

DE LA SATISFACCIÓN SOCIOECONÓMICA A LA SATISFACCIÓN PSICOSOCIAL

—BIENESTAR E IDENTIDAD—

Gustavo Valdivia Rivera¹

Resumen:

El presente es un estudio que explora la mente trabajando en contextos socioculturales. Explica cómo la conciencia y la personalidad integran las funciones psíquicas para la adaptación y desarrollo individual y grupal a través de la satisfacción de necesidades y aspiraciones para lograr el bienestar. E investiga el impacto de la satisfacción como fundamento de la identidad colectiva.

Palabras claves: Bienestar y Satisfacción. Medio Social y Estilo de Vida. Migración e Identidad.

Abstract:

This is a study that explores the mind working in sociocultural contexts. Explain how consciousness and personality integrate mental functions for adaptation and individual and group development through the satisfaction of needs and aspirations to achieve wellness. And investigates the impact of satisfaction as the foundation of collective identity.

Keywords: Welfare and Satisfaction. Social Environment and Lifestyle. Migration and Identity

“Los niveles de satisfacción que el hombre alcanza, no sólo dependen de las condicionantes externas, sino también de las internas, de su autovaloración y la jerarquía motivacional.”

1. DE LO MACROSOCIAL A LO MICROSOCIAL

1.1 Del Medio Social al Estilo de Vida

El modo de producción se refiere a la consecución y elaboración de los medios necesarios para satisfacer necesidades básicas en relaciones sociales históricamente determinadas. El concepto de formación socio-económica es más circunscrito y concreto: particulariza los modos de producción de un determinado espacio geográfico (un país, por ejemplo): convivencia de diferentes tipos de relaciones de producción con una de ellas actuando como dominante.

“En el medio social estos elementos de la formación económico-social cobran vida a través de los más diversos aspectos: demográficos, étnicos, psicológicos, individuales” (Kon y Predvechni, 1979.; 39). En el medio social se desarrolla un modo de vida: “la apropiación activa por el individuo de las condiciones sociales de su vida” (Kellé y Kovalzón, 1985; 241). “El conjunto de relaciones prácticas con el medio social es lo que constituye el modo de vida de la personalidad” (Predvechni y Kon, 1979; 39). Es la manera por la que los miembros de la sociedad utilizan y desarrollan las condiciones de vida con repercusión subjetiva traducida en satisfacción o insatisfacción.

El modo de vida puede enfocarse en un nivel de análisis genérico y en otro particular: en éste, el individuo es sujeto de su estilo de vida, como componente subjetivamente determinado del modo de vida, del cual es parte o subsistema.

El estilo de vida, son las “Formas de ser, tener, querer y actuar compartidas por un grupo significativo de personas” que “comparten algunos aspectos socio demográficos (edad, sexo, clase social, etc.); psicológicos (actitudes, motivaciones, intereses), de comportamiento (trabajo, compra, consumo, diversión); de ‘equipamiento’ (qué posee y cómo lo utiliza); y eventualmente, hasta la infraestructura que usa (zona de vivienda, acceso a mercados, escuelas, etc.)” (Arellano, 2000; 48). Incluye formas y hábitos de relaciones personales, hospitalidad, forma de vestir, uso de útiles domésticos, higiene personal, cultura sanitaria, recreación y actividad cultural y política; refleja valores y visión del mundo. Es una forma cristalizada pero reajutable de adaptación, desde la cual el individuo enfrenta el ambiente y busca salir airoso hacia el logro de sus objetivos.

Con el enfoque de las condiciones de vida se puede comprender el carácter de ‘subsistema funcional dinámico’ del estilo de vida en la relación sujeto – modo de vida, y acercar la categoría condiciones de vida a la

psicología: es el contenido genuinamente psicológico del modo de vida (Palacios, D., Castro, C. y Reygadas, D.; 2005). Está regulado por la personalidad y representa el conjunto de conductas del individuo en su medio social.

1.2 Condiciones de Vida y Nivel de Vida

En el ámbito individual, las relaciones del modo de vida y el estilo de vida se dan a través de las condiciones de vida, determinadas por el tiempo histórico y el escenario natural, social, cultural, económico y político; tanto como por los eventos en escenarios más específicos en que transcurre la vida de una persona, produciendo subjetividad.

