



Psykhe

ISSN: 0717-0297

psykhe@uc.cl

Pontificia Universidad Católica de Chile
Chile

Muratori, Marcela; Zubieta, Elena; Bobowik, Magdalena; Ubillos, Silvia; González, José Luis

Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España

Psykhe, vol. 24, núm. 2, 2015, pp. 1-18

Pontificia Universidad Católica de Chile

Santiago, Chile

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=96742675003>

- ▶ Cómo citar el artículo
- ▶ Número completo
- ▶ Más información del artículo
- ▶ Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España

Happiness and Psychological Well-Being: A Comparative Study Between Argentina and Spain

Marcela Muratori y Elena Zubieta
Universidad de Buenos Aires

Silvia Ubillos y José Luis González
Universidad de Burgos

Magdalena Bobowik
Universidad del País Vasco

Se comparan los niveles de felicidad y bienestar psicológico de españoles y argentinos residentes en sus países, se evalúa la incidencia de variables sociodemográficas y se analizan los efectos de mediación de la felicidad en las diferencias del bienestar psicológico en función del país. La muestra fue no probabilística por conveniencia (193 argentinos y 162 españoles). Se utilizaron las escalas de Felicidad Subjetiva y de Bienestar Psicológico. Existen niveles satisfactorios de felicidad y bienestar psicológico. Análisis de varianza muestran a los españoles más felices y a los argentinos con mayor bienestar psicológico. Los análisis de varianza y *t* de Student revelaron diferencias según sexo, edad, estado civil y ocupación. Las mujeres argentinas exhiben mayor dominio del entorno que los hombres; las españolas se diferencian en las relaciones positivas. En Argentina los separados presentan más autonomía y crecimiento personal que quienes viven en pareja; los españoles que viven en pareja exhiben más control y percepción de crecimiento personal que los solteros. Análisis mediacionales mostraron a la felicidad como un mediador entre país y bienestar psicológico, excepto en el dominio del entorno.

Palabras clave: felicidad, bienestar psicológico, análisis mediacional, Argentina, España

The present study compares the levels of happiness and psychological well-being of Spanish and Argentine nationals residing in their countries, evaluates the incidence of sociodemographic variables, and analyzes the mediating effects of happiness on psychological well-being differences between countries. A non-probability convenience sample was used (193 Argentines and 162 Spaniards). The Subjective Happiness and Psychological Well-Being scales were applied and revealed satisfactory levels of happiness and psychological well-being. The variance's analyses conducted indicate that the Spanish participants are happier and that the Argentines enjoy greater psychological well-being. Variance and Student's *t* analyses reveal differences by sex, age, marital status, and occupation. Argentine women display more environmental mastery than men, while Spanish women have more positive relationships. In Argentina, participants who had separated from their spouses display more autonomy and personal growth than those who cohabit, whereas Spanish cohabitants show a higher perception of environmental mastery and personal growth than singles. Mediation analyses identified happiness as a mediator between the participant's country and their psychological well-being, except in environmental mastery.

Keywords: happiness, psychological well-being, mediation analysis, Argentina, Spain

Ser y estar feliz, desarrollarse como persona o estar a gusto con sí mismo/a son cuestiones básicas que han preocupado a las personas desde hace milenios (Haybron, 2008). Desde hace décadas se analiza no solo su significado, sino también los antecedentes y consecuencias de este estado. Sin embargo, su análisis no solo se realiza como una cuestión de interés personal, sino que se ha intentado crear índices nacionales de bienestar con el fin de permitir a las autoridades articular políticas sociales y públicas (Diener & Seligman, 2004). Es decir, se considera que es un fenómeno de interés tanto para la persona como para las naciones y colectivos sociales.

Marcela Muratori y Elena Zubieta, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires/CONICET, Buenos Aires, Argentina; Silvia Ubillos, Facultad de Ciencias de la Salud, y José Luis González, Facultad de Educación, Universidad de Burgos, España; Magdalena Bobowik, Facultad de Psicología, Universidad del País Vasco, San Sebastián, España.

La correspondencia relativa a este artículo debe ser dirigida a Marcela Muratori, Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Gral. Juan Lavalle 2353, Buenos Aires, Argentina. E-mail: marcelamuratori@hotmail.com

Inicialmente, dentro de los estudios sobre el bienestar en psicología, Ryan y Deci (2001) han distinguido dos grandes tradiciones: una relacionada con la felicidad (tradición hedónica) y otra vinculada al desarrollo potencial de la persona (tradición eudemónica). Posteriormente, Keyes, Shmotkin y Ryff (2002) han retomado y ampliado esta clasificación refiriéndose a ellas en términos de bienestar subjetivo (*subjective well-being*) y bienestar psicológico (*psychological well-being*). Ambos constructos, aunque están relacionados, constituyen distintas facetas del funcionamiento psicológico positivo y, por ende, del bienestar del sujeto.

Actualmente, la riqueza semántica, los diferentes significados culturales que comporta el término *felicidad* según las sociedades y las distintas acepciones que tiene esta palabra ha llevado a una gran confusión en su uso (Oishi, 2012). Por ello, es importante detenerse en explicar el encaje que tiene hoy en día la felicidad en las tradiciones hedónica y eudemónica. Tratando de clarificar este concepto, Veenhoven (2001, Enero) la describe como: “el grado en el que una persona evalúa positivamente la calidad de su vida actual en su conjunto. En otras palabras, cuánto le gusta a una persona la vida que lleva” (p. 70). A partir de esta definición, Veenhoven (2009) elabora una distinción de los usos del término, en base al tipo de valoración que se realiza de una parte de la vida o de toda la vida, de forma estable o pasajera. Así se diferencian felicidad hedónica, satisfacción con un ámbito, experiencia cumbre o felicidad global.

Desde el punto de vista de las corrientes hedónica y eudemónica, la diferencia fundamental a la hora de definir la felicidad se encuentra en el foco de valoración en el que se centra el individuo (Fernández, Muratori & Zubietá, 2013). Como se ha comentado al tratar el bienestar psicológico, los eudemonistas entienden la felicidad como un estado de plenitud y armonía psicológica que supone el desarrollo de las virtudes y, en particular, de la razón (Rodríguez-Carvajal, Díaz Méndez, Moreno-Jiménez, Blanco Abarca & van Dierendonck, 2010). Así, el concepto de felicidad, como evaluación total de la vida, abarcaría todos los criterios que figuran en la mente del individuo; por ejemplo, cuánto se siente de realizado o en qué medida siente que se cumplen los objetivos que se ha propuesto. La felicidad se alcanzaría en mayor grado cuando la valoración personal apunta al logro del potencial individual mediante una serie de atributos psicológicos (Merino, Privado & Gracia, 2015) asociados al buen desarrollo y al ajuste de la persona al medio (Ryan & Huta, 2009). A la hora de evaluarla, se ha centrado fundamentalmente su atención en el desarrollo de las capacidades y en el crecimiento personal, concibiendo ambos como los principales indicadores del funcionamiento positivo (Aspinwall & Staudinger, 2003).

En inglés el término felicidad hace referencia a conceptos como alegría, satisfacción o estar bien, por lo que desde la tradición hedónica se acuñó el término de bienestar subjetivo como expresión científica para describir la evaluación que hace el individuo de su vida (Oishi, 2012). Dicha evaluación está compuesta de aspectos cognitivos (satisfacción con la vida y satisfacción con los dominios de la vida) y aspectos afectivos o emocionales, representados por la balanza de afectos o percepción personal de la felicidad/tristeza (Oishi, Diener & Lucas, 2007). De acuerdo a la división hecha por Veenhoven (2009), la satisfacción con la vida como valoración global podría usarse como sinónimo de felicidad global, aunque a veces solo alude al componente cognitivo, en cuyo caso sería sinónimo de satisfacción. Según su descripción, la balanza de afectos, en tanto, aludiría más a la felicidad hedónica. Sin embargo, la balanza positiva de afectos es precisamente la que se usa desde esta corriente como sinónimo de felicidad (Carballeira Abella, González & Marrero, 2015).

En un intento por lograr una conceptualización amplia que sea teóricamente sólida y útil en la práctica, David, Boniwell y Conley Ayers (2013) proponen utilizar el término felicidad en su sentido más amplio, como un concepto que incluya nociones como el bienestar subjetivo, bienestar psicológico, hedonismo y eudemonía, pero también salud o crecimiento personal. Esta tendencia a utilizar el término felicidad para aludir a la visión más global de la valoración de la vida e inclusiva de las distintas perspectivas del estudio del bienestar es en la actualidad la más empleada (Oishi, 2012; Oishi et al., 2007). De hecho, y según los análisis llevados a cabo por Argyle (2002) y Veenhoven (2009), es frecuente que en la actualidad la medición de la felicidad se aborde mediante distintas herramientas: con preguntas únicas, cuando se necesitan agregados globales (como las usadas en las encuestas mundiales de felicidad, e.g., *En general, teniendo todo en cuenta ¿diría Ud. qué es...?*, o en la encuesta social europea, e.g., *En términos generales, ¿en qué medida se considera usted una persona feliz o infeliz?*) o mediante escalas globales de medición subjetiva de la felicidad individual [e.g., Escala de Felicidad Subjetiva de Lyubomirsky & Lepper (1999), Inventario de Felicidad de Oxford].

