

# UNA APROXIMACION AL ESTUDIO DEL BIENESTAR SUBJETIVO DE UN GRUPO DE INTELLECTUALES DE LAS CIENCIAS SOCIALES<sup>1</sup>

Lic. Claudia Riestra López

Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas

## Resumen

El objetivo del presente trabajo fue hacer una caracterización del bienestar subjetivo de un grupo de intelectuales, pertenecientes al Consejo de Ciencias Sociales del Ministerio de Ciencia Tecnología y Medio Ambiente (CITMA). Constituyó un primer intento de abordaje de este tema en un grupo de la estructura socioclasista cubana. Se partió de una concepción integradora de este fenómeno, que supone entenderlo como la evaluación que hacen las personas de su vida, la cual incluye tanto juicios cognitivos, como reacciones afectivas. Para ello se empleó una metodología cuantitativa-cualitativa. Como resultado se identificaron dominios y dimensiones que conforman el bienestar de los intelectuales. De manera general, se encontró que el bienestar de los sujetos se caracteriza por el hecho de experimentar satisfacción general con la vida, así como en la mayoría de los ámbitos que resultan más relevantes para ellos (familia, trabajo, esfera material o económica y personal), lo que se vincula con el predominio de estados emocionales positivos.

## Introducción

En el análisis de los aspectos positivos que tributan a la salud humana resulta imprescindible la categoría bienestar subjetivo, junto con otras, que permiten estudiar los factores psicológicos influyentes en el proceso salud-enfermedad. Esto se justifica teniendo en cuenta que este fenómeno se manifiesta en todas las esferas de la actividad humana (Victoria & González, 2000). Es precisamente la toma de conciencia por parte de los investigadores acerca de la importancia de estos factores, lo que impulsa en gran medida el estudio sistemático del bienestar subjetivo.

---

<sup>1</sup> Artículo elaborado a partir de: Riestra, C. (2011). *Bienestar subjetivo de un grupo de intelectuales de las ciencias sociales*. Tesis para optar al título de Licenciada en Psicología, Facultad de Psicología, Universidad de la Habana, La Habana, Cuba.

En los últimos treinta años se ha incrementado considerablemente el número de investigaciones sobre este fenómeno. Esto también ha sido resultado del desarrollo cada vez mayor de la Psicología Positiva, que aun siendo una de las disciplinas más jóvenes dentro de la ciencia psicológica, ha logrado importantes avances, que se expresan en su impacto sobre otros ámbitos de investigación científica.

A pesar del interés creciente por el tema en el ámbito científico a nivel mundial, en el caso de Cuba se reconoce que aún son escasos los estudios empíricos. Según una revisión realizada por Díaz (2001), las investigaciones más significativas se centran en pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles y en personas de la tercera edad; desarrollándose fundamentalmente en el espacio de actuación profesional de los psicólogos de la salud. Se observa, entonces, una tendencia a estudiar el funcionamiento positivo en personas con problemas de salud.

Es por ello que, la novedad del presente trabajo radicó, por una parte, en el abordaje de este fenómeno en uno de los componentes de la estructura socioclasista cubana, específicamente en un grupo de intelectuales que se desempeñan en el ámbito de las ciencias sociales.

En Cuba, la intelectualidad que labora en este sector ha tenido la misión histórica de contribuir al desarrollo científico y socioeconómico del país; y de trabajar en aras de alcanzar una sociedad cada vez más justa, inclusiva y participativa, que contribuya al crecimiento personal de sus ciudadanos. Teniendo en cuenta la alta responsabilidad y el impacto social del desempeño de estos profesionales es que resulta de vital importancia la caracterización de su bienestar subjetivo.

Por otra parte, se destacó como elemento relevante el estudio del bienestar subjetivo desde una concepción integradora, según la cual se define como la evaluación que hacen las personas de su vida, que comprende tanto juicios cognitivos, como reacciones afectivas, donde lo afectivo y lo cognitivo se encuentran en estrecha interrelación (Diener, Suh & Oishi, 1997).

El objetivo de este trabajo fue hacer una caracterización del bienestar subjetivo de un grupo de intelectuales de las ciencias sociales, pertenecientes al Consejo de Ciencias Sociales del Ministerio de Ciencia Tecnología y Medio Ambiente (CITMA). Para ello se

plantearon como objetivos específicos: caracterizar la satisfacción por dominios vitales, describir la satisfacción general con la vida e identificar manifestaciones emocionales, como componentes del bienestar subjetivo.

Se empleó una metodología cuantitativa-cualitativa, que permitió el establecimiento de categorías a priori, la asunción de una intencionalidad generalizadora; y a su vez la utilización de formas complementarias de evaluación, en aras de profundizar en la interpretación más plena de los contenidos, atendiendo a los significados conferidos por los sujetos implicados.

Por último, se espera que los resultados puedan ser empleados como punto de partida para la caracterización del bienestar subjetivo en otros sectores poblacionales y así favorecer la continuidad del estudio de este tema en nuestro país.

### **Principales aspectos teóricos que fundamentan la investigación**

El interés por la comprensión de la felicidad humana se remonta a la antigua Grecia, donde suscitó gran controversia al ser abordada por diversas escuelas filosóficas que se centraron, tanto en su conceptualización como en las posibilidades y vías para alcanzarla.

En el caso de la Psicología los primeros trabajos sobre este tema aparecen a finales de la década del 20 del siglo pasado. No obstante, no es hasta después de la Segunda Guerra Mundial que se advierte un especial interés por este campo (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Una expresión de ello fue el reconocimiento de la implicación del bienestar en la salud humana, como parte de la Carta Magna de Constitución de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 1946. En ella se define la salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social y no meramente la ausencia de enfermedad” (OMS, 1987).

En la actualidad el término más empleado para el abordaje de la felicidad humana en el ámbito de la ciencia psicológica, es el de bienestar subjetivo.

Las conceptualizaciones de bienestar subjetivo se centran en los aspectos que llevan a una persona a evaluar positivamente su existencia. Se pueden agrupar en tres perspectivas, partiendo del énfasis que se le otorga a sus componentes.

Una de ellas concibe la dimensión cognitivo-valorativa como la esencia de este concepto, definiéndolo en términos de satisfacción con la vida (Victoria, López, Seuc & Fajardo, 2001). Otra de las perspectivas enfatiza en su dimensión afectiva. Por su parte, Diener et al. (1997) ofrecen una concepción más integradora, en la cual se destaca su carácter multidimensional. Estos autores lo definen como la evaluación que hacen las personas de su vida, que incluye tanto juicios cognitivos como reacciones afectivas, donde lo afectivo y lo cognitivo se encuentran en estrecha interrelación (Pavot & Diener, 1993).

De manera congruente con esta visión existe un consenso en la consideración de dos componentes esenciales del bienestar subjetivo: uno cognitivo, referido a la satisfacción con la vida; y otro afectivo, que concentra el equilibrio entre elementos positivos y negativos de la disposición de ánimo (Campbell, Converse & Rodgers, 1976; Díaz, 2001; Diener, 1984; Diener & Larsen, 1993 citado en Vera & Tánori, 2010).