Son las condiciones reales en que los hombres producen y reproducen su existencia social e individual; su naturaleza es plurideterminada. Contiene elementos materiales y espirituales. Entre las condiciones de vida están: trabajo, vivienda, atención médica, alimentos; existencia de centros culturales y deportivos, saneamiento ambiental, transporte, comunicaciones.

También un nivel de las condiciones de vida es resultado de la actividad del sujeto y su personalidad, su autodeterminación y decisiones y elección a partir de su desempeño social.

El desarrollo económico está relacionado con el concepto de nivel de vida cuyos indicadores giran básicamente alrededor de los ingresos y el consumo. Esto forma parte de los componentes de la calidad de vida y el bienestar humano. El nivel de vida es el grado en que se satisfacen las necesidades humanas expresadas a través de indicadores cuantitativos de consumo.

1.3 La Calidad de Vida y el Bienestar

La Calidad de Vida resulta de la compleja interacción entre factores objetivos y subjetivos; los primeros constituyen las condiciones externas (económicas, sociopolíticas, culturales, ambientales, etc.)

que facilitan o entorpecen el desarrollo de la personalidad. Los factores subjetivos están determinados por la valoración que el sujeto hace de su biografía en función del nivel de satisfacción que alcanza en las esferas más importantes de su experiencia y el nivel de correspondencia entre las aspiraciones y expectativas trazadas, y los logros alcanzados.

Los niveles de satisfacción que el hombre alcanza, no sólo dependen de las condicionantes externas, sino también de las internas, de su autovaloración y la jerarquía motivacional.

De la diferenciación de componentes objetivos y subjetivos es que se han planteado los enfoques para la medición de la calidad de vida: uno centrado en variables objetivas externas de corte sociológico y económico y otro centrado en la dimensión subjetiva por la percepción y valoración de la satisfacción del sujeto de su propia existencia.

La calidad de vida está vinculada al funcionamiento de la sociedad, a las normas y valores, pero sobre todo a las aspiraciones y el nivel de satisfacción con respecto a los dominios más importantes en los que la persona desarrolla su vida.

La satisfacción es un estado mental, una apreciación valorativa de algo capaz de provocar goce o disfrute implicando un complejo cognitivo-afectivo, sea en sectores específicos o en una percepción genérica. Suele denominarse 'felicidad' al Bienestar Subjetivo, a la vivencia de emociones agradables más que desagradables, a la realización de actividades interesantes y de satisfacción con la vida, y a su correspondiente evaluación (Cuadra y Florenzano, 2003; 85).

1.4 Adaptación y Socialización

La sociedad es un conjunto permanente y organizado de individuos y grupos que interactúan con diversos fines derivados de distintos niveles de necesidades. En el

proceso de satisfacción de necesidades desarrollan trabajo, como producto de lo cual se crea cultura. La cultura es el hábitat y el recurso de adaptación y desarrollo del ser humano.

En esta interacción acontece la adaptación del individuo y los grupos en el transcurso de su vida y de su historia por adecuación entre la estructura socioambiental y la estructura de la personalidad a través de la socialización por incorporación de un sistema de actos e ideas mediante experiencia, comunicación y aprendizaje para vivir y desarrollarse en un medio social.

Por adaptación se producen modificaciones conductuales que mejoran progresivamente los vínculos persona – ambiente en referencia a sus necesidades y metas en el marco dinámico de las normas de la sociedad. Esto incluye cambios, progresiones, detenciones y regresiones; resignificación de situaciones escrutando sus amenazas, riesgos o desafíos, reevaluando acciones pertinentes y alternativas con argumentos que corroboran o refutan, justificaciones para superar vacilaciones y obstáculos y crisis. ‘Calibrar’ es intentar mayor precisión, funcionalidad y operatividad del individuo en el ambiente (Moreno Rodríguez, 1999).

El resultado es un ‘estilo de vida’, que caracteriza al individuo (en su consistencia comportamental) y dirige su conducta (su plan de vida, las estrategias que adopta para cumplir sus metas}, descrito no sólo por cuánto tiene sino por cómo lo utiliza para alcanzar sus objetivos, en un ambiente que impide o facilita sus logros.