Por otro lado, los estudios del bienestar psicológico centran el interés en el desarrollo personal de los individuos, en el estilo y manera de afrontar los retos vitales y en el esfuerzo y afán por conseguir metas (Ryff, 1989). Según Ryan y Deci (2001), enfatizan el proceso y la consecución de aquellos valores que hacen a los individuos sentirse vivos y auténticos, que los hace crecer como personas e individuos y no tanto a

las actividades que brindan placer o apartan del dolor. Ryff (1989) fue la primera que propuso un modelo multidimensional a fin de operacionalizar el bienestar psicológico, que consiste en seis dimensiones:

1. *Auto-aceptación*. Implica poseer una actitud positiva hacia uno mismo y hacia la propia vida pasada y conocer y aceptar los distintos aspectos de la persona, sean estos buenos o malos.
2. *Relaciones positivas con los otros*. Se refiere a la posibilidad de generar un vínculo confiable, cálido y satisfactorio con otras personas. Implica poder sentir empatía, afecto e intimidad, a fin de identificarse, comprender y mantener relaciones profundas con otro.
3. *Autonomía*. Tiene que ver con la necesidad de auto-determinación, independencia y autorregulación del comportamiento. Es la capacidad de poseer un funcionamiento autónomo para resistirse a la presión social y evaluarse según sus propios parámetros.
4. *Dominio del entorno*. Remite a la habilidad de la persona para elegir o crear ambientes favorables en los cuales poder satisfacer las necesidades y valores propios. Permite la sensación de control sobre los acontecimientos y de influencia sobre el contexto, a través de actividades físicas y mentales. De esta forma, la persona puede aprovechar las oportunidades que surgen en el medio ambiente.
5. *Propósito en la vida*. Se relaciona con que el sujeto posea metas y un sentido de direccionalidad e intencionalidad; que sea capaz de otorgar sentido tanto a sus experiencias presentes como pasadas y comprenda el propósito de su vida.
6. *Crecimiento personal*. Indica el interés por desarrollar el propio potencial, crecer como persona y usar al máximo las diferentes capacidades. Implica enfrentar nuevos desafíos y tareas características a cada etapa evolutiva. Es ser capaz de conocerse a sí mismo/a y poder observar las mejoras a través del tiempo.

Uno de los referentes teóricos de este enfoque es la teoría de la autodeterminación (Ryan & Deci, 2001), que también asocia la eudemonía a la autorrealización, como un aspecto central de la definición de bienestar (Vázquez, Hervás, Rahona & Gómez, 2009). Ampliamente basada en los principios humanistas de Maslow (1943), en esta teoría la satisfacción de las necesidades básicas de vinculación, competencia y autonomía serían los nutrientes básicos e innatos del bienestar psicológico, que, junto a un sistema de metas congruente y coherente, garantizarían un funcionamiento psicológico sano. Este modelo ha sido verificado de forma empírica en varias investigaciones (Vázquez & Hervás, 2009) en las que se ha observado no solo que las personas que muestran una mayor satisfacción percibida en las necesidades descritas en el modelo presentan mayores niveles de bienestar cotidianos, sino además que aquellas personas que presentan metas coherentes con sus intereses, valores y necesidades presentan mayores niveles de bienestar.

Dado que, según Diener (2012), uno de los aspectos fundamentales para construir una buena sociedad es que a las personas les guste y disfruten de sus vidas, es de suma importancia que las sociedades establezcan y evalúen medidas de felicidad y bienestar psicológico a nivel nacional. Por esta razón, estudios como los realizados por Bobowik, Basabe, Páez, Jiménez y Bilbao (2011), Diener (2012), Diener, Tay y Oishi (2013), Galati, Manzano y Sotgiu (2006), Oishi, Koo y Akimoto (2008) y Rentfrow, Mellander y Florida (2009), entre otros, indagan en las diferencias que existen en los niveles de bienestar y felicidad entre las distintas naciones. A su vez, numerosos estudios en el contexto hispanoamericano se han centrado en examinar cómo la felicidad y el bienestar se relacionan con aspectos tales como la salud mental (Barrientos & Martínez, 2014), la educación (Bilbao, 2014), el trabajo y el mercado laboral (Graham & Felton, 2006; Graham & Pettinato, 2001; Kramp, 2014), las distintas etapas vitales (Alvarado & Plaza, 2014; Casas et al., 2015) y el ambiente (Cuñado & Pérez de Gracia, 2013), entre otros. Esto, a su vez, ayuda a entender y analizar los distintos aspectos que conforman el bienestar y la felicidad. Para Diener (2012) muchas de estas grandes diferencias en los niveles de bienestar y felicidad entre los países pueden asociarse a circunstancias sociales, las cuales pueden aludir tanto a condiciones objetivas como a otros factores culturales.

En este marco, y en línea con estudios previos (Carballeira Abella et al., 2015), la investigación conjunta en comparaciones del bienestar en naciones latinoamericanas y europeas llevó a plantear el propósito de indagar las variaciones de los niveles de felicidad y bienestar psicológico en muestras de Argentina y España, países con un pasado cultural común pero, a la vez, con especificidades culturales de la región a las que pertenecen.

Hubo una fuerte migración de españoles a Argentina durante los siglos XIX y XX, especialmente en las décadas de 1950-70. En 2014 había más de 95.000 argentinos residiendo en España y 404.000 españoles residiendo en Argentina (Instituto Nacional de Estadística, 2014). Respecto de especificidades culturales, hay similitudes y diferencias entre ambos países. Los puntajes otorgados por Hofstede (2015) en las dimensiones culturales muestran que, en términos de distancia al poder, España aparece como una sociedad más jerárquica

que Argentina. En términos de masculinidad y competitividad, Argentina obtiene una mayor puntuación, definiendo a España más en términos de consenso, armonía y preocupación por los menos poderosos. Finalmente, ambos países obtienen la misma puntuación en evitación de la incertidumbre, reflejando que, si bien adoptan leyes para muchas situaciones (normativización), también reconocen que hay que evitar las reglas que puedan hacer la vida más compleja. Como se puede deducir, existen semejanzas entre ambos países, pero también diferencias que hacen la comparación más pertinente, puesto que ambos comparten historia, idioma y ciertos patrones culturales, pero a su vez han evolucionado de forma diferente en los últimos tiempos. En los estudios transculturales es importante analizar no solo las diferencias, sino también las similitudes, con el objetivo de alcanzar una visión más precisa de las diferentes sociedades. Por ello, es recomendable incluir países y/o culturas que presenten variedad geográfica y cultural, pero que al mismo tiempo sean comparables en aspectos sociales, económicos y políticos básicos y sobre los que se disponga de suficiente literatura cualitativa y cuantitativa para poder interpretar las diferencias en función de estudios y trabajos previos.

Los estudios previos indican que, en general, la mayoría de las personas en distintos países señala altos niveles de felicidad y satisfacción con la vida (Páez, 2008; Páez, Morales & Fernández, 2007; Zubieta & Delfino, 2010; Zubieta, Fernández & Sosa, 2012) y que las diferencias surgen en el nivel eudemónico, al introducir variables como género, edad, estado civil o actividad laboral. Las mujeres exhiben un mayor bienestar en términos de relaciones positivas con los otros y dominio del entorno, en comparación con sus pares hombres (Zubieta & Delfino, 2010; Zubieta, Muratori & Mele, 2012). Respecto de la edad, a medida que se cumplen años las personas poseen un mayor funcionamiento autónomo y una mayor capacidad para controlar el medio (Fernández et al., 2013; Ryff, 1989; Zubieta, Muratori & Mele, 2012). Finalmente, el estudio de Muratori, Delfino y Zubieta (2013), que relaciona en Argentina el bienestar con la anomia y la confianza, detectó que las personas solteras o divorciadas mostraban mayores niveles de bienestar, en términos de coherencia de la dinámica social, y mayores niveles de confianza. Asimismo, el hecho de trabajar amortiguaba la frustración anómica, sintiéndose las personas más integradas y con una relación más satisfactoria con el entorno y con ellas mismas.

En este marco, en el artículo se reporta un estudio empírico realizado con el objetivo de comparar los niveles de felicidad y bienestar psicológico de personas españolas y argentinas, residentes en sus propios países, y evaluar la incidencia de variables sociodemográficas en los mismos indicadores, así como analizar posibles efectos de mediación de la felicidad en las diferencias en bienestar psicológico entre ambos países. Se esperaba que la felicidad fuera mediador de las diferencias entre los/las españoles/as y los/las argentinos/as en bienestar psicológico.

Método

El presente trabajo forma parte de un proyecto de investigación que se ha conformado por un equipo integrado por investigadores de España y Argentina.

El estudio fue de carácter transversal correlacional.

Participantes

La muestra, no probabilística por conveniencia, fue integrada por 355 participantes, de los y las cuales 193 eran argentinos/as y 162 españoles/as. La muestra argentina se reclutó en la ciudad de Buenos Aires (Universidad de Buenos Aires) y la muestra española, en Burgos (Universidad de Burgos). Estuvo formada por estudiantes universitarios que cursaban 3º año de estudios en ciencias sociales (Argentina: $n = 111$; España: $n = 86$), como también familiares, amigos/as y personas cercanas del alumnado (Argentina: $n = 82$; España: $n = 76$).

