

## **Bienestar: explorando diferencias en un grupo de estudiantes universitarios**

*Wellbeing: exploring differences in a group of university students*

Luciano Arienti, Lorena Cortelletti y Diego Baghino

l.arianti@gmail.com

Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires

Eje temático: Psicología Institucional y Psicología Social- Comunitaria

### **Resumen**

El estudio aborda la problemática del bienestar en la población estudiantil universitaria, tanto en su variante hedónica como eudaimónica, como indicador de carácter positivo en torno a la concepción de salud mental. (1)

El bienestar puede abordarse desde distintos ángulos. Desde una perspectiva psicosocial, más específicamente, desde la psicología social de la salud, Keyes, Shmotkin y Ryff (2002), identifican dos tradiciones. Por un lado, la hedónica, que remite al bienestar subjetivo, es decir, el grado de satisfacción de los individuos con su vida en relación a juicios cognitivos y reacciones afectivas, poniendo en primer plano los aspectos emocionales y afectivos (Diener, 1994). Por otro lado, la tradición eudaimónica, referida al bienestar psicológico, que aborda el desarrollo personal, el afrontamiento de retos vitales y la persecución de metas significativas (Ryff y Keyes, 1995).

Así, mientras los estudios sobre bienestar subjetivo apuntan a los procesos emocionales y al sentimiento de agrado con las experiencias vivenciadas como positivas, adoptando diferentes denominaciones teóricas según las diversas fuentes (Blanco y Díaz, 2005), aquellos estudios ligados al bienestar psicológico se centran en los procesos que permiten a los individuos sentirse vivos y auténticos, y en el

crecimiento personal, dejando a la influencia de las actividades placenteras en un rol subordinado (Tomás Miguel, Meléndez Moral y Navarro Pardo, 2008).

Por su parte, la perspectiva eudaimónica (Keyes, 1998) también introduce la dimensión contextual que enmarca las interacciones de satisfacción, felicidad o crecimiento del sujeto, postulando el bienestar social. Posteriormente, Keyes (2005) reafirmará que los criterios diagnósticos en salud mental se relacionan con la satisfacción con la vida, la balanza de afectos, el bienestar psicológico y el bienestar social, ampliando su base en torno a la integración y la actualización social (Bilbao, 2008).

Con el objetivo de explorar estas dimensiones y las variaciones en función de aspectos socio-demográficos y psicosociales, se realizó un estudio descriptivo, correlacional de diferencias de grupos, de diseño no experimental transversal.

La población estudiada consiste en estudiantes universitarios de grado y de posgrado, tanto de establecimientos públicos como privados. La muestra, de tipo no probabilística intencional, está compuesta por 359 estudiantes, de los cuales el 76,3% son mujeres ( $n=274$ ) y el 23,7% son hombres ( $n=85$ ). Mayormente jóvenes y residentes en la Ciudad de Buenos Aires y el conurbano bonaerense. El 51,6% asiste a universidades públicas, mientras que el 48,4% restante lo hace en el ámbito privado, especialmente en instituciones confesionales.

Los resultados muestran, en relación a la dimensión hedónica, puntuaciones media-altas en satisfacción total ( $M=4,86$ ) y felicidad total ( $M=4,99$ ). En relación a los dominios vitales, las mayores puntuaciones de satisfacción se observan en los amigos y la familia. En lo que hace a la vertiente eudaimónica, en el bienestar psicológico la dimensión que más sobresale es crecimiento ( $M=5,13$ ); mientras que en el bienestar social los niveles son en general más deficitarios, destacándose la contribución social ( $M=3,85$ ) seguida por la integración social y coherencia social.

Al agrupar a los estudiantes participantes en función de su inserción o no en el mercado laboral y del ámbito de la universidad en la que estudian, se observan diferencias en el bienestar.

En lo que hace al bienestar hedónico, el dominio Familia puntúa significativamente alto en los estudiantes que no trabajan respecto de quienes sí lo hacen, en quienes prevalece el dominio Trabajo. Por su parte, quienes asisten a universidades del ámbito privado se perciben más satisfechos con la vida y más felices, en comparación a quienes estudian en el ámbito público.

Al abordar la vertiente eudaimónica, se observan diferencias significativas en las dimensiones de *autoaceptación* y *propósito en la vida del bienestar psicológico* a favor de los estudiantes que trabajan. Sin embargo, quienes no trabajan puntúan más alto en *integración del bienestar social*.

Del mismo modo, se detectan diferencias significativas en relación al ámbito de la universidad de estudio. Quienes concurren a universidades privadas registran valores más elevados en la mayoría de las dimensiones, tanto de bienestar psicológico como social. En contraposición, los estudiantes de universidades públicas se destacan en la dimensión de Autonomía del bienestar psicológico.

Finalmente, los hallazgos preliminares resultan congruentes con estudios previos (Delfino, Muratori y Zubieta, 2014; Zubieta y Delfino, 2010). Las particularidades encontradas en el bienestar, al comparar con población general, responden a las características de la población estudiantil y sus comportamientos sociales.

**Palabras clave:** bienestar hedónico, bienestar eudaimónico, estudiantes universitarios.

## Notas

(1) Enmarcado en el Ubacyt “Bienestar Psicosocial: de la Supervivencia a la Autoexpresión. El Cambio en Valores y Creencias como Componente Cultural Clave” (2018, directora: Elena Zubieta).