Adaptarse es conocer los formatos del entorno y calibrar la interacción en un escenario; o bien, saber qué papel representar en un contexto, en los trances de un argumento de aproximación o alejamiento de lo que quiere y busca y de sus consecuencias, una relación entre su visión y su misión en una secuencia de

argumentos y escenarios con la conciencia y la personalidad como funciones integradoras para la regulación de los mediadores psíquicos.

La ideología es importante para calificar las relaciones entre los fines y medios del desarrollo, los valores fundamentales que orientan la acción concreta en los planos de razón, el interés y el poder con interacción retroconectiva entre lo socioeconómico, lo sociocultural y lo psicosocial.

2. DE LA CONCIENCIA SOCIAL A LA CONCIENCIA INDIVIDUAL

La conciencia social refleja no sólo el ser social (base económica, relaciones de producción), sino las expresiones de la cultura, las relaciones entre las clases sociales y entre naciones a través de sentimientos, costumbres y tradiciones...Las clases sociales y las naciones “tienen sus condiciones específicas de vida y de actividad” y “su propio reflejo de la realidad objetiva, su criterio particular de la vida social; su apreciación de los acontecimientos”... (Nesterenko, 1978; 23, 34 y 35).

La conciencia individual no es simple fracción de la conciencia social pero le es inseparable, adquiere singularidad mediante la experiencia en las condiciones de vida del medio social. Ambas tienen carácter activo y eficaz, operan sobre la realidad y la transforman.

Hay otros conceptos que intermedian entre la conciencia social y la conciencia individual tan estrechamente vinculados que no siempre es posible establecer distinciones claras entre ellos: ideología, concepción de mundo, mentalidad, imaginario social.

2.1 La Ideología, La Mentalidad y el Imaginario Social

“La ideología consiste en un sistema, más o menos coherente de ideas, valores, creencias y opiniones, e incluso de deseos y aspiraciones relativamente estables sobre la realidad, predominantemente en los

aspectos sociales de ésta, y que comparten las personas pertenecientes a un mismo agrupamiento o conjunto societales” (Munné, 1971; 501). La ideología, como concepción de mundo o como mentalidad, es el marco de referencia para adaptarse a la significación de los hechos y guiar la acción; el recurso fundamental de comprensión entre los miembros de una colectividad sobre la significación de cosas y fenómenos, influyendo en el ethos de una cultura entendido como la normatividad que brota de su sistema de valores.

La idea de ‘imaginario colectivo’ y afines viene de la tradición marxista sobre ideología, que expulsó lo imaginario circunscribiéndolo al reino de la ficción y el engaño para perpetuar condiciones de explotación. La mentalidad, es una visión de aspectos de la realidad más simple y menos estructurada y más relacionada con la práctica cotidiana que la ideología.

Por mentalidad Vovelle (1993; 231, 233, 501) entiende la existencia de una “representación que se hace el sentido común a partir de cierta práctica social del discurso de la ideología como formalización organizada y polarizada”. Son estructuras mentales ligadas a estructuras sociales a través de las cuales “se piensan las cosas”, con juicios, conceptos y creencias, ideas, reglas y disposiciones intelectuales estables y generales a un grupo humano resultado de su experiencia (Merani, 1971). Es pensamiento colectivo.

Para Bouthoul la mentalidad es “un conjunto de ideas y disposiciones intelectuales integradas en el mismo individuo unidas entre ellas por relaciones lógicas y relaciones de creencias” (García, 1980; 21) que operan como “mediaciones complejas entre la vida real de los hombres y la imagen —hasta las representaciones fantásticas— que se hacen de ella” (Vovelle, 1993; 240); estableciendo así conexiones entre las

condiciones objetivas de la vida y sus representaciones.

Cordelius Castoriadis conceptuó el imaginario social como obra de edificación de los sujetos a partir de una red de símbolos, sirviendo de articulación entre lo subjetivo y lo social, en el proceso continuo de construcciones de sentido. La visión no percibe directamente las cosas, sino “a través de las configuraciones imaginarias en las que el ojo se alimenta” (Santana, 6).

Lo imaginario en este caso, es fuente de las definiciones a través de referencias indirectas, metafórico – analógicas, que se reifican con el uso repetido y compartido hasta generar formas e identidades, aceptadas como válidas y realmente existentes con autonomía colectiva, legitimando ciertas ideas y usos y deslegitimando otras.