En la Tabla 1 pueden observarse las características sociodemográficas de cada una de las muestras analizadas. Las y los participantes argentinos y españoles no difirieron ni en sexo ni edad ($p < 0,05$). Sin embargo, sí se encontraron diferencias en el estado civil. El porcentaje de personas casadas o con pareja es mayor en España que en Argentina, mientras que el de personas divorciadas o separadas es mayor en Argentina que en España (en la muestra española ninguna persona declara encontrarse en esa situación). Respecto de la ocupación, en Argentina el número de personas que declara estudiar y trabajar es mayor que en España. Además, las personas españolas que afirman solo trabajar o ni trabajar ni estudiar son

más numerosas que las argentinas (en Argentina ninguna persona de la muestra indicó que ni estudia ni trabaja). Este resultado es coincidente con lo señalado en el informe *Panorama de la Educación: Indicadores de la OCDE 2014* (España, Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2014), que muestra que el 25,79% de los jóvenes españoles de entre 15 y 29 años ni estudia ni trabaja, segundo mayor porcentaje de los países miembros de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos, tras Turquía.

Tabla 1
Descriptivos de las Características Sociodemográficas de la Muestra, Según País

Variable	Argentina	España	
Sexo			
Hombre	54 (28,0%)	45 (27,8%)	$\chi^2(1, 355) = 0,002, p = 0,966$
Mujer	139 (72,0%)	117 (72,2%)	
Total	193 (100%)	162 (100%)	
Edad			
Media (DE)	29,4 (11,2)	28,1 (11,0)	$t(353) = -1,07, p = 0,286$
Min.	18	18	
Máx.	65	64	
Estado civil			
Casado/a o con pareja	77 (39,9%)	86 (53,1%)	$\chi^2(2, 355) = 31,34, p = 0,001$
Soltero/a	83 (43,0%)	76 (46,9%)	
Separado/a o divorciado/a	33 (17,1%)	0 (0,0%)	
Ocupación			
Solo estudia	81 (42,0%)	79 (48,8%)	
Solo trabaja	53 (27,5%)	61 (37,7%)	$\chi^2(3, 355) = 39,29, p = 0,001$
Estudia y trabaja	59 (30,6%)	12 (7,4%)	
Ni estudia ni trabaja	0 (0,0%)	10 (6,2%)	

Instrumentos

Además de las variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil y ocupación), los participantes respondieron un cuestionario auto-administrado integrado por:

Un ítem de la Escala de Felicidad Subjetiva (Subjective Happiness Scale; Lyubomirsky & Lepper, 1999). En este ítem el sujeto puntúa su grado de felicidad general en una escala de siete puntos (“En general, me considero: 1 = *no muy feliz*; 7 = *muy feliz*”). En este estudio se ha seguido la tradición de las encuestas mundiales que utilizan una sola pregunta para obtener un agregado global de la felicidad, como el Gallup World Poll, el World Values Survey o, en el Reino Unido, el Annual Population Survey y el Opinions Survey.

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Díaz et al., 2006). Esta escala fue validada en España por Díaz et al. (2006). Se compone de 29 ítems con continuo de respuesta de 1 (*totalmente en desacuerdo*) a 6 (*totalmente de acuerdo*). En dicho estudio, el alfa de Cronbach (α) de las distintas dimensiones osciló entre 0,70 y 0,84. Este instrumento mide seis dimensiones o atributos positivos del bienestar psicológico: Auto-aceptación (cuatro ítems, e.g., “Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas”), Relaciones Positivas con los Otros (cinco ítems, e.g., “Siento que mis amistades me aportan muchas cosas”), Autonomía (seis ítems, e.g., “Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general”), Dominio del Entorno (cinco ítems, e.g., “He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto”), Crecimiento Personal (cuatro ítems, e.g., “Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio,

cambio y crecimiento") y Propósito en la Vida (cinco ítems, e.g., "Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad"). En un estudio realizado en Argentina por Massone y Urquijo (2014), las consistencias internas, medidas por alfa de Cronbach, fueron: Auto-aceptación: 0,72, Relaciones Positivas: 0,63, Autonomía: 0,58, Dominio del Entorno: 0,67, Crecimiento Personal: 0,68 y Propósito en la Vida: 0,70.

La consistencia interna de la escala global, medida por alfa de Cronbach, para la muestra total de este estudio fue 0,89: Auto-aceptación ($\alpha = 0,78$; España: $\alpha = 0,82$; Argentina: $\alpha = 0,76$), Relaciones Positivas ($\alpha = 0,71$; España: $\alpha = 0,75$; Argentina: $\alpha = 0,69$), Autonomía ($\alpha = 0,69$; España: $\alpha = 0,66$; Argentina: $\alpha = 0,73$), Dominio del Entorno ($\alpha = 0,60$; España: $\alpha = 0,59$; Argentina: $\alpha = 0,64$), Crecimiento Personal ($\alpha = 0,69$; España: $\alpha = 0,66$; Argentina: $\alpha = 0,69$) y Propósito en la Vida ($\alpha = 0,78$; España: $\alpha = 0,80$; Argentina: $\alpha = 0,54$).

Procedimiento

En el caso de los estudiantes universitarios, la administración del cuestionario se realizó en forma colectiva en cada una de sus aulas por parte de miembros del equipo investigador. Se contactó a profesores universitarios que cedieron una hora de sus clases y los estudiantes fueron invitados a participar voluntariamente y de forma anónima. El resto de los participantes —familiares, amigos y personas cercanas del alumnado— completó el cuestionario de forma individual, ya sea en su lugar de trabajo o en su hogar. Se solicitó el consentimiento informado de forma oral a todos los participantes. El cuestionario incluía información sobre el objetivo general del estudio, recordándoles que su participación era voluntaria y podían abandonar el estudio en cualquier momento. También se garantizó el anonimato de sus respuestas y se cumplieron los requisitos éticos establecidos por los comités de bioética de ambas instituciones universitarias.

Análisis de Datos

Para describir las diferentes dimensiones del bienestar se calcularon sus promedios y desviaciones estándar, así como las correlaciones lineales de Pearson (r) entre las dimensiones del bienestar y la felicidad, tanto a nivel total como por país. Para estimar las diferencias por país se transformaron las r a puntuaciones Z de Fisher (Z_f), aplicándose posteriormente el estadístico de contraste con un 95% de seguridad (Álvarez Cáceres, 2007). Luego se analizaron las diferencias en el bienestar de los participantes en función de las variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil y ocupación). Para el sexo se utilizó la prueba t de Student para muestras independientes. En el caso de varianzas desiguales, se aplicó el test de Welch (Armitage, Berry & Matthews, 1994). Para el resto de las variables se realizó un análisis de varianza unifactorial. Las comparaciones post-hoc se realizaron aplicando la prueba de Scheffé. Después se llevaron a cabo análisis de covarianza (controlando sexo y edad) con el objetivo de comparar los niveles de bienestar psicológico y felicidad en función del país de procedencia.

Por último, se realizaron análisis mediacionales, controlando sexo y edad, para evaluar en qué medida la felicidad posee un rol mediador en las diferencias entre españoles/as y argentinos/as en las dimensiones del bienestar psicológico. El análisis de mediación es un método estadístico utilizado para responder la pregunta sobre cuánto y cómo un predictor X transmite su efecto sobre una variable Y (Hayes, 2013). En estos análisis, el efecto directo es el efecto del país sobre el bienestar psicológico cuando se controla la variable mediadora (en este caso, la felicidad); el efecto indirecto es el producto de $a * b$ en el modelo, es decir, el efecto del país en la felicidad * el efecto de la felicidad en el bienestar psicológico. Finalmente, el efecto total es la suma del efecto directo e indirecto. Con el objetivo de contrastar la hipótesis de mediación de la felicidad en las diferencias en bienestar psicológico entre los españoles y los argentinos, se utilizó el macro PROCESS para SPSS, el cual estima el efecto indirecto, los errores estándar y los intervalos de confianza en base a la distribución obtenida con el método bootstrap (Preacher & Hayes, 2008). Este método utiliza remuestreo con reemplazamiento, donde, a partir de la muestra original, se generan series de muestras simuladas para calcular el error estándar desde un enfoque empírico (en el caso del presente estudio, se extrajeron 5000 muestras). Este procedimiento se considera adecuado para estimar los efectos indirectos que no suelen tener una distribución normal. El efecto indirecto resulta significativo si el intervalo de confianza no pasa por el valor cero. Asimismo, se propone que el efecto total no necesariamente tiene que ser significativo para que haya mediación, sino que lo importante es la diferencia absoluta entre el efecto total y el indirecto (Preacher & Hayes, 2008). Los análisis de varianza para comprobar las diferencias por países en bienestar psicológico y felicidad y los análisis mediacionales fueron realizados controlando sexo y edad, es decir, las variables

que cumplían los supuestos para considerarlas covariables (Field, 2013). Cabe aclarar que los análisis de moderación (realizados con el macro PROCESS) no revelaron efectos de interacción significativos entre país y sexo ni país y edad.

Resultados

Datos Descriptivos de Niveles de Bienestar y Felicidad

Los datos indican buenos niveles de bienestar subjetivo en los participantes, quienes explicitan sentirse felices en general ($M = 5,48$, $DE = 1,09$), así como un alto nivel de bienestar psicológico, que supera en todas las dimensiones la media teórica de la escala (3,5). Los valores más altos se ubican en las dimensiones Crecimiento Personal ($M = 4,82$, $DE = 0,83$) y Relaciones Positivas con los Otros ($M = 4,70$, $DE = 0,93$). Además, se observan niveles relativamente altos en Auto-Aceptación ($M = 4,50$, $DE = 0,88$), Propósito en la Vida ($M = 4,47$, $DE = 0,86$) y Dominio del Entorno ($M = 4,37$, $DE = 0,81$). Comparativamente, la puntuación más baja es la que refiere a Autonomía ($M = 4,17$, $DE = 0,88$).

