

## EL BIENESTAR SUBJETIVO Y SU RELACION CON PERSONALIDAD Y AUTOESTIMA.

*Olivera, Mercedes.*

[mercedes.olivera@uflo.edu.ar](mailto:mercedes.olivera@uflo.edu.ar)

*Universidad de Flores.*

### Resumen

La idea de que las características de personalidad pueden desempeñar una notable influencia sobre la forma de afrontar el estrés, los niveles de bienestar y la prevención de la enfermedad, constituye un área de gran interés sobre la que convergen numerosas investigaciones. El eje que guía dichas investigaciones, y el punto de partida del presente trabajo, podría sintetizarse en la pregunta; *¿Qué distingue a una persona feliz de una que no lo es?*

Existe un amplio consenso en que la Personalidad, a nivel general de análisis, es el predictor más potente de Bienestar Subjetivo. Las investigaciones previas sobre la tónica a nivel mundial indican una fuerte correlación entre los constructos, particularmente entre Neuroticismo y Extraversión con el componente afectivo del Bienestar (Balance Afectivo), así como entre Autoestima y su componente cognitivo (Satisfacción con la Vida).

El objetivo planteado en este trabajo es describir la relación existente entre cada uno de los Cinco Factores de la Personalidad con los componentes cognitivo y afectivo del Bienestar Subjetivo, determinando la significatividad estadística de cada una de las relaciones. Simultáneamente se indagó en la relación existente entre la Autoestima, como característica adaptativa más permeable a influencias culturales, con cada componente del Bienestar Subjetivo.

Estudiantes de la Universidad de Flores, en la Ciudad de Buenos Aires, Argentina, completaron los cuestionarios (*BFI-personalidad, EAR-autoestima, SWLS-satisfacción con la vida y PANAS-balance afectivo*) sobre los que se realizó el análisis correlacional desde un abordaje cuantitativo de diseño transversal. Se utilizó el paquete estadístico SPSS (PASS18) para realizar el análisis de las estimaciones de correlación bivariada, correlación parcial y análisis de regresión múltiple.

Los resultados confirman los hallazgos realizados sobre la temática alrededor del mundo. La relación sostenida entre Personalidad y ambos componentes del Bienestar resulta asimétrica, siendo significativamente mayor con el componente afectivo (Balance afectivo), tanto en intensidad como en variedad de factores asociados. Por otro lado, aunque parezca instintivamente natural asociar el estado afectivo positivo *-felicidad-* a la Extraversión, nuestros resultados señalan en la dirección ya indicada por DeNeve & Cooper (1): Neuroticismo, en general

da cuenta de un porcentaje mayor en la varianza de todos los indicadores de Bienestar Subjetivo, de lo que lo hace Extraversión.

La fuerte relación encontrada entre el factor Neuroticismo y la Autoestima sostiene que, debido a la tendencia a experimentar estados de ánimo negativo característica de los altos niveles de Neuroticismo, las personas pueden estar predispuestas a sentirse mal respecto de sí mismas, y así concluir en una Autoestima baja. Sin embargo debe tenerse en cuenta que la Autoestima también se encuentra relacionada con factores ambientales independientes del Neuroticismo, como por ejemplo la valoración de los otros a partir de los roles sociales. De ésta forma podría darse un doble feedback negativo –Au y N; AU y factores ambientales- donde una baja Autoestima constituida a partir de factores predisposicionales, influya sobre la autoeficacia afectando negativamente el ejercicio de los roles sociales, y ello redunde a su vez en una disminución de la Autoestima.

Se halló que la Autoestima se encuentra fuertemente relacionada con ambos componentes del Bienestar, tanto el afectivo como el cognitivo, aunque contra intuitivamente presenta mayor robustez su relación con Satisfacción con la Vida. Esto puede deberse a que ambas medidas (Satisfacción con la Vida y Autoestima) se basan en un juicio evaluativo en referencia a un período de tiempo relativamente mayor al que involucra la medida afectiva (PANAS). Otra explicación podría provenir de las investigaciones que proponen que el componente cognitivo del Bienestar presenta una mayor sensibilidad a variables culturales, en tal caso enmarcaremos la Autoestima dentro del Sistema de Personalidad como una característica adaptativa en la que se expresa su relación con la Cultura.

La relación entre Bienestar y Autoestima, de acuerdo a nuestros resultados, supera la encontrada con los cinco factores de la personalidad incluido Neuroticismo. Sin embargo resulta probable que la relación entre la afectividad negativa y la Autoestima, observe el mismo patrón que el comentado para Autoestima y Neuroticismo, mientras que no necesariamente la experiencia de estados afectivos placenteros implique un aumento de la Autoestima así como no lo hace Extraversión. En este sentido Diener, Larsen & Emmons (2) sugieren que el afecto negativo, a diferencia del positivo, está menos influido por factores situacionales y más por factores de Personalidad.

**Palabras clave:** *Bienestar Subjetivo, Personalidad, Balance Afectivo, Satisfacción con la vida.*

## Abstract

There is broad consensus that personality, in general level of analysis, is the most powerful predictor of subjective well-being. Previous research on topical worldwide indicate a strong correlation between the constructs, particularly between neuroticism and extraversion with the affective component of wellbeing (Affect Balance), and between self-esteem and cognitive component (Satisfaction with Life).

The aim of this paper is to describe the relationship between each of the Big Five with cognitive and affective components of subjective wellbeing, determining the statistical significance of each of these relationships. Simultaneously we investigated the relationship between self-esteem, as more permeable to cultural influences, an adaptive feature: with each component of subjective wellbeing.

Students of the University of Flores in Buenos Aires, Argentina, completed questionnaires (BFI-personality, EAR-self esteem, SWLS-life satisfaction and PANAS-affective balance) on which the correlational analysis was performed from a quantitative approach to crossover design.

The results confirm the findings on the subject around the world. Regular interaction between the two components of Wellbeing and Personality is asymmetric, significantly higher with the affective component (affective balance), both: in intensity and variety of associated factors. On the other hand, it may seem natural to associate instinctively positive affective state -happiness- to extraversion, however our results point in the direction as indicated by DeNeve & Cooper (1): Neuroticism generally accounts for a larger percentage variance all indicators of Subjective Well, what does extraversion.

**Keywords:** *Subjective Wellbeing, Big Five, Affective Balance, Satisfaction with life*

## Referencias bibliográficas

- DeNeve, K. & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.