Bajo cada concepto, imagen o idea late una metáfora, convertida en creencia y fuente de realidad conformando un universo de significaciones que impelen comportamientos con formas en que el deseo se anuda al poder, fijando linderos entre lo lícito y lo ilícito, entre el bien y el mal, entre lo debido y lo indebido.

Produce narrativas que se repiten en diferentes formas y escalas en la retícula social en que circulan, configurando y destacando aspectos preferidos subjetivamente, resaltando ciertas representaciones, normas y valores para dotarlas de un sentido, dejando otras en la oscuridad o el silencio por no ser convenientes a un sistema vertebral de intercomunicación e interacción.

Ideología, mentalidad e imaginario son algo así como una atmósfera de premisas colectivas desde las cuales los individuos conscientemente o no, y a través de los filtros mediacionales de su actividad psíquica, elaboran sus propias ideas según sus circunstancias y su biografía, lo cual le

da un matiz particular–personal sobre la matriz genérica–social desde donde proceden.

2.2 Subjetividad y Representaciones Sociales.

En el proceso de adaptación el ser humano subjetiva la realidad a través de su experiencia y la de su comunidad utilizando sus procesos mentales en forma de representaciones sociales.

Las RS pueden caracterizarse del siguiente modo:

“La emocionalidad es generadora de sentidos, fuente de producción, organización y reorganización de necesidades y del desarrollo de las configuraciones subjetivas de la personalidad.”

- Tienen carácter ontológico y plurideterminado; y valor heurístico sobre las interrelaciones de elementos múltiples.
- Corresponden a un sistema complejo y dinámico, con fenómenos sociales, culturales e individuales, reificados en objetos concretos, cristalizándose en la organización socioeconómica, los códigos, los mitos, etc en que se plasman sus criterios de valor;
- No reflejan los objetos, los reconstruyen; se explicitan en formas

de lo real, pero “son una expresión compleja del tejido social en el que se producen” (González Rey, 2002; 17).

- Se manifiestan a través de la singularización de sujetos concretos que procesan y elaboran símbolos y significados.
- Traducen relaciones de poder.
- Sus componentes guardan relaciones de procesualidad, contrariedad, interacción y recursividad.

2.2.1 El Discurso y el Sentido

Las RS dan sentido común a las producciones sociales (ciencia, arte, política), a través de creencias, valores, mitos, completando conocimiento y pensamiento como realidades internas y teniendo al discurso y la comunicación como realidades externas.

“Las narrativas, a diferencia del discurso, son coconstruidas, son totalmente contextuales. El discurso como sistema es portador de elementos que no son coconstruidos, es un sistema previo al sujeto, de naturaleza ideológica y que condiciona las narrativas que se producen dentro de sus límites” (Ibid; 132).

En la narrativa el mundo adquiere sentido para el sujeto. “Los sentidos son los espacios de subjetivación de la emoción”... "articuladas dentro de espacios simbólicos y de significación" con relación recursiva entre ellos... A su vez el pensamiento, está imbuido de emocionalidad con multiplicidad de sentidos subjetivos en los que se sintetiza la experiencia histórica de cada cual... (González; 113–115). La emocionalidad es generadora de sentidos, fuente de producción, organización y reorganización de necesidades y del desarrollo de las configuraciones subjetivas de la personalidad, más allá de simples prácticas lingüísticas...