Como se muestra en la Tabla 2, las correlaciones más fuertes se observan entre Propósito en la Vida y Auto-Aceptación, Crecimiento Personal y Dominio del Entorno. Asimismo, las correlaciones son todas directas entre las dimensiones del bienestar psicológico y la felicidad y es la Auto-Aceptación la dimensión que mantiene la relación más intensa con la felicidad.

Tabla 2
Correlaciones Entre las Dimensiones de Bienestar Psicológico y Felicidad

Dimensión	RP	AN	DE	CP	PV	FEL
Auto-aceptación	0,31**	0,34**	0,58**	0,58**	0,73**	0,62**
Relaciones positivas (RP)	...	0,23**	0,38**	0,32**	0,29**	0,27**
Autonomía (AN)		...	0,39**	0,32**	0,33**	0,18*
Dominio del entorno (DE)			...	0,50**	0,62**	0,50**
Crecimiento personal (CP)				...	0,63**	0,41**
Propósito en la vida (PV)					...	0,49**

Nota. Coeficiente utilizado: r . FEL = felicidad

$n = 353$ a 355

** $p < 0,01$ * $p < 0,05$

Los análisis de diferencia de los Z_r indicaron que ambos países presentan similares correlaciones entre las dimensiones de bienestar psicológico y entre estas y felicidad, salvo en tres de 21 casos (14,3%). La correlación entre Auto-Aceptación y Propósito en la Vida en España ($r = 0,80$; $Z_r = 1,09$) fue más fuerte que en Argentina ($r = 0,70$; $Z_r = 0,86$), $Z = 2,13$, $p < 0,05$. La fuerza de la correlación entre Autonomía y Crecimiento Personal también fue mayor en España ($r = 0,42$; $Z_r = 0,45$) que en Argentina ($r = 0,22$; $Z_r = 0,22$), $Z = 2,11$, $p < 0,05$. En el caso de la correlación entre Dominio del Entorno y Felicidad, fueron los participantes argentinos ($r = 0,57$; $Z_r = 0,65$) los que presentaron una correlación más fuerte que los participantes españoles ($r = 0,40$; $Z_r = 0,43$), $Z = -2,08$, $p < 0,05$.

Diferencias en Bienestar Psicológico y Felicidad en Función de las Variables Sociodemográficas

En relación al bienestar psicológico en función del sexo, las mujeres exhiben puntuaciones más altas que los hombres en la dimensión Relaciones Positivas con los Otros y Dominio del Entorno. En ambos casos el tamaño del efecto fue pequeño (ver Tabla 3).

Tabla 3
Diferencias en Felicidad y en las Dimensiones del Bienestar Psicológico en Función del Sexo

Felicidad/dimensión de bienestar psicológico	Media (DE)		gl	t	p	d de Cohen	95% IC diferencia de medias
	Mujer	Hombre					
Felicidad	5,54 (1,08)	5,32 (1,10)	351	-1,68	0,093		
Bienestar psicológico							
Auto-aceptación	4,49 (0,86)	4,53 (0,93)	353	0,34	0,734		
Autonomía	4,19 (0,88)	4,13 (0,87)	353	-0,53	0,595		
Dominio del entorno	4,43 (0,80)	4,24 (0,84)	353	-1,96	0,050	0,23	[-0,376, -0,001]
Propósito en la vida	4,52 (0,85)	4,33 (0,87)	353	-1,84	0,066		
Relaciones positivas	4,80 (0,86)	4,42 (1,05)	150,93*	-3,26	0,001	0,39	[-0,619, -0,151]
Crecimiento personal	4,86 (0,80)	4,71 (0,92)	353	-1,48	0,140		

* Dado que las varianzas son desiguales, se aplicó el test de Welch.

Profundizando en este análisis, se encontró que en Argentina las mujeres obtuvieron una media en la dimensión Dominio del Entorno mayor que la de los hombres (ver Tabla 4). En España las mujeres presentan una puntuación media en la dimensión Relaciones Positivas superior a la de los hombres (ver Tabla 5). No se encontró diferencias en el resto de las dimensiones en ninguno de los países.

Tabla 4
Diferencias en Felicidad y en las Dimensiones del Bienestar Psicológico en Función del Sexo en Argentina

Felicidad/dimensión de bienestar psicológico	Media (DE)		gl	t	p	d de Cohen	95% IC diferencia de medias
	Mujer	Hombre					
Felicidad	5,44 (1,15)	5,19 (1,13)	191	-1,38	0,170		
Bienestar psicológico							
Auto-aceptación	4,52 (0,89)	4,53 (0,92)	191	0,10	0,921		
Autonomía	4,24 (0,90)	4,20 (0,95)	191	-0,32	0,749		
Dominio del entorno	4,47 (0,82)	4,13 (0,89)	191	-2,46	0,015	0,40	[-0,599, -0,066]
Propósito en la vida	4,66 (0,83)	4,46 (0,83)	191	-1,47	0,144		
Relaciones positivas	4,77 (0,91)	4,52 (0,99)	191	-1,63	0,104		
Crecimiento personal	5,00 (0,77)	4,88 (0,88)	191	-0,91	0,362		

Tabla 5

Diferencias en Felicidad y en las Dimensiones del Bienestar Psicológico en Función del Sexo en España

Felicidad/dimensión de bienestar psicológico	Media (DE)		gl	t	p	d de Cohen	95% IC diferencia de medias
	Mujer	Hombre					
Felicidad	5,66 (0,97)	5,49 (1,04)	158	-0,99	0,325		
Bienestar psicológico							
Auto-aceptación	4,46 (0,82)	4,52 (0,94)	160	0,40	0,689		
Autonomía	4,12 (0,86)	4,05 (0,77)	160	-0,45	0,653		
Dominio del entorno	4,38 (0,77)	4,36 (0,77)	160	-0,10	0,916	0,58	[-0,917, -0,192]
Propósito en la vida	4,35 (0,84)	4,18 (0,89)	160	-1,17	0,242		
Relaciones positivas	4,85 (0,79)	4,29 (1,11)	61,62*	-3,06	0,003		
Crecimiento personal	4,69 (0,80)	4,51 (0,92)	160	-1,24	0,218		

* Dado que las varianzas son desiguales, se aplicó el test de Welch

La edad se correlaciona directamente con tres de las dimensiones del bienestar psicológico: Autonomía, $r(355) = 0,15$, $p = 0,004$, Dominio del Entorno, $r(355) = 0,16$, $p = 0,003$, y Propósito en la Vida, $r(355) = 0,12$, $p = 0,029$. De manera esperable, a medida que se cumplen años aumenta la percepción de independencia, control y metas vitales.

En relación al estado civil, como en la muestra española no había personas separadas o divorciadas, se realizaron análisis independientes (ver Tabla 6). En Argentina se observan diferencias en Autonomía y Crecimiento Personal. Los análisis post-hoc indican que los separados o divorciados explicitan disfrutar de mayor autonomía que los solteros; también son quienes indican un mayor interés por desarrollar su propio potencial y auto-conocimiento, en comparación con los casados o que viven en pareja. En España las diferencias se detectan en Dominio del Entorno y Crecimiento Personal. Son los casados o en pareja quienes exhiben una mayor sensación de control e influencia sobre el contexto y mayores posibilidades de desarrollar sus potencialidades y crecer como personas, en comparación con los solteros. Este último grupo presenta en general un bienestar más deficitario, con una menor percepción de autonomía y de capacidad de resistencia a la presión social, de desarrollo personal y de control del entorno. La ausencia de relaciones estables parece conllevar una mayor dependencia de las opiniones de los demás y una menor capacidad para resolver las situaciones por sí mismo. Estos resultados apoyan la concepción de las relaciones de pareja como posible base de seguridad, al contar con otra persona para tomar decisiones. En todos los casos, sin embargo, el tamaño del efecto es pequeño.