La satisfacción con la vida o vital consiste en la valoración del nivel de correspondencia entre las aspiraciones y expectativas trazadas por el individuo, y los logros que en relación con ellas ha alcanzado o puede alcanzar a corto y mediano plazo (Victoria & González, 2000). El rango valorativo abarca desde la sensación de realización personal hasta la experiencia vital de fracaso o frustración (García, 2002).

Se habla en términos de satisfacción global con la vida y también referida a dominios específicos de esta, que resulten importantes o significativos para cada individuo. Estos pueden ser: la familia, el trabajo, la salud, las relaciones de pareja y sociales en general, la realización personal, la recreación, la economía, la vivienda, la política, las prácticas religiosas, etc.

El componente afectivo, por su parte, se refiere al nivel de placer (entendido en términos de frecuencia e intensidad) experimentado bajo la forma de sentimientos, emociones y estados de ánimo (Liberalesso, 2002). Está integrado por la afectividad positiva, que supone experimentar en gran medida estados de ánimo y emociones placenteras o agradables (entusiasmo, alegría, amor, etc.); así como por la afectividad negativa,

conformada por estados anímicos y emociones displacenteros o desagradables (tristeza, ansiedad, angustia, ira, etc.) (Diener, 2000; Placer, 2004).

Aunque, de alguna manera, se reconoce la influencia de los juicios cognitivos en la respuesta emocional, así como la incidencia del estado de ánimo en la evaluación que el individuo hace de su vida (Pavot & Diener, 1993), poco se conoce sobre la relación que se establece entre las dimensiones afectiva y cognitiva del bienestar subjetivo, y la contribución que cada una hace a este constructo. Por tanto, la asunción de una concepción integradora del bienestar subjetivo supone un reto metodológico, en tanto implica una evaluación global, y de esta forma el empleo de instrumentos que permitan abarcar con la mayor precisión posible la complejidad de este fenómeno, expresada tanto en su generalidad, como en la especificidad de sus componentes.

Los dos modelos teóricos que han guiado el estudio de este fenómeno son los denominados “abajo-arriba” (bottom-up) y “arriba-abajo” (top-down). En el primero se asume que la satisfacción general con la vida depende de la sumatoria de las satisfacciones experimentadas en diversos dominios específicos como el matrimonio, los estudios, el trabajo, la familia, entre otros (Díaz & Sánchez-López, 2002).

Por su parte, el segundo pone el énfasis en los aspectos internos que determinan los juicios y valoraciones que hacen las personas acerca de sus vidas y circunstancias vitales de desarrollo; proponiendo la existencia de una predisposición de los individuos para vivenciar y reaccionar a los eventos de forma positiva o negativa. De este modo, las personas felices lo son porque les agrada y buscan activamente el placer, y no porque están satisfechas todo el tiempo (García, 2002; Liberalesso, 2002).

## **Metodología**

### **Población y muestra**

La población de esta investigación comprendió a intelectuales que trabajan en centros pertenecientes al Consejo de Ciencias Sociales del Ministerio de Ciencia Tecnología y Medio Ambiente: Instituto de Literatura y Lingüística “José Antonio Portuondo Valdor”, Instituto Cubano de Antropología, Instituto de Filosofía, Centro de Investigaciones

Psicológicas y Sociológicas (CIPS) y Centro de Desarrollo Local y Comunitario (CEDEL).

La muestra estuvo integrada por intelectuales de estas cinco instituciones, que de manera voluntaria accedieron a participar en la investigación y que llevaban como mínimo un año trabajando en el sector de las ciencias sociales. Quedó conformada por 88 sujetos, 63 mujeres (71.6%) y 25 hombres (28.4%). La media de edad fue de 41 años.

### **Método y técnicas**

El método empleado fue la observación interna o autoobservación, mientras que las técnicas utilizadas fueron: revisión bibliográfica, cuestionario de datos generales, Cuestionario de Bienestar Subjetivo CAVIAR, entrevista semi-estructurada y análisis de contenido.

*Cuestionario de datos generales:* En él se incluyeron las siguientes variables: edad, sexo, estado civil, escolaridad, especialidad técnica o profesión, labor que realiza, centro laboral y tiempo de desempeño en el sector de las ciencias sociales.

*Cuestionario de Bienestar Subjetivo CAVIAR:* Fue elaborado y validado por Victoria et al. (2001). Es un cuestionario autoadministrado, que combina los diversos aspectos que conforman el bienestar, tanto los relativos al componente cognitivo, como al afectivo. Consta de dos partes, una correspondiente a escalas de satisfacción relativas a diferentes dominios o áreas de la vida (familiar, laboral, personal, sexual/pareja y material) y la otra a escalas afectivas, que comprende dos subescalas de afectos habituales y recientes, tanto positivos o placenteros, como negativos o displacenteros.

Para complementar la información se añadió una pregunta encaminada a identificar otros dominios y dimensiones importantes para el bienestar de los sujetos y, a su vez, para evaluar los niveles de satisfacción que experimentan con cada uno de estos; a través de una escala tipo Likert de 6 puntos, que va desde “muy satisfecho” (6) hasta “muy insatisfecho” (1).

*Entrevista semi-estructurada:* Fue empleada con el propósito de obtener información que ampliara, complementara y triangulara los datos recogidos en el cuestionario. En

ella se indagó acerca de: otras posibles dimensiones significativas de la satisfacción general con la vida o en áreas específicas; fuentes de satisfacción o insatisfacción; sentimientos, emociones o estados de ánimo más frecuentes (positivos y negativos) y la valoración de la correspondencia o no entre logros y expectativas.

Esta técnica fue aplicada a 10 sujetos-tipos cuya selección se realizó de manera intencional, teniendo en cuenta la diversidad y profundidad de información que cada uno podía aportar, de acuerdo con características y peculiaridades relacionadas con el fenómeno objeto de estudio. Los criterios seguidos fueron: especialidad de la que es graduado, labor que desempeña y centro de pertenencia.

### **Procedimiento**

La aplicación de las técnicas se realizó durante tres semanas en el mes de abril del 2011. Los datos del cuestionario y de la pregunta abierta fueron procesados mediante el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (Statistical Package for Social Sciences, SPSS versión 18). En el caso de la entrevista y de la pregunta complementaria se empleó el análisis de contenido.

### **Resultados**

#### **Caracterización de la satisfacción por dominios específicos**

Para la caracterización de la satisfacción por dominios vitales se identificaron previamente dichos dominios y la relevancia que le confieren los sujetos. Luego se examinaron las dimensiones que los conforman y por último, la satisfacción con cada uno de ellos.

La **identificación de los dominios** se realizó mediante la triangulación de los resultados del análisis factorial de las escalas de satisfacción del cuestionario y el análisis de contenido tanto de la pregunta abierta, complementaria al mismo, como de las entrevistas.