ENFOQUE SOCIO CULTURAL DE LA MENTE	ENFOQUE HISTORICO-CULTURAL DE LA MENTE
Representantes: Wertsch, Del Río, Bronckart	Representantes : Vigotsky
Acción humana y mediación: La mente es producto de la relación del hombre con la cultura a través de códigos lingüísticos mediadores y orientadores; se omite que la mente y el marco sociocultural, “se constituyen recíprocamente, sin que en este proceso una se diluya en la otra” (González Rey; 159).	La psique es sistema complejo y autorregulado de naturaleza social, cultural, implicada en la historia del sujeto... La mediación no es sólo semiótica; el sentido explica que las palabras contienen una complejidad mayor que la relación significante-significado, configurando una dinámica dialéctica y sistémica de la mente.
El individuo: agente o sujeto: la acción es entendida en la configuración de ‘influencias’ externas del contexto sociocultural, en donde el individuo, es agente más que sujeto, alguien que ‘opera’, perdiendo su rol configurador de los sentidos de su acción.	El individuo es el sujeto portador y generador “de una condición subjetiva que aparece en la configuración del sentido de su acción” (Ibid. 160). La elaboración de sentidos incluye un aspecto motivacional (afectivo), y la dinámica de la acción y el pensamiento se entretajan formando ‘redes’.
El agente cognitivo que opera con el instrumento: los aspectos psicológicos son funcionales a la acción sobre el instrumento, no actúan sobre el sentido subjetivo que el instrumento tiene, definiendo finalmente el tipo de emociones que caracterizan su uso.	Supera el enfoque procesual y funcionalista de la psique y permite su comprensión como sistema complejo y dinámico organizado en sistemas de sentido que están más allá de todo proceso psíquico puntual: el sujeto no opera sobre el instrumento puro, sino sobre el sentido subjetivo que posee.
La reificación del símbolo y el sentido de fuente ontológica: Los vínculos individuo-sociedad se expresan en procesos semióticos de mediación socialmente constituidos, y procesos de comprensión y reconstrucción de una producción cultural (en el construccionismo social el individuo tiene un rol aún menos protagónico)...	La organización subjetiva de las influencias supera la dicotomía de lo social y lo individual: todo comportamiento concreto del sujeto en un espacio social es inseparable de los sentidos y las significaciones procedentes de otros espacios sociales, organizándose en el plano subjetivo en las configuraciones de la personalidad de cada cual...

2.2.2 Marco Sociocultural y Marco Histórico Cultural para la Explicación del Comportamiento

Se han ensayado varios modos de establecer esta relación entre la mente, la cultura y la sociedad; entre los últimos se encuentran el Enfoque Sociocultural y el Histórico-Cultural:

3. LA IDENTIDAD Y LAS REPRESENTACIONES SOCIALES

3.1 Funciones y Sistemas de las Representaciones Sociales

La categoría de representación social reconoce la naturaleza simbólica y social de la experiencia humana, que produce significaciones más allá del objeto concreto, como un modo de conceptualizar la actitud integrando elementos sociológicos (cultura e ideología) con elementos psicológicos (imagen y pensamiento).

Las representaciones sociales (Moscovici y Jodelet, 1961; Martí e Ibáñez, 1979) conciernen al corpus cognitivo organizado del sentido común de la experiencia cotidiana, al modo de una teoría que ayuda a leer y actuar en la realidad física y social mediante los códigos, valores e ideologías (Mora, 2002). Cumplen funciones de conocimiento (para comprender y explicar la realidad y adquirir e integrar nuevos conocimientos coherentemente), identitaria (confieren especificidad a los grupos situándolos en el contexto social de modo compatible con el sistema de normas y valores), de orientación (definen las situaciones para ajustarlas en el sujeto para seleccionar y filtrar informaciones). Función justificatoria (dan razón o fundamento a un comportamiento o toma de posición), función sustitutiva (sustituyen la realidad a la que se refieren), y función icónico-simbólica (presentifican un fenómeno, recrean la realidad simbólicamente).

El sistema central de una representación social está determinado por condiciones históricas, sociológicas e ideológicas, marcado por la memoria colectiva grupal y su sistema de normas, dando significación a otros elementos constitutivos de la representación permitiendo la

consensualidad, estabilidad y coherencia, definiendo la homogeneidad del grupo social.

El sistema periférico de la representación es dinámico y flexible, sensible a las características del contexto inmediato, concretizando el sistema central en términos de toma de posición o conducta; asegura la función de regulación y adaptación del sistema central a los desajustes y características de la situación concreta. Defiende y protege la significación central de la representación y absorbe las informaciones o eventos nuevos, susceptibles de cuestionar el núcleo. Integra la representación a las variaciones individuales.

3.2 El Proceso de Construcción de las Representaciones Sociales

Las representaciones sociales se estructuran alrededor de tres componentes: la actitud o toma de posición afectivo-evaluativa hacia 'algo' con disposición favorable o no hacia el objeto de la representación dándole intensidad y dirección al comportamiento; la información, conocimientos en torno al objeto de representación en función de la pertenencia grupal e inserción social como mediatizadores y las prácticas sociales en torno a éste; y el campo de representación u orden que toman los contenidos representacionales en una estructura funcional determinada.