Tabla 6
Diferencias en Felicidad y en las Dimensiones del Bienestar Psicológico en Función del Estado Civil

País/felicidad/dimensión de bienestar psicológico	Media (DE)			<i>F</i>	<i>p</i>	η^2	95% IC de medias
	Casado/con pareja	Soltero	Separado/divorciado				
Argentina	(2, 190)						
Felicidad	5,38 (1,20)	5,37 (1,08)	5,33 (1,24)	0,02	0,982		
Bienestar psicológico							
Auto-aceptación	4,50 (0,96)	4,52 (0,82)	4,56 (0,95)	0,05	0,954		
Autonomía	4,29 (0,96)	4,06 (0,88)	4,52 (0,80)	3,45	0,034	0,035	[4,07, 4,51] [3,86, 4,25] [4,24, 4,81]
Dominio del entorno	4,43 (0,87)	4,27 (0,85)	4,50 (0,82)	1,18	0,311		
Propósito en la vida	4,65 (0,80)	4,54 (0,81)	4,65 (0,99)	0,43	0,651		
Relaciones positivas	4,64 (0,88)	4,65 (1,03)	4,96 (0,81)	1,53	0,220		
Crecimiento personal	4,82 (0,83)	4,97 (0,75)	5,29 (0,81)	3,97	0,020	0,040	[4,64, 5,01] [4,81, 5,14] [5,00, 5,57]
España	(1, 160)						
Felicidad	5,68 (0,93)	5,54 (1,05)		0,79	0,377		
Bienestar psicológico							
Auto-aceptación	4,60 (0,78)	4,34 (0,91)		3,58	0,060		
Autonomía	4,15 (0,85)	4,05 (0,82)		0,57	0,452		
Dominio del entorno	4,49 (0,76)	4,24 (0,75)		4,51	0,035	0,027	[4,33, 4,66] [4,07, 4,41]
Propósito en la vida	4,42 (0,91)	4,18 (0,78)		3,25	0,073		
Relaciones positivas	4,64 (0,89)	4,75 (0,95)		0,64	0,426		
Crecimiento personal	4,76 (0,80)	4,50 (0,86)		3,99	0,047	0,024	[4,59, 4,93] [4,30, 4,69]

Respecto de la ocupación de los participantes, los análisis también se realizaron de forma independiente, debido a que en la muestra argentina no había nadie que no estudiara ni trabajara (ver Tabla 7). La única diferencia que se encontró es en los argentinos en la dimensión Autonomía, en el sentido de que los participantes que solo trabajan son quienes presentan un mayor nivel de independencia y autodeterminación, en comparación con quienes solo estudian. El tamaño del efecto fue pequeño, $\eta^2 = 0,043$, 95% IC [3,88, 4,31], [4,29, 4,79] y [3,94, 4,35], para los que solo estudian, solo trabajan y estudian y trabajan, respectivamente.

Tabla 7
Diferencias en Felicidad y en las Dimensiones del Bienestar Psicológico en Función de la Ocupación

País/felicidad/dimensión de bienestar psicológico	Media (DE)				<i>F</i>	<i>p</i>
	Estudia	Trabaja	Estudia y trabaja	No estudia ni trabaja		
Argentina						(2, 190)
Felicidad	5,37 (1,20)	5,26 (1,30)	5,46 (0,93)		0,39	0,677
Bienestar psicológico						
Auto-aceptación	4,49 (0,92)	4,50 (0,94)	4,58 (0,85)		0,21	0,810
Autonomía	4,09 (0,97)	4,54 (0,90)	4,15 (0,79)		4,30	0,015
Dominio del entorno	4,24 (0,86)	4,52 (0,89)	4,43 (0,80)		1,95	0,145
Propósito en la vida	4,56 (0,80)	4,56 (0,96)	4,70 (0,76)		0,58	0,562
Relaciones positivas	4,63 (1,01)	4,72 (0,89)	4,77 (0,87)		0,42	0,660
Crecimiento personal	4,99 (0,73)	4,91 (0,93)	4,99 (0,78)		0,19	0,824
España						(3, 158)
Felicidad	5,77 (0,90)	5,48 (1,06)	5,25 (0,96)	5,67 (1,22)	1,60	0,191
Bienestar psicológico						
Auto-aceptación	4,42 (0,82)	4,56 (0,86)	4,54 (1,03)	4,38 (0,93)	0,35	0,786
Autonomía	4,00 (0,78)	4,18 (0,91)	4,22 (0,67)	4,22 (0,97)	0,71	0,545
Dominio del entorno	4,29 (0,73)	4,46 (0,76)	4,37 (0,81)	4,48 (1,00)	0,64	0,591
Propósito en la vida	4,31 (0,81)	4,30 (0,89)	4,42 (1,05)	4,19 (0,94)	0,12	0,947
Relaciones positivas	4,85 (0,85)	4,49 (1,03)	4,98 (0,64)	4,38 (0,76)	2,55	0,058
Crecimiento personal	4,66 (0,82)	4,64 (0,92)	4,39 (0,75)	4,70 (0,55)	0,37	0,777

Diferencias en Bienestar Psicológico y Felicidad en Función del País de Residencia

Como se puede apreciar en la Tabla 8, son los españoles quienes presentan mayores niveles de felicidad en comparación con los argentinos. Sin embargo, son los argentinos los que exhiben un mayor bienestar psicológico en las dimensiones Crecimiento Personal y Propósito en la Vida. Los argentinos no solo perciben mayores posibilidades de desarrollar sus potencialidades, sino que intentan lograrlo a través de metas y objetivos que le otorgan sentido a la vida, en comparación con los españoles. Sin embargo, los tamaños del efecto de las diferencias entre países son pequeños.

Análisis de Efectos Indirectos: Diferencias Entre Países en Bienestar Psicológico Explicadas por el Nivel de Felicidad

En el siguiente paso se contrastó la hipótesis de efecto indirecto del país sobre el bienestar psicológico a través de la felicidad, para todas las dimensiones de bienestar (ver Figuras 1 a 6).

Tabla 8
Diferencias en Felicidad y en las Dimensiones del Bienestar Psicológico en Función del País

Felicidad/dimensión de bienestar psicológico	Media (DE)		<i>t</i> (353)	<i>p</i>	<i>d</i> de Cohen	95% IC diferencia de medias
	Argentina	España				
Felicidad	5,37 (1,15)	5,61 (0,99)	2,11	0,035	-0,22	[0,017, 0,472]
Bienestar psicológico						
Auto-aceptación	4,52 (0,90)	4,48 (0,85)	-0,46	0,645		
Autonomía	4,23 (0,91)	4,10 (0,83)	-1,41	0,160		
Dominio del entorno	4,37 (0,85)	4,37 (0,77)	0,02	0,985		
Propósito en la vida	4,60 (0,83)	4,31 (0,86)	-3,31	0,001	0,34	[-0,476, -0,121]
Relaciones positivas	4,70 (0,94)	4,69 (0,92)	-0,05	0,963		
Crecimiento personal	4,97 (0,80)	4,64 (0,84)	-3,81	0,001	0,40	[-0,504, -0,161]

En el caso de la auto-aceptación, los análisis de regresión indican que el país es un predictor de la felicidad, $B = -0,24$, $ET = 0,12$, $t(349) = -2,04$, $p = 0,042$, 95% IC [-0,462, -0,008], ya que ser español se asocia a más felicidad que ser argentino. Por su parte, la felicidad se correlaciona directamente con la auto-aceptación, $B = 0,52$, $ET = 0,03$, $t(348) = 15,22$, $p < 0,001$, 95% IC [0,449, 0,582]. Finalmente, aunque el país no surge como un predictor de la auto-aceptación, $B = 0,03$, $ET = 0,09$, $t(349) = 0,29$, $p = 0,774$, este mismo efecto es significativo cuando se controla la felicidad, $B = 0,15$, $ET = 0,07$, $t(348) = 2,02$, $p = 0,044$, 95% IC [0,004, 0,293], siendo el efecto directo en la auto-aceptación. La prueba de efecto indirecto basada en el procedimiento bootstrap es también significativa, $B = -0,12$, $Boot ET = 0,06$, 95% IC [-0,237, -0,007]. Este efecto puede considerarse un efecto de supresión, ya que la felicidad aumenta la validez predictiva del país en la auto-aceptación. Esta validez predictiva se evalúa a través del coeficiente de regresión, el que aumenta por la inclusión del supresor (ver Figura 1). Es decir, la diferencia entre argentinos y españoles en la auto-aceptación (a favor de los argentinos) aumenta levemente cuando se introduce la variable felicidad (Conger, 1974).

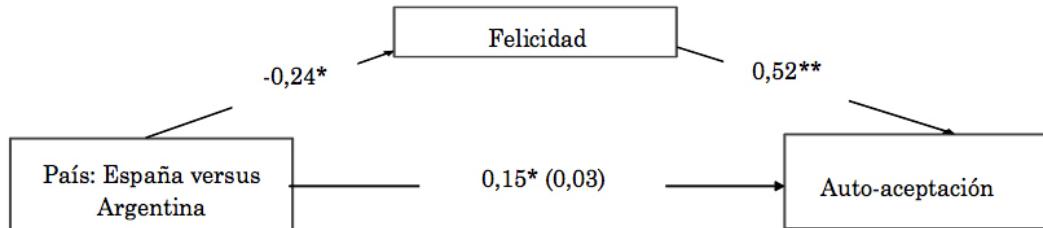


Figura 1. Efecto del país sobre la auto-aceptación, mediado por la felicidad. En la figura se muestran los coeficientes de regresión no estandarizados. Además, se muestra el coeficiente de regresión del efecto directo y, entre paréntesis, el coeficiente del efecto total del país sobre la auto-aceptación. * $p < 0,05$; ** $p < 0,001$.

Con respecto a las relaciones positivas con los otros, los análisis de regresión indican que el país es un predictor de la felicidad, $B = -0,23$, $ET = 0,12$, $t(348) = -1,97$, $p = 0,045$, 95% IC [-0,455, -0,000], dado que ser español se asocia a una mayor felicidad. Asimismo, esta se relaciona directamente con las relaciones positivas con otros, $B = 0,22$, $ET = 0,04$, $t(347) = 5,08$, $p < 0,001$, 95% IC [0,135, 0,306]. El país no es un predictor de las relaciones con otros, $B = -0,01$, $ET = 0,09$, $t(348) = -0,15$, $p = 0,883$, aun cuando se controle la felicidad, $B = 0,04$, $ET = 0,09$, $t(347) = 0,38$, $p = 0,703$, no teniendo un efecto directo en el modelo (ver Figura 2). Sin embargo, la prueba de efecto indirecto basada en el procedimiento bootstrap es significativa ($B = -0,05$, Boot $ET = 0,03$, 95% IC [-0,115, -0,005]). Esto quiere decir que, al controlar la felicidad, la diferencia entre los dos países es más fuerte.