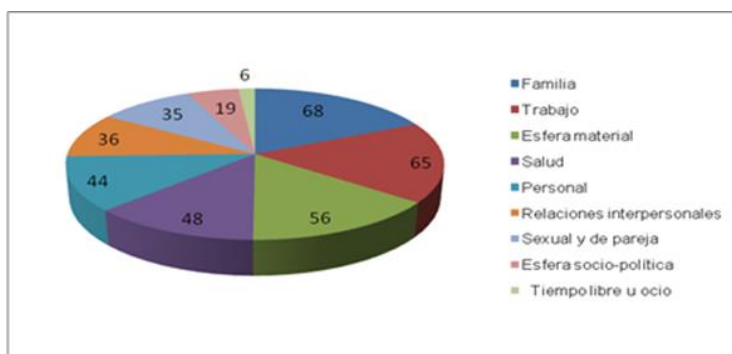
El análisis factorial arrojó 6 componentes (que explicaron el 67% de la varianza de las proposiciones de las escalas de satisfacción); que resultan coherentes teóricamente para identificar dominios del bienestar. La varianza explicada por cada uno de ellos se muestra en la siguiente tabla (1).

Componente	Dominio	Total de varianza	% de varianza	% de varianza acumulada
1	Familia	5.3	17.8	17.8
2	Esfera material o económica	3.5	11.8	29.6
3	Pareja/sexualidad	3.3	10.9	40.5
4	Esfera personal	2.8	9.4	49.8
5	Trabajo	2.5	8.4	58.2
6	Salud	2.5	8.3	66.6

Tabla 1: Varianza explicada por los componentes extraídos.

Estos resultados permitieron reagrupar las proposiciones contenidas en las escalas de satisfacción del cuestionario en 6 dominios específicos: familia, esfera material o económica, salud, pareja/sexualidad, esfera personal y trabajo.

En el caso de la pregunta abierta complementaria se obtuvieron los resultados que se muestran a continuación (Gráfico 1).



Como se aprecia en el gráfico, la familia fue el dominio más referido por los sujetos (80 %). Otros de los citados por más de la mitad de ellos fueron: el trabajo (76.5%), la esfera material (65.9%), la salud (56.5%) y la esfera personal (51.8%). Poco menos de la mitad (42.4%) señalaron las relaciones interpersonales, así como la pareja y la sexualidad (41.2%). El 22.4% lo relacionado con la esfera socio-política. En el caso del tiempo libre fue mencionado por menos del 10% de los sujetos.

Los dominios antes mencionados se identificaron también entre los aspectos que conforman la satisfacción en las respuestas dadas por los sujetos en la entrevista<sup>2</sup>; siendo la familia y el trabajo los referidos por la mayoría de los entrevistados (9 y 8 sujetos, respectivamente); seguidos por las áreas: material o económica (7); salud y

<sup>2</sup> Pregunta #1: ¿Qué aspectos son importantes para Ud. sentirse satisfecho con su vida?



sexual/pareja (5); personal, interpersonal y tiempo libre (2); y, por último, la esfera socio-política (1).

De esta manera, hallazgos en las técnicas abiertas confirmaron los resultados encontrados en el análisis de las proposiciones del cuestionario. En dichas técnicas fueron referidos, por alrededor del 60 % de los intelectuales, contenidos fundamentalmente relativos a la familia, el trabajo y la esfera material o económica. La salud, en este caso, fue entendida también como un dominio independiente. En cuanto a la esfera personal, las relaciones sexuales y de pareja, aun cuando no fueron mencionados por la mayoría de los sujetos en las técnicas abiertas, resultaron ser componentes que se expresaron de manera independiente y consistente en el análisis factorial.

Con respecto a la esfera socio-política se evidenció un fenómeno interesante. Si bien fue reportada por menos del 30 % de los sujetos en la pregunta abierta, 6 de las 10 personas entrevistadas vivenciaron esta esfera como un espacio de insatisfacción (sobre lo que se ampliará más adelante). Es decir que este contenido emergió en un espacio de confianza y empatía, a partir del diálogo cara a cara durante la entrevista, como un dominio que afecta el bienestar de los sujetos. De ahí que, aunque no sea uno de los dominios más relevante mereció ser considerada la manera en que este se manifiesta.

Partiendo de la triangulación de los resultados obtenidos, se puede afirmar que los principales dominios que conforman el bienestar de los intelectuales de las ciencias sociales estudiados son: familia, trabajo, esfera material o económica, salud, personal, sexual y de pareja y el ámbito socio-político. Es, por tanto, a través de la satisfacción con dichos dominios que los sujetos construyen su sentido de bienestar, al hacer un balance entre lo esperado y lo logrado en cada uno de estos ámbitos de vida.

Un primer punto para el **análisis de la importancia que le confieren a los dominios** que explican su bienestar, correspondió a los resultados obtenidos en el cuestionario (Tabla 2).

Dominio	Muy importante		Importante		Medianamente importante		Poco importante		Sin importancia	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%

Dominio	Muy importante		Importante		Medianamente importante		Poco importante		Sin importancia	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Familiar	75	87.2	9	10.5	1	1.2	1	1.2	0	-
Personal	70	81.4	15	17.4	1	1.2	0	-	0	-
Laboral	50	58.1	34	39.5	2	2.3	0	-	0	-
Sexual/pareja	50	58.1	34	39.5	1	1.2	0	-	1	1.2
Material	31	36.0	41	47.7	12	14	1	1.2	1	1.2

Tabla 2: Distribución de frecuencia según el nivel de importancia concedido por los sujetos a las áreas vitales que se evalúan en el cuestionario.

Atendiendo a la sumatoria de los porcentajes de los dos primeros niveles de relevancia (“muy importante” e “importante”) atribuidos a las diferentes áreas (familiar, personal, laboral, sexual/pareja y material) (97.7%, 98.8%, 97.6% y 83.7%, respectivamente), todas resultaron importantes para el bienestar de los intelectuales. Sin embargo, considerando el porcentaje en el nivel “muy importante”, las áreas familiar y personal se destacaron como las dos más significativas. Ello confirma lo señalado en el acápite anterior acerca de la contribución de todas estas áreas de vida al bienestar del grupo de intelectuales, en especial la familia y la esfera personal.

En cuanto a la jerarquía que le concedieron los sujetos a los aspectos importantes para su bienestar, mencionados en la pregunta abierta (tomando en consideración los tres primeros aspectos citados), se cuenta con los siguientes datos (Tabla 3).

Dominios	Orden jerárquico					
	1ro.		2do.		3ro.	
	F	%	F	%	F	%
Familia	29	34.1	25	29.4	5	6.1
Trabajo	4	4.7	17	20.0	22	26.8
Esfera material	6	7.1	17	20.0	16	19.5
Salud	25	24.9	6	7.1	10	12.2
Personal	18	20.9	14	16.5	13	15.9
Sexual y de pareja	2	2.3	5	5.8	11	13.4
Relaciones interpersonales	0	-	1	1.2	4	4.9
Tiempo libre	0	-	0	-	1	1.2
Esfera socio-política	1	1.2	0	-	0	-

Tabla 3: Cantidad de sujetos según orden de importancia concedido a los dominios de la satisfacción.