En el proceso de construcción de la representación social intervienen dinámicamente:

a. Proceso de Objetivación. Traducción de lo abstracto y complejo a imágenes concreto-metafóricas, transfiriendo al espacio mental lo que se halla en el espacio físico en tres fases: construcción selectiva (se retienen unos elementos y se rechazan otros, según su significatividad encajándolos en estructuras cognitivas ya constituidas), esquematización estructurante (organización interna para conferir coherencia) y naturalización (el núcleo central adquiere status ontológico como un componente más de la realidad objetiva; por efecto de una construcción social se olvida el carácter

artificial y simbólico del núcleo y se le atribuye existencia fáctica).

b. Proceso de Anclaje. Es la integración al pensamiento de nueva información con significado específico sobre un objeto, a esquemas anteriores con atribución de funcionalidad y rol regulador en la interacción. El proceso de anclaje articula las tres funciones básicas de la representación: función cognitiva de integración de la novedad, función interpretativa de la realidad y función de orientación de las conductas y las relaciones sociales.

Anclaje y objetivación familiarizan lo extraño, transfiriéndolo a nuestra esfera particular para compararlo e interpretarlo, y reproduciéndolo en cosas tangibles haciéndolo posible de control.

3.3 Las Representaciones Sociales, la Cultura y la Identidad

La explicación de fondo del comportamiento se encuentra en las prácticas sociales y culturales procesadas de modo peculiar y dinámico por cada sujeto a través de sus mediaciones psíquicas.

La cultura es toda producción creada por efecto de interacción de los grupos de una sociedad en el proceso de satisfacción de necesidades. 'Sub-cultura', designaba a grupos marginales; hoy, se refiere a grupos de personas con modos de comportamiento distintivos, que otros en común con la cultura principal de que forma parte. 'Contracultura' es un tipo de subcultura de carácter provocador frente a los valores estatuídos, proponiendo una sociedad alternativa.

En el endogrupo o sociedad propia surgen sub unidades que matizan el sentimiento de identidad: una cultura popular frente a una cultura elitista, una cultura rural frente a una cultura industrial urbana, una cultura nacional versus una cultura estatal, cultura proletaria frente a una burguesa; unidades específicas, fragmentos o segmentos de una unidad cultural mayor o dominante.

Henri Tajfel y John Turner (1986) propusieron la Teoría de la Identidad Social: el individuo desea una identidad social positiva y propia, por comparación entre su grupo y otro relevante. Al pretender defender y elevar su autoestima puede menospreciar a otros por prejuicio y discriminación, para mejorar su propia estima. Las categorizaciones funcionan al modo de un 'embudo perceptual': buscamos dar realce a nuestra autoestima y para ello nos cobijamos en el valor del grupo; resaltamos rasgos que consideramos altamente positivos y para definirlos los contrastamos con otros grupos en especial con un grupo relevante, fuente de referencia; la tendencia al respecto es a menospreciar las características del grupo referencial o a equilibrarlas o a buscar la referencia de un grupo a través del cual logremos una contrastación que nos enaltezca.

Los componentes cognitivos que operan en la apreciación de la autoestima en función de los grupos del entorno, son:

- Categorización: etiquetarse por inclusión dentro del contexto más genérico de su grupo;
- Identificación: ser o pertenecer a un determinado grupo para afirmar la autoestima;
- Comparación: contrastar el grupo con otros, con un sesgo favorable hacia el propio;
- Distinción psicosocial: deseamos que nuestra identidad sea diferente y a la vez favorable.

Saber de nosotros mismos y experimentar consecuencias emotivo-conativas, es producto de la igualación con los nuestros compartiendo códigos y normas, y de la captación de diferencias con la 'otredad', resultado del contacto de lo propio con lo ajeno en una compleja red de relaciones superpuestas políticas, económicas y culturales (Davies y Harré, 1990).