Figura 2. Efecto del país sobre las relaciones positivas con otros, mediado por la felicidad. En la figura se muestran los coeficientes de regresión no estandarizados. Además, se muestra el coeficiente del efecto directo y, entre paréntesis, el coeficiente del efecto total del país sobre las relaciones positivas con otros. * $p < 0,05$; ** $p < 0,001$.

En relación con la autonomía, el país es un predictor de la felicidad, $B = -0,23$, $ET = 0,12$, $t(347) = -1,99$, $p = 0,047$, 95% IC [-0,463, -0,003], ya que ser español se asocia a más felicidad que ser argentino. A su vez, la felicidad se asocia directamente con la autonomía, $B = 0,16$, $ET = 0,04$, $t(346) = 3,88$, $p < 0,001$, 95% IC [0,081, 0,248]. El país no es un predictor de autonomía, ya que no tiene un efecto total, $B = -0,10$, $ET = 0,09$, $t(347) = 1,05$, $p = 0,293$, ni tampoco uno directo cuando se controla la felicidad, $B = 0,14$, $ET = 0,09$, $t(346) = 1,48$, $p = 0,139$ (ver Figura 3). Sin embargo, la prueba de efecto indirecto basada en el procedimiento bootstrap es también significativa en este caso, $B = -0,04$, Boot $ET = 0,02$, 95% IC [-0,095, -0,005]), lo que significa que, al controlar la felicidad, la diferencia entre España y Argentina se acentúa.

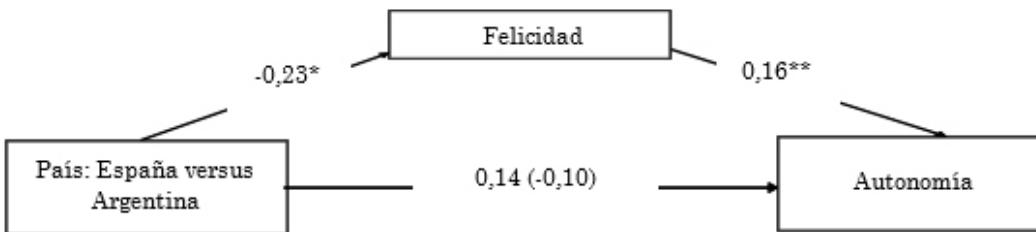


Figura 3. Efecto del país sobre la autonomía, mediado por la felicidad. En la figura se muestran los coeficientes de regresión no estandarizados. Además, se muestra el coeficiente del efecto directo y, entre paréntesis, el coeficiente del efecto total del país sobre la autonomía. * $p < 0,05$; ** $p < 0,001$.

En lo que dice relación con el crecimiento personal, el país es un predictor de la felicidad, $B = -0,25$, $ET = 0,12$, $t(346) = -2,14$, $p = 0,033$, 95% IC [-0,477, -0,020], puesto que ser español se asocia a más felicidad que ser argentino. La felicidad se asocia directamente con el crecimiento personal, $B = 0,34$, $ET = 0,04$, $t(345) = 9,43$, $p < 0,001$, 95% IC [0,271, 0,414]), y, si bien el país es un predictor de crecimiento personal por su efecto total, $B = 0,32$, $ET = 0,09$, $t(346) = 3,59$, $p < 0,001$, 95% IC [0,143, 0,489], este efecto aumenta al ser mediado por la felicidad, $B = 0,40$, $ET = 0,08$, $t(345) = 5,07$, $p < 0,001$, 95% IC [0,246, 0,557] (ver Figura 4). La prueba de efecto indirecto basada en el procedimiento bootstrap también es significativa, $B = -0,09$, Boot $ET = 0,04$, 95% IC [-0,175, -0,013].

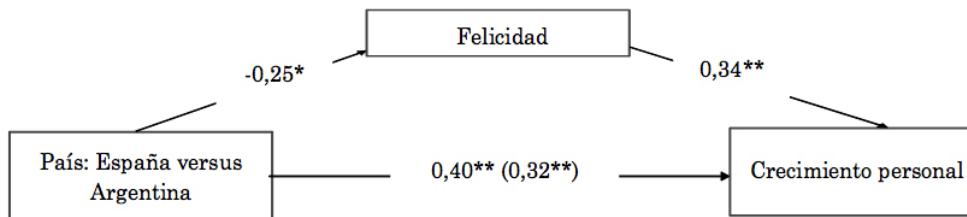


Figura 4. Efecto del país sobre el crecimiento personal, mediado por la felicidad. En la figura se muestran los coeficientes de regresión no estandarizados. Además, se muestra el coeficiente del efecto directo y, entre paréntesis, el coeficiente del efecto total del país sobre el crecimiento personal. * $p < 0,05$; ** $p < 0,001$.

Al igual que en el caso anterior, respecto del propósito en la vida, el país es un predictor de felicidad, $B = -0,25$, $ET = 0,12$, $t(345) = -2,12$, $p = 0,035$, 95% IC [-0,476, -0,018], a favor de los españoles. Además, la felicidad se asocia directamente con propósito en la vida, $B = 0,41$, $ET = 0,04$, $t(344) = 11,49$, $p < 0,001$, 95% IC [0,337, 0,476], y el país no solo es un predictor de propósito en la vida por su efecto total, $B = 0,25$, $ET = 0,09$, $t(345) = 2,81$, $p = 0,005$, 95% IC [0,076, 0,430], sino que este efecto aumenta debido al rol mediador de la felicidad, $B = 0,35$, $ET = 0,08$, $t(344) = 4,58$, $p < 0,001$, 95% IC [0,201, 0,505] (ver Figura 5). La prueba de efecto indirecto basada en el procedimiento bootstrap es también significativa, $B = -1,00$, Boot $ET = 0,05$, 95% IC [-0,198, -0,013].



Figura 5. Efecto del país sobre propósito en la vida, mediado por la felicidad. En la figura se muestran los coeficientes de regresión no estandarizados. Además, se muestra el coeficiente del efecto directo y, entre paréntesis, el coeficiente del efecto total del país sobre propósito en la vida. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$.

Respecto del dominio del entorno, el país no es un predictor de felicidad, $B = -0,21$, $ET = 0,12$, $t(343) = -1,85$, $p = 0,066$. Si bien la felicidad se asocia directamente con el dominio del entorno, $B = 0,39$, $ET = 0,03$, $t(342) = 11,34$, $p < 0,001$, 95% IC [0,323, 0,459], el país no tiene un efecto total sobre dominio del entorno, $B = -0,02$, $ET = 0,09$, $t(343) = -0,27$, $p = 0,789$, aun cuando esté mediado por la felicidad, $B = 0,06$, $ET = 0,07$, $t(343) = 0,81$, $p = 0,417$ (ver Figura 6). La prueba de efecto indirecto basada en el procedimiento bootstrap tampoco es significativa, $B = -0,08$, Boot $ET = 0,05$, 95% IC [-0,180, 0,000].

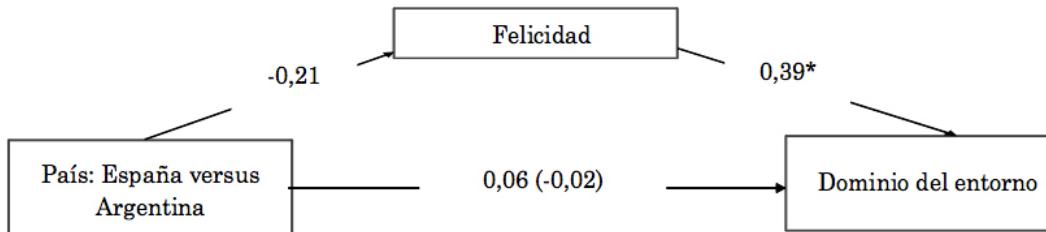


Figura 6. Efecto del país sobre dominio del entorno, mediado por la felicidad. En la figura se muestran los coeficientes de regresión no estandarizados. Además, se muestra el coeficiente del efecto directo y, entre paréntesis, el coeficiente del efecto total del país sobre dominio del entorno. * $p < 0,001$.

Se puede concluir que la felicidad resulta ser un mediador significativo entre el país y los niveles de bienestar psicológico, excepto para el dominio del entorno. Este efecto de supresión de la felicidad sobre el país es más fuerte en las dimensiones Auto-Aceptación, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida, mientras que para Relaciones Positivas con los Otros y Autonomía el efecto es más leve.