## Abstract

The study addresses the problems of well-being in the university student population, both in its hedonic and eudaimonic variants, as a positive indicator of the conception of mental health. (1)

Well-being can be approached from different angles. From a psychosocial perspective, more specifically from the social psychology of health, Keyes, Shmotkin & Ryff (2002) identify two traditions. On the one hand, hedonic, which refers to subjective well-being, that is, the degree of satisfaction of individuals with their lives in relation to cognitive judgments and affective reactions, putting emotional and affective aspects in the foreground (Diener, 1994). On the other hand, the eudaimonic tradition, referring to psychological well-being, which deals with personal development, the facing of vital challenges and the pursuit of significant goals (Ryff & Keyes, 1995).

Thus, while studies on subjective well-being point to emotional processes and the feeling of pleasure with experiences lived as positive, adopting different theoretical denominations according to different sources (Blanco & Díaz, 2005), those linked to psychological well-being focus on processes that allow individuals to feel alive and authentic, and on personal growth, leaving a subordinate role to the influence of pleasurable activities (Tomás Miguel, Meléndez Moral & Navarro Pardo, 2008).

On the other hand, the eudaimonic perspective (Keyes, 1998) also introduces the contextual dimension that frames the interactions of satisfaction, happiness or growth of the subject, postulating the social well-being. Subsequently, Keyes (2005) will reaffirm that the diagnostic criteria in mental health are related to satisfaction with life, the balance of affections, psychological well-being and social well-being, broadening its base around integration and social updating (Bilbao, 2008).

In order to explore these dimensions and the variations in function of socio-demographic and psychosocial aspects, a descriptive, correlational study of group differences, of non-experimental transverse design, was carried out.

The population studied consists of undergraduate and graduate university students from both public and private institutions. The sample, of an intentional non-probability type, is composed of 359 students, of which 76.3% are women ( $n= 274$ ) and 23.7% are men ( $n= 85$ ). Mostly young people and residents of the City of Buenos Aires and the conurbation. 51.6% attend public universities, while the remaining 48.4% attend private universities, especially denominational institutions.

The results show, in relation to the hedonic dimension, medium-high scores in total satisfaction ( $M = 4.86$ ) and total happiness ( $M = 4.99$ ). In relation to vital domains, the highest satisfaction scores are observed in friends and family. With regard to the eudaimonic aspect, in psychological well-being the dimension that stands out most is growth ( $M = 5.13$ ); while in social welfare the levels are generally more deficient, highlighting the social contribution ( $M = 3.85$ ) followed by social integration and social coherence.

When grouping the participating students according to their insertion or not in the labour market and the environment of the university in which they study, differences in well-being are observed.

In terms of hedonic welfare, the Family domain scores significantly higher in students who do not work than in those who do, in whom the Work domain prevails. For their part, those who attend private universities are perceived to be more satisfied with life and happier, compared to those who study in the public sphere.

When approaching the eudaimonic aspect, significant differences are observed in the dimensions of Self-acceptance and Purpose in the life of Psychological Well-being in favor of the students who work. However, those who do not work score higher in Social Welfare Integration.

In the same way, significant differences are detected in relation to the scope of the university of study. Those who attend private universities register higher values in most dimensions, both psychological and social welfare. In contrast, students at public universities stand out in the Autonomy dimension of psychological well-being.

Finally, the preliminary findings are congruent with previous studies (Delfino, Muratori & Zubieta, 2014; Zubieta & Delfino, 2010). The particularities found in well-

being, when compared with the general population, respond to the characteristics of the student population and its social behaviors.

**Keywords:** hedonic well-being, eudaimonic well-being, university students.

## Note

(1) Framed in the Ubacyt "Psychosocial Well-Being: From Survival to Self-Expression. The Change in Values and Beliefs as a Key Cultural Component" (2018, director: Elena Zubieta).

## Referencias bibliográficas

- Bilbao, M. (2008). *Creencias Sociales y Bienestar: valores, creencias básicas, impacto de los hechos vitales y crecimiento psicológico*. Tesis Doctoral. Facultad de Psicología, Universidad del País Vasco.
- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. En *Revista Psicothema*, 17 (4), pp. 582-589.
- Diener, E. (1994). *El bienestar subjetivo*. *Intervención Psicosocial*, 3, pp. 67-113.
- Delfino, G., Muratori, M. y Zubieta, E. (2014). Bienestar psicosocial y satisfacción con la vida en estudiantes militares. *Revista Digital Universitaria del Colegio Militar de la Nación*, 12 (35), pp.1-9.
- Keyes, C. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61, pp.121- 140.
- Keyes, C. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, pp. 539-548. doi: 10.1037/0022-006X.73.3.539.



- Keyes, C., Shmotkin, D. y Ryff, C.D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, pp. 1007-1022. doi:10.1037/0022-3514.82.6.1007.
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, pp. 719-727.
- Tomás Miguel, J.M., Meléndez Moral, J.C. y Navarro Pardo, E. (2008). Modelos factoriales confirmatorios de las escalas de Ryff en una muestra de personas mayores. *Psicothema*, 20 (2), pp. 304-310.
- Zubieta, E. y Delfino, G. (2010). *Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires*. Anuario de Investigaciones, XVII, pp. 277-283. Universidad de Buenos Aires.