Hispanoamericana.
- Rodríguez, M. (2008). *Narrativas, elección de pareja y su influencia en el estilo de vida*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Sánchez-Cánovas, J. (1998). *Escala de Bienestar Psicológico*. Madrid, España: TEA Ediciones, S.A.

- Toledo, D. (2011). *Bienestar psicológico en mujeres climatéricas*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Vanjo, S. (2008). *Relación entre los mitos sexuales y las relaciones sexuales insatisfactorias en cuatro mujeres y cuatro hombres entre 25 y 35 años estudiantes de último año de la carrera de Psicología Clínica en la Universidad Rafael Landívar*. Tesis inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Veenhoven, R. (1998). *La utilidad de la felicidad*. Tesis inédita. Universidad de Rotterdam, Países Bajos.
- Victoria, C. (2005). *El Bienestar Psicológico: dimensión subjetiva de la calidad de vida*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 8, 6-8.
- Victoria, C., & López, V. (2003). *Consideraciones teóricas sobre el bienestar y la salud*. (En Red) Recuperado el 27 de marzo del 2011 de [http://www.ucmh.sld.cu/rhab/articulo\\_rev7/carmen.html](http://www.ucmh.sld.cu/rhab/articulo_rev7/carmen.html)
- Villagrán, L. (2009). *Bienestar Psicológico*. Revista Electrónica Psicología y Vida , 2-5. Volumen 14 (En red) Recuperado el 27 de marzo de 2011 de [http://www.revistapsicologiayvida.com/01\\_14.html](http://www.revistapsicologiayvida.com/01_14.html)
- Villagrán, M. (2009). *Bienestar Psicológico de las cuidadoras de los niños y adolescentes huérfanos y discapacitados de la Institución Anini*. Tesis inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.