Discusión

Los hallazgos de esta investigación están en línea con estudios previos que indican que en general las personas en distintos países señalan altos niveles de felicidad y satisfacción con la vida (Muratori, Delfino & Zubieta, 2012; Páez, 2008; Páez et al., 2007; Zubieta & Delfino, 2010; Zubieta, Fernández et al., 2012). Respecto del bienestar psicológico, las esferas en las que mejor se perciben son las de crecimiento personal y relaciones positivas con los otros, lo que indica que el tener relaciones sociales estables y un entorno confiable les permite desarrollar sus potencialidades y crecer como personas. Sin embargo, los participantes españoles se sienten más felices, mientras que los argentinos exhiben mayor bienestar psicológico en términos de mayores posibilidades de crecimiento personal y de encontrar propósito en sus vidas. Hay en los argentinos un bienestar más relacional eudemónico o de alto contexto y en los españoles, más hedónico o de bajo contexto, probablemente asociado al relativo mayor individualismo cultural de España en comparación con Argentina, que es algo más colectivista. El bienestar psicológico en general es mayor en las sociedades individualistas, aunque también es cierto que la felicidad es normativa y, por lo tanto, el fracaso y sentirse infeliz, triste o deprimido puede resultar más insoportable que en sociedades donde el bienestar no es tan alto, no se valora tanto la felicidad y el éxito o tener una existencia poco excitante sea la norma general. El colectivismo cultural se asocia a una mayor adaptación a roles contextuales y al manejo de la impresión y a estilos de afrontamiento que protegen las relaciones. Por otro lado, Argentina es culturalmente más masculina que España, dimensión que se asocia inversamente al bienestar subjetivo y a la frecuencia de episodios emocionales positivos y directamente a la frecuencia de emociones no placenteras, como el enojo (Páez Rovira & Zubieta, 2004).

Se verifica la validez convergente entre los distintos indicadores del bienestar, ya que la felicidad subjetiva se correlaciona directamente con cada una de las dimensiones del bienestar psicológico. La felicidad está relacionada de forma más fuerte con la dimensión Auto-Aceptación. Además, y según lo esperado, las seis dimensiones de bienestar psicológico se relacionan directamente entre sí.

Las mujeres exhiben un mayor bienestar en términos de relaciones positivas con los otros y dominio del entorno, en comparación con los hombres, resultado que es coherente con lo reportado por diversos estudios (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995; Zubieta, Muratori & Fernández, 2012; Zubieta, Muratori & Mele, 2012) que indican que las mujeres señalan, en mayor medida que los hombres, ser capaces de crear ambientes favorables en los que mantener relaciones sociales satisfactorias y profundas y tener amigos en los cuales confiar. Asimismo, se corrobora lo hallado en otras investigaciones (Zubieta & Delfino, 2010; Zubieta, Muratori & Mele, 2012) acerca de que las mujeres exhiben un bienestar más contextual y relacional en comparación a los hombres, acorde con su expresividad comunal, frente a la instrumentalidad o agencia de los hombres, al nivel de los valores. Esto puede atribuirse a un factor más de índole cultural y que alude al rol tradicional

asignado a la mujer. Es la mujer quien suele estar a cargo del cuidado y bienestar de los otros, por lo que implica una mayor respuesta y compromiso emocional por parte de ella, en comparación con el hombre, y permite que evalúen mejor la calidad de sus relaciones con el entorno social (Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999). También, el mejor ajuste al contexto y la mayor percepción de control del medio por parte de las mujeres puede deberse a que en la actualidad son socialmente deseables en el desempeño público atributos y cualidades que tradicionalmente fueron adjudicados a ellas cuando se les relegaba al ámbito privado o doméstico. El incremento y la fuerte presencia de la mujer en el mercado de trabajo ha producido importantes cambios culturales y en la cognición social en términos de expectativas de rol, por lo que los valores expresivos comunitarios se traducen hoy en día, por ejemplo, en el énfasis puesto en los liderazgos transformacionales o en las inteligencias emocionales o sociales (Muratori et al., 2012).

Los hallazgos muestran también que las dimensiones Autonomía, Dominio del Entorno y Propósito en la Vida aumentan con la edad. Al cumplir años, las personas adquieren un mayor funcionamiento autónomo y de regulación de su propio comportamiento, otorgando un mayor sentido a sus experiencias y teniendo una mayor capacidad para controlar el contexto social a fin de satisfacer sus necesidades y valores. Esto es congruente con estudios previos (Fernández et al., 2013; Ryff, 1989; Zubieta, Muratori & Mele, 2012) en los que se evidencia que las personas de mayor edad presentan mayores niveles de autonomía y dominio del entorno en comparación con los más jóvenes. Esto puede deberse al mayor desarrollo psicológico y social de la persona y a una mayor posibilidad de acceder a recursos materiales y económicos con los cuales tener un mayor control sobre sus vidas. García Mazzieri (2012) muestra que a mayor edad se adquiere una mayor seguridad y experiencia en las tareas vitales y una menor vulnerabilidad al estrés o tensión emocional reactiva a los sucesos vitales. En general, la edad provee al individuo más recursos y habilidades personales a la hora de comunicarse y actuar con otras personas y facilita la resolución de problemas.

En relación al estado civil, las personas españolas casadas son quienes presentan mayores niveles de dominio del entorno y crecimiento personal respecto de los solteros. Por su parte, los argentinos que están separados o divorciados muestran mayores niveles de crecimiento personal que los casados y mayores niveles de autonomía que los solteros. Probablemente este hallazgo se relacione con lo planteado por Bilbao, Páez, da Costa y Martínez-Zelaya (2013) acerca de que no solo los hechos vitales positivos refuerzan la autoestima, las relaciones positivas con otros y el sentido de la vida, sino que también los hechos negativos pueden conllevar efectos positivos en el ámbito personal. Es así como, luego de vivenciar una experiencia de signo negativo (tal como una separación o divorcio), la persona puede mejorar su visión de sí misma, adquirir una sensación de crecimiento personal, aprender sobre las capacidades y habilidades propias y mejorar el conocimiento de sí misma y de los otros, entre otras cosas.

En Argentina, Muratori et al. (2013) explican los mayores niveles de bienestar en los solteros o divorciados con un argumento similar al expresado previamente en función del género y las demandas actuales del contexto. El éxito público y laboral requiere de disposiciones que favorecen a quienes están menos condicionados por las exigencias y responsabilidades familiares y parentales. En este sentido, la diferencia entre países en el bienestar, según se esté o no en pareja, puede deberse a la menor distancia al poder de Argentina, en comparación con España, y a su mayor masculinidad cultural. Esto se refleja, por un lado, en un menor énfasis en el orden y el deber y, por otro, en una mayor valoración de la competitividad para la obtención de reconocimiento individual y recompensas materiales, así como por una mayor insatisfacción con la vida en el hogar (Páez Rovira & Zubieta, 2004).

Los datos de la muestra relacionados con el tipo de actividad indican que los argentinos que trabajan presentan mayores niveles de autonomía. Estas personas exhiben un mayor funcionamiento autónomo y una autoevaluación más en función de sus propios parámetros, en comparación con las personas que solo estudian. Esto muestra que el trabajo, además de recursos económicos, les provee un sentido de identidad y significado en el cual el sujeto puede sostener su propia individualidad y gozar de autodeterminación. En el estudio realizado en Argentina (Muratori et al., 2013) se encontró que el sentirse activo a través del trabajo amortigua la frustración anómica, haciendo que los individuos se sientan más integrados y tengan una relación más satisfactoria con el entorno y con ellos mismos.

Los hallazgos reportados refuerzan la importancia de incorporar una dimensión social del bienestar, en términos del contexto y de su aporte a la satisfacción de las necesidades de los individuos. Si bien las muestras analizadas son no probabilísticas por conveniencia, lo que implica una limitación del estudio en términos de la generalización de los resultados, la replicación sistemática de estudios, así como la incorporación de distintas variables asociadas, ayudará a una mejor comprensión del bienestar. Será necesario e interesante

profundizar en la variabilidad inter-país, así como avanzar en futuros análisis que den cuenta del peso de las distintas variables asociadas a la explicación del bienestar.

Finalmente, según los resultados de esta investigación, la felicidad parece ser un mediador importante en las relaciones entre el país y los niveles de bienestar psicológico, excepto respecto del dominio del entorno. Su efecto parece ser más fuerte en las dimensiones Auto-Aceptación, Crecimiento Personal y Propósito en la Vida y más bajo en Relaciones Positivas con los Otros y Autonomía. Sin embargo, es preciso relativizar estos resultados, ya que, si bien grandes encuestas nacionales e internacionales han evaluado la felicidad a través de un ítem único, esta es una limitación metodológica importante, junto con el tipo de diseño muestral utilizado. En un futuro estudio los resultados obtenidos podrían compararse con otros que evalúen a la felicidad por medio de una mayor cantidad de ítems.