La familia fue el dominio más referido en las dos primeras posiciones jerárquicas. En el caso de la primera posición los más señalados, después de la familia, son la salud y la esfera personal. El hecho de que la esfera personal fuera menos señalada que la salud, aun cuando en el cuestionario fue evaluada como “muy importante”; puede estar relacionado con que esta última no se presenta en el cuestionario como un dominio

independiente, sino que se incluye como parte de la escala de satisfacción personal; mientras que en la pregunta abierta, los sujetos la identificaron como otro ámbito.

En la segunda posición jerárquica, después de la familia, se destacaron: el trabajo, la esfera material o económica y nuevamente la esfera personal. Este orden se mantuvo en la tercera posición, a excepción de la familia que se desplazó del primer lugar, siendo ocupado por el trabajo.

Como se puede apreciar, a partir de la segunda posición jerárquica se destacaron los aspectos relativos al trabajo y la esfera material o económica. Esto resulta coherente con el hecho de que fueron los más referidos en la pregunta abierta después de la familia (como se mostró en el sub-acápito anterior).

Si bien el trabajo, la esfera material y el área personal resultaron importantes, de acuerdo a los resultados encontrados tanto en el cuestionario, como en la pregunta abierta, se observaron algunas diferencias en cuanto al orden concedido en dichas técnicas. Ello pudiera atribuirse a la propia naturaleza de la información que proporcionan. En la primera las categorías están preestablecidas, mientras que en la segunda el sujeto valora aspectos mencionados por el mismo, por lo que contempla también otros elementos (al interior de los dominios) significativos para él.

Lo anterior avala la necesidad de estudiar el bienestar no solo a punto de partida de dominios preconcebidos, siguiendo un esquema de pensamiento deductivo, sino también desde la construcción que realizan los propios sujetos, a través de las posibilidades que ofrecen las técnicas cualitativas.

En sentido general, se puede plantear que los dominios más relevantes para su bienestar son: familia, trabajo, esfera material o económica y personal. De ellos, la familia constituye el más significativo, lo que se constata además en las siguientes frases, extraídas de dos entrevistas: *...es lo que más sentido le da al trabajo y a lo demás* y *El soporte del individuo es la familia*.

Para la **identificación de dimensiones en cada uno de los dominios**, se complementaron los resultados del análisis de contenido de la pregunta abierta y de las

entrevistas. Además se tuvo en cuenta el ítem más seleccionado dentro de las escalas de satisfacción del cuestionario.

La dimensión más importante dentro del dominio familiar es la relación entre sus miembros, lo que se evidencia en que la mayor parte de las respuestas de la pregunta abierta (61.5%), relativas a esta esfera, hicieron referencia a este aspecto. Otros de los contenidos que emergieron fueron: bienestar de los familiares, funcionamiento familiar, comprendido como la distribución equitativa de las tareas hogareñas entre los miembros de la familia que conviven juntos; seguridad y estabilidad familiar y creación de una familia.

En el caso de la esfera trabajo sobresale la realización profesional, que fue la dimensión más referida en la misma pregunta (61%). En correspondencia con ello, dentro de la escala de satisfacción laboral del cuestionario, los ítems más seleccionados fueron: *“Mi trabajo me agrada”* (48.7%) y *“Mi trabajo da sentido a mi vida”* (37.2%).

Como otros de los elementos citados en la pregunta abierta, pero en menor medida, se encuentran: superación profesional (que comprende: alcanzar metas, posibilidades de desarrollo y capacitación para el adecuado desempeño del rol), relaciones interpersonales al interior del grupo de trabajo, seguridad y estabilidad laboral, ética profesional y condiciones de trabajo.

Por otra parte, el 75.6% de las respuestas relativas a la esfera material o económica se dispersaron en los siguientes aspectos: satisfacción de necesidades básicas (28.9%), vivienda (24.4%), seguridad y estabilidad económica (22.2%) y salario (15.6%). En el resto de las respuestas se hizo alusión a la independencia económica, el transporte y el bienestar material de la familia.

La satisfacción de necesidades básicas, la vivienda, la seguridad y estabilidad económica, así como el salario, constituyen elementos esenciales para la satisfacción material de los sujetos, ya que aun cuando no se evidencie una tendencia general como grupo, estas dimensiones están estrechamente interrelacionadas.

Además, ya que el ítem más seleccionado (76.3%) dentro de la escala de satisfacción material del cuestionario fue: "*Tengo lo necesario para vivir*", se puede plantear que de ellas tres la más relevante es la satisfacción de necesidades básicas. Algunas de las frases de la pregunta abierta que ilustran esta dimensión son: *Tener lo indispensable para reproducir y vivir dignamente* y *Tener asegurados los recursos materiales indispensables para vivir*.

En el dominio salud, las dos dimensiones que intervienen en su satisfacción son la propia salud (51.2%), la de los familiares y seres queridos en general (48.8%)

La primera es entendida como tener un buen estado general, lo que se evidencia en expresiones extraídas de la pregunta abierta, tales como: *Gozar de buena salud*, *Buena salud física y mental* y *Tranquilidad mental*. Como parte de este aspecto se destaca la adopción de un estilo de vida saludable.

Dentro de la esfera personal, el 96.7% de las respuestas se distribuyeron entre la realización personal (27.9%), el equilibrio y la estabilidad mental (26.2%), la superación personal (24.6%) y la autovaloración (18%). Además de estas dimensiones, fue mencionada la autodeterminación.

La autoestima (elemento que conforma la autovaloración), coincide que fue el ítem más seleccionado dentro de la escala de satisfacción personal, elaborado en términos de: *Tengo confianza en mí mismo(a)* (41.8%).

Atendiendo a los resultados obtenidos se puede considerar que, aun cuando no se observaron tendencias grupales (expresadas en términos de mayoría de respuestas concentradas en determinadas dimensiones), la realización personal, el equilibrio y la estabilidad mental, la superación personal y elementos que conforman la autovaloración, son aspectos que intervienen en la satisfacción personal de los intelectuales estudiados.

La relación afectiva entre los miembros de la pareja es la dimensión más significativa al interior de este dominio, siendo el aspecto más citado por los sujetos en la pregunta abierta (53.3%) y el ítem mencionado por similar porcentaje dentro de la escala de satisfacción sexual y de pareja (*Me siento feliz con mi pareja*) (50.7%). Enfatiza en la

armonía, la reciprocidad de las expresiones afectivas, la comunicación y el hecho de recibir el afecto de la pareja. Algunas de las expresiones que permiten ilustrar esto son: *Armonía en la pareja, Relaciones afectivas armónicas, intensas, recíprocas con la pareja* y *“Buena comunicación con mi pareja*.

Otros de los elementos referidos, en menor medida, fueron: apoyo mutuo, relaciones sexuales (*Correspondencia sexual con la pareja, Sexo*), estabilidad de la pareja (*Tener una vida amorosa estable*), confianza y respeto (6.7%) (*Mucha confianza en mi pareja*).

El compromiso social constituye el elemento que más caracteriza la satisfacción de los intelectuales estudiados con su contexto socio-político, siendo el aspecto más referido (65%). Está enfocado en dos direcciones: el rol ciudadano de contribuir al desarrollo de la sociedad cubana (*Ser útil a la sociedad y Contribuir con mi desempeño a mejorar la sociedad*) y la preocupación por el *bienestar de los cubanos, la situación económica, política y social del país, la estabilidad social del contexto y las condiciones de vida en la sociedad*.

En el caso de los derechos civiles (*Estar amparado jurídicamente en mis derechos, Poder salir y entrar a mi país y Acceso a la información globalizada*), los valores morales y sociales, como la *solidaridad* y la participación política, en términos de *acceso al poder hacer*, fueron citados en porcentajes menores al 15%.

Para la **caracterización de la satisfacción con cada uno de los dominios identificados** se analizaron los valores medios de las escalas de satisfacción (por áreas) del cuestionario<sup>3</sup> y los niveles de satisfacción con cada dominio, a partir de los resultados obtenidos en la pregunta abierta. Los resultados del análisis de las escalas del cuestionario indicaron que la relación sexual y de pareja, la esfera personal, la familia y el trabajo son fuentes de satisfacción para los intelectuales estudiados (con valores de 4.69, 4.49, 4.38, 4.36, respectivamente, en una escala de respuesta de 5 puntos). Están satisfechos también con su estado de salud, pero en menor medida

---

<sup>3</sup> Para ello se reagruparon las proposiciones según los factores resultantes del análisis factorial.

(3.91). Sin embargo, la esfera material constituye un ámbito de insatisfacción (con una media de 2.20).

Ello coincide con resultados encontrados en el análisis de la pregunta abierta, como se muestra a continuación (Tabla 4).

Dominios de satisfacción	Muy satisfecho		Satisfecho		Más satisfecho que insatisfecho		Más insatisfecho que satisfecho		Insatisfecho		Muy insatisfecho	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Familiar	29	36.3	25	31.3	18	22.5	5	6.2	1	1.3	2	2.5
Laboral	10	12.8	27	34.6	29	37.2	10	12.8	2	2.6	0	-
Material	0	-	8	10.7	18	24	24	32	10	13.3	15	20
Salud	16	25.4	21	33.3	16	25.4	7	11.1	3	4.8	0	-
Personal	10	13.5	30	40.5	19	25.6	9	12.2	3	4.1	3	4.1
Pareja/sexual	9	25.7	14	40	3	8.6	5	14.3	3	8.6	1	2.8
Socio-político	3	13.0	4	17.4	3	13.0	2	8.7	7	30.4	4	17.4

Tabla 4: Distribución de frecuencia de los niveles de satisfacción con los dominios específicos, en la pregunta abierta.

Si se tiene en cuenta la sumatoria de los porcentajes de los niveles de satisfacción (“muy satisfecho”, “satisfecho” y “más satisfecho que insatisfecho”), la mayoría de los sujetos se encuentran satisfechos con la familia (90.1%), el trabajo (84.6%), la salud (84.1%), la pareja (74.3%) y la esfera personal (79.6%). No obstante, si se toman en cuenta solo los niveles más altos (“muy satisfecho” y “satisfecho”) las mayores satisfacciones se encuentran en el ámbito familiar y de pareja (con más del 65%).

Si bien los sujetos se sienten satisfechos, en sentido general, en la mayor parte de sus ámbitos de vida, y sobre todo en aquellos que resultan más relevantes para ellos (familia, trabajo y esfera personal), identifican fuentes de insatisfacciones en las esferas material y socio-política (con porcentajes de 65.3 y 56.5, respectivamente) que afectan su bienestar.

La información obtenida en el análisis de contenido de las entrevistas permitió complementar y ampliar estos resultados. Las dimensiones identificadas en los distintos dominios, citadas en el acápite anterior, constituyen una expresión de las principales aspiraciones de los sujetos. De manera que, para el análisis de la satisfacción con dichos dominios es necesario analizar la valoración que realizan las

personas de la correspondencia entre estas aspiraciones y los logros obtenidos en el transcurso de su vida, tomando en consideración lo aportado en las entrevistas.

Como se pudo constatar anteriormente, los intelectuales estudiados están satisfechos con su familia. Esto resulta coherente con el hecho de que todos los entrevistados refirieron logros en esta área y no señalaron experiencias de insatisfacción vinculadas a ella. El logro más importante es la educación de los hijos, estando asociadas a la maternidad y la paternidad algunas de las experiencias de satisfacción más significativas. Además, se sienten satisfechos con los vínculos afectivos que existen entre los miembros de sus familias, considerando que han contribuido a ello con su esfuerzo personal, en el sentido de: *Haber logrado una manera de compartir sanamente con mi familia (...) ha sido algo por lo que he luchado.*

Se destaca el hecho de que se sienten realizados en su desempeño profesional, debido a que realizan labores que resultan de su interés, estando motivados por su contenido de trabajo. Esto se evidencia en frases como: *Mi trabajo es algo que me gusta, que me fascina y Profesionalmente haber hecho muchas cosas que deseaba hacer.*

La utilidad social de la actividad laboral es uno de los factores que influye en su motivación laboral, en términos de: *Haber hecho una labor que ha sido medianamente útil y Mi trabajo, con el que he ido logrando hacer cosas por el bien de la gente.*

La realización profesional se deriva también de la pertenencia a instituciones de prestigio, de referencia nacional e internacional para el abordaje de problemáticas sociales, tal como expresara uno de los sujetos: *Estar en una institución de prestigio, donde he encontrado mi lugar.*

Se destacan, además, los resultados concretos de la investigaciones, las publicaciones y la organización de eventos científicos. Algunas de las expresiones que ilustran estos elementos son: *He podido realizar una obra que se está publicando, que es polémica, pero acorde con mi tiempo y En el trabajo, en momentos particulares, por ejemplo, resultados de investigaciones o en la organización de cosas concretas, como eventos.*



De manera general, se sienten satisfechos consigo mismo, experimentando autorrealización. Las experiencias de realización personal están vinculadas, mayormente, a la paternidad y la maternidad, tal como expresara una de las entrevistadas: *Haber sido madre me hizo crecer como persona*. Además, al hecho de haber conocido otros países y contextos culturales: *He vivido el mundo con muchos matices. He podido vivir en contextos totalmente diferentes, desde África hasta Francia y Haber pasado por una experiencia como la guerra en Angola y haber sobrevivido, aunque con secuelas apreciables*.

Esto, a su vez, se vincula con el hecho de considerar que sus relaciones de pareja se caracterizan por la armonía, la reciprocidad de las expresiones afectivas y una buena comunicación; por lo que experimentan satisfacción con este ámbito de sus vidas. Algunas de las expresiones en las que esto se constata son: *Mi pareja actual, que es mi mano derecha, mi apoyo, mi confidente*, y *El hecho de que mi pareja y yo nos hayamos complementado tan bien*.