Referencias

- Alvarado, X. & Plaza, A. (2014). Bienestar subjetivo, calidad de vida y envejecimiento en Chile. En J. C. Oyanedel & C. Mella (Eds.), *Debates sobre el bienestar y la felicidad* (pp. 161-177). Santiago, Chile: RIL.
- Álvarez Cáceres, R. (2007). *Estadística aplicada a las ciencias de la salud*. Madrid, España: Ediciones Díaz de Santos.
- Argyle, M. (2002). *The psychology of happiness* (Reimpresión de 2^a ed.). New York, NY: Routledge.
- Armitage, P., Berry, G. & Matthews, J. N. S. (1994). *Statistical methods in medical research* (3^a ed.). Oxford, Reino Unido: Blackwell Science.
- Aspinwall, L. G. & Staudinger, U. M. (2003). A psychology of human strengths: Some central issues of an emerging field. En L. G. Aspinwall & U. M. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (pp. 9-22). Washington, DC: American Psychological Association.
- Barrientos, M. & Martínez, D. (2014). Reflexiones y controversias sobre salud mental, bienestar y felicidad. En J. C. Oyanedel & C. Mella (Eds.), *Debates sobre el bienestar y la felicidad* (pp. 129-142). Santiago, Chile: RIL.
- Bilbao, M. A. (2014). Tensiones y contradicciones para el desarrollo del bienestar subjetivo en la escuela. En J. C. Oyanedel & C. Mella (Eds.), *Debates sobre el bienestar y la felicidad* (pp. 143-159). Santiago, Chile: RIL.
- Bilbao, M. A., Páez, D., da Costa, S. & Martínez-Zelaya, G. (2013). Cambio en creencias básicas y crecimiento post estrés: un estudio transversal sobre el fuerte impacto de los hechos positivos sobre el bienestar. *Terapia Psicológica*, 31, 127-139.
- Bobowik, M., Basabe, N., Páez, D., Jiménez, A. & Bilbao, M. A. (2011). Personal values and well-being among Europeans, Spanish natives and immigrants to Spain: Does the culture matter? *Journal of Happiness Studies*, 12, 401-419. doi:10.1007/s10902-010-9202-1
- Carballeira Abella, M., González, J. A. & Marrero, R. J. (2015). Diferencias transculturales en bienestar subjetivo: México y España. *Anales de Psicología*, 31, 199-206. doi:10.6018/analesps.31.1.166931
- Casas, F., Sarriera, J. C., Alfaro, J., González, M., Bedin, L., Abs, D. ... Valdenegro, B. (2015). Reconsidering life domains that contribute to subjective well-being among adolescents with data from three countries. *Journal of Happiness Studies*, 16, 491-513. doi:10.1007/s10902-014-9529
- Conger, A. J. (1974). A revised definition for suppressor variables: A guide to their identification and interpretation. *Educational Psychological Measurement*, 34, 35-46. doi:10.1037/e599922010-001
- Cuñado, J. & Pérez de Gracia, F. (2013). Environment and happiness: New evidence for Spain. *Social Indicators Research*, 112, 549-567. doi:10.1007/s11205-012-0038-4
- David, S., Boniwell, I. & Conley Ayers, A. (2013). *The Oxford handbook of happiness*. Oxford, Reino Unido: Oxford University Press.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18, 572-577.
- Diener, E. (2012). New findings and the future directions for subjective well-being research. *American Psychologist*, 67, 590-597. doi:10.1037/a0029541
- Diener, E. & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 1-31. doi:10.1007/978-90-481-2350-6_9
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302. doi:10.1037/0033-2909.125.2.276
- Diener, E., Tay, L. & Oishi, S. (2013). Rising income and the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104, 267-276. doi:10.1037/a0030487
- España, Instituto Nacional de Estadística (2014). *Cifras de población*. Madrid, España: Autor. Extraído del sitio web del Instituto Nacional de Estadística: www.ine.es
- España, Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2014). *Panorama de la educación. Indicadores de la OCDE 2014*. Madrid, España: Autor.
- Fernández, O., Muratori, M. & Zubia, E. (2013). Bienestar eudaemónico y soledad emocional y social. *Boletín de Psicología*, 108, 7-23.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (4^a ed.). London, Reino Unido: SAGE.
- Galati, D., Manzano, M. & Sotgiu, I. (2006). The subjective components of happiness and their attainment: A cross-cultural comparison between Italy and Cuba. *Social Science Information*, 45, 601-630. doi:10.1177/0539018406069594
- García Mazzieri, S. (2012). *Cultura, bienestar psicosocial y salud mental percibida* (Tesis de Doctorado no publicada), Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Palermo, Buenos Aires, Argentina.
- Graham, C. & Felton, A. (2006). Inequality and happiness: Insights from Latin America. *Journal of Economic Inequality*, 4, 107-122. doi:10.1007/s10888-005-9009-1
- Graham, C. & Pettinato, S. (2001). Happiness, markets, and democracy: Latin America in comparative perspective. *Journal of Happiness Studies*, 2, 237-268. doi:10.2307/20081102

- Haybron, D. M. (2008). *The pursuit of unhappiness: The elusive psychology of well-being*. New York, NY: Oxford University Press.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY: Guilford Press.
- Hofstede, G. (2015). *Cultural tools: Country comparison*. Helsinki, Finlandia: The Hofstede Centre. Extraído del sitio web de The Hofstede Centre: <http://geert-hofstede.com/countries.html>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D. & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022. doi:10.1037/0022-3514.82.6.1007
- Kramp, S. (2014). ¿Por qué las empresas no se ocupan del bienestar de sus colaboradores? En J. C. Oyanedel & C. Mella (Eds.), *Debates sobre el bienestar y la felicidad* (pp. 201-207). Santiago, Chile: RIL.
- Lyubomirsky, S. & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155. doi:10.1007/s10902-010-9203-0
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396. doi:10.1037/h0054346
- Massone, A. & Urquijo, S. (2014). Bienestar psicológico en estudiantes de la Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina, según la edad y el género. *Salud & Sociedad*, 5, 274-280.
- Merino, M. D., Privado, J. & Gracia, Z. (2015). Validación mexicana de la Escala de Funcionamiento Psicológico Positivo. Perspectivas en torno al estudio del bienestar y su medida. *Salud Mental*, 38, 109-115. doi:10.17711/sm.0185-3325.2015.015
- Muratori, M., Delfino, G. & Zubieto, E. M. (2012). Sucesos vitales y bienestar. *Anuario de Investigaciones*, 19, 49-57.
- Muratori, M., Delfino, G. I. & Zubieto, E. M. (2013). Percepción de anomia, confianza y bienestar: la mirada desde la psicología social. *Revista de Psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú*, 31, 130-150.
- Oishi, S. (2012). *The psychological wealth of nations: Do happy people make a happy society?* Malden, MA: Wiley-Blackwell.
- Oishi, S., Diener, E. & Lucas, R. E. (2007). The optimum level of well-being: Can people be too happy? *Perspectives on Psychological Science*, 2, 346-360. doi:10.1007/978-90-481-2350-6_8
- Oishi, S., Koo, M. & Akimoto, S. (2008). Culture, interpersonal perceptions, and happiness in social interactions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 307-320. doi:10.1177/0146167207311198
- Páez, D. (2008). *Cuaderno de prácticas de psicología social y salud: fichas técnicas sobre bienestar y valoración psico-social de la salud mental*. Manuscrito no publicado, Universidad del País Vasco, San Sebastián, España. Extraído de <http://www.ehu.eus/documents/1463215/1492921/Salud+2008+Ficha+Tecnica+I++Bienestar+y+Valoraci%C3%B3n+Psico-Social+de+la+Salud+Mental>
- Páez, D., Morales, F. & Fernández, I. (2007). Las creencias básicas sobre el mundo social y el yo. En J. F. Morales, M. Moya, E. Gaviria & I. Cuadrado (Eds.), *Psicología social* (pp. 195-211). Madrid, España: McGraw Hill.
- Páez Rovira, D. & Zubieto, E. (2004). Dimensiones culturales: individualismo-colectivismo como síndrome cultural. En D. Páez Rovira, I. Fernández Sedano, S. Ubillos Landa & E. Zubieto (Eds.), *Psicología social, cultura y educación* (pp. 55-72). Madrid, España: Pearson Educación.
- Preacher, K. J. & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40, 879-891. doi:10.3758/BRM.40.3.879
- Rentfrow, P. J., Mellander, C. & Florida, R. (2009). Happy States of America: A state-level analysis of psychological, economic, and social well-being. *Journal of Research in Personality*, 43, 1073-1082. doi:10.1016/j.jrp.2009.08.005
- Rodríguez-Carvajal, R., Díaz Méndez, D., Moreno-Jiménez, B., Blanco Abarca, A. & van Dierendonck, D. (2010). Vitalidad y recursos internos como componentes del constructo de bienestar psicológico. *Psicothema*, 22, 63-70.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryan, R. M. & Huta, V. (2009). Wellness as healthy functioning or wellness as happiness: The importance of eudaimonic thinking (response to the Kashdan et al. and Waterman discussion). *The Journal of Positive Psychology*, 4, 202-204. doi:10.1080/17439760902844285
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
- Vázquez, C. & Hervás, G. (Coords.) (2009). *La ciencia del bienestar: fundamentos de una psicología positiva*. Madrid, España: Alianza.
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. J. & Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5, 15-28.
- Veenhoven, R. (2001, Enero). *What we know about happiness*. Ponencia presentada en el diálogo “Gross National Happiness”, Woudschoten, Zeist, Holanda.
- Veenhoven, R. (2009). False promise of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 10, 385-386. doi:10.1007/s10902-008-9101-x
- Zubieto, E. M. & Delfino, G. I. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, 17, 277-283.
- Zubieto, E., Fernández, O. & Sosa, F. (2012). Bienestar, valores y variables asociadas. *Boletín de Psicología*, 106, 7-27.
- Zubieto, E., Muratori, M. & Fernández, O. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud & Sociedad*, 3, 66-76.
- Zubieto, E. M., Muratori, M. & Mele, S. (2012). Bienestar, clima emocional, percepción de problemas sociales y confianza. *Anuario de Investigaciones*, 19, 97-106.

Fecha de recepción: Junio de 2015.

Fecha de aceptación: Octubre de 2015.