Durante las entrevistas ninguno de los sujetos hizo referencia a logros en el área material o económica; debido a que presentan dificultades para garantizar la satisfacción de sus necesidades básicas, para el acceso a los bienes de consumo, lo que genera carencias materiales significativas. Algunas de las intervenciones que permiten ilustrar lo anterior son: *No logro llegar a fin de mes, y es algo que no me planteo para no sentirme mal* y *Los problemas y dificultades de la vida cotidiana, las dificultades materiales y económicas*.

Entre las carencias que más identifican se encuentran las relativas a la falta de una vivienda propia, lo que limita la independencia de las parejas jóvenes para la creación de una familia.

La insatisfacción de necesidades básicas está dada por el hecho de que el salario no constituye la vía para garantizar sus condiciones materiales de vida y no se corresponde con la utilidad social de su trabajo, con su productividad, eficacia y eficiencia; tal como expresaran algunos de los sujetos: *He estudiado mucho y no he sido remunerada de forma adecuada*, *Yo pienso que con todo lo que uno hace y se*

*desarrolla profesionalmente, es muy triste no poder vivir de eso y Que mi salario se corresponda con lo que hago.*

En las entrevistas tampoco citaron logros en el ámbito socio-político, concentrándose también en él una parte importante de sus insatisfacciones. Entre estas se encuentra, fundamentalmente, el efecto negativo que ejerce el burocratismo, las regulaciones y los modelos preestablecidos en el sistema político cubano en su compromiso social, en tanto limitan y frenan su iniciativa individual enfocada al bienestar de la sociedad, en el sentido de: *Uno quiere hacer muchas cosas pero la situación de hoy te limita. Por mucho que luches empiezas a chocar con cosas que están preestablecidas en el sistema.*

Teniendo en cuenta la integración de todos estos resultados, se puede plantear que, el grupo de intelectuales estudiados experimentan satisfacción consigo mismo, con su familia, su desempeño laboral, su estado de salud y el de sus familiares y su relación de pareja. Esto evidencia que los grupos de pertenencia y referencia en los que transcurre la vida de los sujetos, constituyen importantes espacios de apoyo o sustento emocional.

Sin embargo, están insatisfechos con sus condiciones materiales de vida, sus ingresos económicos y con sus posibilidades de contribuir al bienestar social, en tanto no están acorde con sus aspiraciones o expectativas.

#### **4.2. Descripción de la satisfacción global con la vida.**

Para el análisis de la satisfacción general con la vida se tuvieron en cuenta los dos modelos que se plantean en la literatura para la comprensión de este aspecto, estableciendo un punto de contacto entre ambos.

A partir del análisis de contenido de la pregunta de la entrevista que indaga sobre los logros alcanzados, se pudo constatar que los individuos establecen un balance entre lo aspirado y lo logrado en las áreas vitales que resultan más significativas para su bienestar; lo que a su vez les permite determinar en qué medida están satisfechos con sus vidas.

En sentido general, refieren sentirse satisfechos con sus vidas, tal como se ilustra en las siguientes expresiones: *Me siento satisfecha, Creo que he logrado bastante.*

Esto se corresponde con los resultados del análisis de los niveles de satisfacción en la pregunta abierta (presentados en el acápite anterior). Si se tiene en cuenta la sumatoria de los tres primeros niveles (“Muy satisfecho”, “Satisfecho” y “Más satisfecho que insatisfecho”), se obtiene un total de 312 respuestas, que representan el 72.3% de 428 (Tabla 4). Como se puede apreciar, el mayor porcentaje de respuestas se concentra en los niveles de satisfacción.

Es importante resaltar que durante la entrevista algunos sujetos destacaron, además, que aun cuando el balance general es positivo, presentan algunas insatisfacciones, tales como: *...lo único que no tengo y que aspiraba, es a tener a toda mi familia unida y no separados, En el trabajo hubiera querido que el salario se correspondiera con lo que esperaba, Haber tenido más obras y de más impacto, con mayor nivel de profundización, para lo que hubiera deseado más preparación académica y Me hubiera gustado hacer más a la altura de mi edad.*

Ahora bien, los sujetos no solo reconocieron sentirse satisfechos atendiendo a un balance general positivo como resultado de la contribución de la satisfacción en diferentes ámbitos de la vida; sino también debido a la influencia de determinadas cualidades o características personalógicas, que determinan una predisposición para vivenciar los eventos o circunstancias de la vida de manera positiva. Se trata, entonces, de la construcción de la satisfacción global, partiendo de un modelo “arriba-abajo”. Los resultados de la escala de satisfacción general del cuestionario permiten ilustrar este modelo (Tabla 5).

Escala de Satisfacción General	Total desacuerdo		Relativamente en desacuerdo		Medianamente de acuerdo		Relativamente de acuerdo		Total acuerdo	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1. Todo me parece interesante.	6	<b>7.1</b>	6	<b>7.1</b>	25	<b>29.4</b>	35	<b>41.2</b>	13	<b>15.3</b>
2. He visto cumplidos mis deseos más importantes.	4	<b>4.7</b>	8	<b>9.3</b>	34	<b>39.5</b>	22	<b>25.6</b>	18	<b>20.9</b>
3. Tengo buena suerte.	3	<b>3.6</b>	11	<b>13.1</b>	28	<b>33.3</b>	21	<b>25.0</b>	21	<b>25.0</b>
4. Se me han abierto muchas puertas en mi vida.	1	<b>1.2</b>	6	<b>7.1</b>	33	<b>38.8</b>	33	<b>27.1</b>	22	<b>25.9</b>
5. Puedo olvidar sucesos pasados desagradables.	5	<b>6.0</b>	11	<b>13.1</b>	15	<b>17.9</b>	38	<b>45.2</b>	15	<b>17.9</b>

Escala de Satisfacción General	Total desacuerdo		Relativamente en desacuerdo		Medianamente de acuerdo		Relativamente de acuerdo		Total acuerdo	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
6. Disfruto de la vida.	0	-	2	<b>2.3</b>	15	<b>17.4</b>	23	<b>26.7</b>	46	<b>53.5</b>
7. Siento que todo me va bien.	2	<b>2.3</b>	16	<b>18.6</b>	32	<b>37.2</b>	30	<b>34.9</b>	6	<b>7.0</b>
8. Tengo una vida tranquila.	9	<b>10.5</b>	11	<b>12.8</b>	24	<b>27.9</b>	25	<b>29.1</b>	17	<b>19.8</b>
9. Tengo confianza en el futuro.	5	<b>5.8</b>	9	<b>10.5</b>	23	<b>26.7</b>	20	<b>23.3</b>	29	<b>33.7</b>

Tabla 5: Distribución de frecuencia de las respuestas en las escala de satisfacción general del cuestionario.

Como se puede apreciar, la mayoría de las respuestas se concentraron entre “medianamente de acuerdo” y “total acuerdo”, lo que expresa una cierta tendencia hacia una valoración positiva de sus vidas. Teniendo en cuenta la sumatoria de los porcentajes de los dos últimos niveles de la escala (“Relativamente de acuerdo” y “Total acuerdo”), se evidencia que, alrededor del 60 % de los sujetos, a pesar de que pueden tener vivencias negativas asociadas a determinados eventos, son capaces de enfocarse al disfrute de la vida y a la proyección de su futuro (lo que se expresa en las proposiciones 5, 6 y 9 para un: 63.1%, 80.2% y 57%, respectivamente); lo que constituye una expresión de la actitud positiva de los individuos hacia la vida.

En la actitud positiva hacia la vida intervienen determinadas cualidades psicológicas, que contribuyen a que, como tendencia, los sujetos vivencien sus eventos vitales de forma positiva, optimista; identificando en ellos posibilidades de crecimiento personal y de nuevos aprendizajes.

En tal sentido, en la pregunta de la entrevista relativa a la atribución causal de los logros alcanzados en la vida, se identificaron características personales que favorecen esta actitud positiva.

Se destacan, fundamentalmente, valores morales, tales como: “constancia”, “perseverancia”, “dedicación”, “responsabilidad” y “tenacidad”. Además, se evidencia la presencia de algunos de los indicadores funcionales de la personalidad, como por ejemplo, la flexibilidad, en el sentido de adquirir nuevos aprendizajes (Tener la capacidad de abrir los ojos ante cosas que me resulten reveladoras) y la capacidad para reestructurar el campo, en términos de: Algo de habilidad para adaptarse y

reorientarse, para que se vaya abriendo paso a nuevas representaciones; tanto que a veces vivo al margen de las cosas materiales.

También se aprecia en los individuos el predominio de los siguientes metaprogramas: afrontador, en el sentido de que se centran en sus propios objetivos y metas (*La vida la llevo por metas y Tengo claro lo que quiero en cada momento de mi vida*); proactivo e interno, ya que logran alcanzar sus objetivos, precisamente, porque se dirigen hacia ellos, toman la iniciativa para iniciar nuevos proyectos teniendo en cuenta sus propios criterios (*Si algo me interesa yo me enfoco a lograrlo y Establecer prioridades, saber elegir las cosas importantes en cada momento*).

#### 4.3. Frecuencia e intensidad de estados emocionales positivos y negativos.

Para examinar la presencia de estados emocionales positivos y negativos, como componente del bienestar subjetivo, se tuvieron en cuenta los resultados obtenidos en las escalas correspondientes a la segunda parte del cuestionario, complementando esta información con el análisis de contenido de la pregunta de la entrevista, en la cual se indaga sobre los estados emocionales más frecuentes.

En el caso de la escala de afectos habituales se cuenta con los siguientes datos, expresados en función de la cantidad de sujetos que respondieron en cada uno de los niveles de dicha escala (Tabla 6).

Sentimientos, emociones o estados afectivos habituales	Nunca		Casi nunca		Algunas veces		Frecuente		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Agradecido	0	-	1	1.2	21	24.4	37	43.0	27	31.4
Alegre/regocijado	0	-	2	2.4	19	22.6	51	60.7	12	14.3
Aliviado/consolidado	1	1.2	3	3.7	38	46.3	37	45.1	3	3.7
Amado	0	-	1	1.2	6	7.1	37	44.0	40	47.6
Confiado/seguro	2	2.4	5	5.9	18	21.2	45	52.9	15	17.6
Contento/ complacido	0	-	2	2.3	23	26.7	52	60.5	9	10.5
Esperanzado	1	1.2	2	2.3	27	31.4	27	31.4	29	33.7
Feliz	0	-	2	2.3	22	25.6	50	58.1	12	14.0
Impaciente/anhelante	2	2.3	18	20.9	42	48.8	21	24.4	3	3.5
Celoso	13	15.5	44	52.4	25	29.8	1	1.2	1	1.2
Ansioso	3	3.5	12	14.0	44	51.2	19	22.1	8	9.3
Desamparado	41	48.2	26	30.6	15	17.6	3	3.5	0	-
Disgustado	2	2.3	22	25.6	55	64.0	7	8.1	0	-
Frustrado/decepcionado	11	12.9	33	38.8	34	40.0	7	8.2	0	-
Irritado	6	7.0	27	31.4	46	53.5	7	8.1	0	-
Preocupado	1	1.2	2	2.4	52	61.2	28	32.9	2	2.4
Temeroso	11	12.9	32	37.6	34	40.0	8	9.4	0	-

Sentimientos, emociones o estados afectivos habituales	Nunca		Casi nunca		Algunas veces		Frecuente		Siempre	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
	Triste	2	2.3	31	36.0	49	57.0	4	4.7	0

Tabla 6 Distribución de frecuencia en la escala de afectos habituales del cuestionario.

Teniendo en cuenta la sumatoria de los porcentajes de los dos niveles superiores de la escala de frecuencia (“Frecuentemente” y “Siempre”), la mayoría de los sujetos se sienten habitualmente amados (91.0%), agradecidos (74.4%), alegres (75.0%), felices (72.1%), contentos (71.0%), confiados y seguros (70.5%) y esperanzados (65.1%). Esto se relaciona con el hecho de que, como plantearan algunos de ellos en las entrevistas: *En general trato de ser optimista y Trato de ser positivo siempre.*

En el caso de los estados emocionales negativos, la mayor parte de los individuos no experimentan con frecuencia (“Casi nunca” o “Nunca”): desamparo (78.8%) ni celos (67.9%). Aunque, “algunas veces” se sienten disgustados (64%), preocupados (61.2%) o tristes (57%). Esto se ilustra en intervenciones, extraídas de las entrevistas: *Disgusto ante la incapacidad de alcanzar una meta, Cuando emocionalmente me siento mal, es tristeza lo que siento.*

Como se constata, los sujetos tienden a experimentar frecuentemente estados emocionales positivos, más que negativos.

En la tabla (7) que se presenta a continuación se muestran los resultados obtenidos en la escala de afectos recientes.

Sentimientos, emociones o estados afectivos recientes	Ninguna		Un poco		Moderada		Bastante		Mucha	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Alegre/regocijado	3	3.5	12	14.0	29	33.7	28	32.6	14	16.3
Aliviado/consolidado	8	9.6	19	22.9	25	30.1	24	28.9	7	8.4
Amado	2	2.3	4	4.7	11	12.8	32	37.2	37	43.0
Confiado/seguro	4	4.8	15	18.1	24	28.9	26	31.3	14	16.9
Contento/ complacido	4	4.7	15	17.4	22	25.6	31	36.0	14	16.3
Esperanzado	4	4.7	20	23.3	16	18.6	25	29.1	21	24.4
Feliz	5	5.9	13	15.3	23	27.1	27	31.8	17	20.0
Extasiado	30	38.5	18	23.1	19	24.4	8	10.3	3	3.8
Orgullosa	18	20.9	14	16.3	22	25.6	25	29.1	7	8.1
Impaciente/anhelante	13	15.1	28	32.6	19	22.1	17	19.8	9	10.5
Celoso	67	78.8	12	14.1	3	3.5	1	1.2	2	2.4
Ansioso	8	9.5	32	38.1	13	15.5	22	26.2	9	10.7
Desamparado	57	69.5	18	22.0	4	4.9	3	3.7	0	-
Disgustado	23	27.4	41	48.8	10	11.9	7	8.3	3	3.6
Frustrado/decepcionado	38	44.7	27	31.8	10	11.8	7	8.2	3	3.5
Irritado	32	37.2	33	38.4	11	12.8	9	10.5	1	1.2

Sentimientos, emociones o estados afectivos recientes	Ninguna		Un poco		Moderada		Bastante		Mucha	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Preocupado	4	4.7	35	40.7	17	19.8	23	26.7	7	8.1
Temeroso	35	41.2	30	35.3	13	15.3	6	7.1	1	1.2
Triste	31	36.0	34	39.5	12	14.0	6	7.0	3	3.5

Tabla 7: Distribución de frecuencia en la escala de afectos recientes del cuestionario.

En su gran mayoría, los intelectuales experimentan con intensidad (“Bastante” y “Mucha”) el amor (80.2%). La esperanza y la felicidad, son vivenciadas de igual manera, pero por poco más de la mitad (53.5% y 51.8%, respectivamente).

Por otra parte, la mayoría de los sujetos refirieron no haber experimentado recientemente celos ni desamparo. En el caso de los siguientes estados emocionales negativos se manifestaron con muy baja intensidad (“Ninguna” y “Un poco”): frustrado (76.5%), disgustado (76.2%), irritado (75.6%), triste (75.5%) y temeroso (74.5%).

En sentido general, en el grupo de intelectuales predominan estados emocionales positivos, siendo los más frecuentes y estables (amor, agradecimiento alegría, confianza y esperanza), así como los de mayor intensidad (amor, esperanza y felicidad). También vivencian emociones negativas, aunque de manera infrecuente (disgusto, preocupación y tristeza) y con baja intensidad (frustración, disgusto, irritabilidad, tristeza y temor).

#### 4.4. Integración de los componentes cognitivo y afectivo del bienestar subjetivo.

Los entrevistados valoran que sus emociones positivas están estrechamente vinculadas a sus experiencias de satisfacción o circunstancias placenteras. En este sentido, la maternidad y la paternidad constituyen uno de los eventos vitales a los que más asocian dichas emociones. Se destacan, además, otras experiencias vinculadas a la familia en general, los logros en el trabajo, las relaciones de pareja, la realización personal, tales como: *Cuando en mi medio familiar todos están alegres, felices, Cuando veo los resultados de mi trabajo, Cuando he publicado libros o he recibido premios, Momentos de hacer con los demás, Mi primera experiencia sexual, Cuando logro vencer los obstáculos o las dificultades en la vida, etc.*

Por su parte, los estados emocionales negativos están relacionados con experiencias de insatisfacción. Entre las más significativas se encuentran aquellas relativas a la salud o el bienestar de los hijos, dificultades de orden económico u obstáculos para contribuir al

bienestar social: *“Cuando mi hija se enferma o tiene que enfrentar una situación difícil”, “Siempre relacionadas con lo económico”, “Al querer, y no poder hacer más cosas para contribuir al desarrollo del país”,* entre otras.

No obstante, los intelectuales de las ciencias sociales estudiados experimentan con mayor frecuencia e intensidad estados emocionales positivos, tales como amor y esperanza; lo cual está vinculado al hecho de que se sienten satisfechos en la mayor parte de los ámbitos de vida que conforman su bienestar subjetivo (sobre todo en aquellos que resultan más relevantes para ellos), es decir, consigo mismo, con los vínculos afectivos con su familia, su desempeño laboral, su estado de salud y su pareja y sexualidad.

En sentido general, los sujetos estudiados valoran su existencia como deseable y placentera; predominando una actitud positiva ante la vida, que implica una evaluación de sus circunstancias y eventos vitales de manera favorable y optimista, a partir de la identificación de espacios de crecimiento y desarrollo personal.

## **Conclusiones**

- Los intelectuales de las ciencias sociales estudiados construyen su bienestar subjetivo a punto de partida de la valoración que realizan de la satisfacción con los siguientes dominios vitales: familia, trabajo, esfera material o económica, personal, salud, sexual y de pareja y socio-política; siendo estos ámbitos a los que se asocian sus principales aspiraciones o expectativas. De ellos los más relevantes son los cuatro primeros mencionados.
- Al hacer un balance entre lo logrado y lo aspirado, experimentan satisfacción, tanto con sus vidas en sentido general, como consigo mismo, su familia, su desempeño laboral, su estado de salud y el de sus familiares y su relación de pareja. Sin embargo, vivencian insatisfacciones fundamentalmente con sus condiciones materiales de vida, sus ingresos económicos y con sus posibilidades de contribuir al bienestar social, en tanto no están acorde con sus expectativas.
- En ellos predominan estados emocionales positivos, siendo los más frecuentes y estables, así como los de mayor intensidad. También vivencian emociones negativas, aunque de manera infrecuente y con baja intensidad.



- Experimentan satisfacción general con la vida, así como en la mayoría de los ámbitos que resultan más relevantes para ellos, lo que se vincula, a su vez, con el predominio de estados emocionales positivos.

## **Bibliografía**

1. Campbell, A., Converse, P. & Rodgers, W. (1976). *The quality of American life: perceptions, evaluations and satisfaction*. New York: Russell Sage Foundation.
2. Díaz, G. (2001). El bienestar subjetivo. Actualidad y perspectivas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 17, 572-579.
3. Díaz, J. F. & Sánchez-López, M. P. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción autopercebida en diferentes áreas vitales [Versión electrónica]. *Psicothema*, 14, 100-105.
4. Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
5. Diener, E. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index [Versión electrónica]. *American Psychologist*, 55, 34-43.
6. Diener, E., Suh, E. & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well being. *Indian Journal of Clinical Psychology*.
7. García, M. A. (2002, Mayo). Desde el concepto de felicidad al abordaje de las variables implicadas en el bienestar subjetivo: un análisis conceptual. *Lecturas: EF y Deportes Revista Digital*, 48. Extraído el 3 Febrero, 2010 de <http://www.efdeportes.com/efd48/bienes.html>.
8. Liberalesso, A. (2002). Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una Psicología Positiva en América Latina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34, 55-74.
9. Organización Mundial de la Salud (OMS) (1987). Atención primaria de salud. *Alma Atá. Salud para todos*, 1.
10. Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.

11. Placer, D. (2004). *Felicidad y vejez: ¿Dos conceptos contradictorios?* Tesis para optar al título de Licenciado en Psicología, Facultad de Psicología, Universidad de la Habana, Ciudad de la Habana, Cuba.
12. Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. An introduction [Versión electrónica]. *American Psychologist*, 55, 5-14.
13. Vera, J. & Tánori, B. C. (2010). *Propiedades psicométricas de un instrumento para medir bienestar subjetivo en la población mexicana*. Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo.
14. Victoria, C. R. & González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16, 586-592.
15. Victoria, C. R., López, V, Seuc, A. & Fajardo, R. (2001). *El Cuestionario de Bienestar Psicológico CAVIAR como propuesta metodológica de evaluación*. Ciudad de la Habana, Cuba: Instituto Superior de Ciencias Médicas de la Habana, Facultad Miguel Enríquez.