3.4 La Identidad y sus Formas

La cultura está hecha de formas objetivas (artefactos y comportamientos observables) y formas interiorizadas (esquemas cognitivos o representaciones sociales) dialécticamente relacionadas. Los actores sociales interiorizan los significados compartidos y duraderos de su cultura convirtiéndola en sustancia propia. Desbordan contextos particulares para difundirse a contextos más amplios, alcanzando 'tematicidad' (un núcleo significativo encuentra ropajes o encarnaciones diversas) y fuerza motivacional.

La cultura penetra todos los espacios de la sociedad. Pero su repertorio no es homogéneo y estático: contiene zonas de estabilidad y persistencia o tendencias centrípetas y a la vez zonas de movilidad y cambio o tendencias centrífugas. La identidad, siendo representación socialmente compartida, tiene su fuente en la cultura, su idea implica permanencia y unidad, delimitación y La idea de identidad social remite a la experiencia del 'nosotros' y a los vínculos y redes, en torno "a algo que tiene que ver con las reglas y normas sociales, con el lenguaje, con el control social, con las relaciones de poder, con la producción de subjetividades" (Iñiguez, 2001).

Nada hay fuera de la producción de nuestro contexto por lo que identidad social es contingente a una práctica cultural-simbólica personalizada. Identidad individual y social comparten la capacidad para diferenciarse del entorno con límites propios. No se trata de una 'cosa' sino de

distinción de parte del propio sujeto y también de parte de los demás por asignación de un repertorio de atributos valorizados y relativamente estables. Es resultado del modo cómo nos vemos y de cómo nos ven los otros, particularmente quienes consideramos poseedores de poder o posición dominante para establecer distinción, demarcación y autonomía.

Es, pues, una relación entre lo 'socialmente compartido' y lo 'individualmente único', lo que destaca la similitud y lo que enfatiza la diferencia, algunas de cuyas pertenencias pueden tener mayor visibilidad. En lo relativo a los atributos particularizantes las personas se identifican y se distinguen de las demás, entre otras cosas: 1) por atributos 'caracteriológicos'; 2) por el 'estilo de vida' de sus hábitos de consumo; 3) por su red personal íntima (alter ego); 4) por sus 'objetos entrañables', y 5) por su biografía personal (Giménez, 2008; 8-14).

"un sistema de relaciones y de representaciones". La identidad social se define por lo común y compartido de las orientaciones de los fines, los medios y el campo de la acción. Es vivida como un valor, como 'modelo' susceptible de adhesión colectiva, a través de rituales, prácticas y artefactos culturales. Fredrik Barth dice que en perspectiva histórica o diacrónica, los grupos étnicos pueden modificar rasgos

"El aspecto sincrónico es el modo cómo coexisten los componentes de la identidad en un tiempo circunscrito, según el ambiente o la circunstancia en que vive la persona."

fundamentales de su cultura manteniendo sus fronteras, es decir, sin perder su identidad;... "un grupo étnico puede adoptar rasgos culturales de otros grupos, y continuar percibiéndose (y siendo percibido) como distinto de los mismos" (Giménez, op. cit.; 17, 18).

Más que por los rasgos culturales de una identidad étnica, debe preguntarse por cómo los grupos étnicos logran mantener la fuerza de sus fronteras distinguibles a través de los cambios sociales, políticos y culturales de su historia.

3.5 El Sentimiento del Yo

La identidad es la actitud de las personas respecto de sí mismas y de lo que consideran como propio; le corresponden un componente cognitivo (autoconcepto, autoimagen), un componente afectivo (autovaloración, autoestima) y un componente conativo-comportamental.

La percepción de sí provoca reacciones afectivas que impulsan o frenan el comportamiento y se expresan como sentimientos del Yo del propio poder y del propio valor (Lersch, 1966; 285 y ss).

3.5.1 Sentimiento del propio poder (autoafirmación y autodeterminación)

Es el grado en que una persona experimenta su propia potencialidad su autoconfianza y su capacidad para enfrentar, mantenerse e imponerse ante las dificultades. Es de dos clases: Débil o Asténico (insatisfacción, tristeza, amargura, angustia; temor y sobresalto ante las contrariedades y el futuro; necesidad de someterse, docilidad y transigencia; tendencia a la huida y al refugio en la fantasía y la cavilosidad); y Fuerte, Vigoroso o Esténico (tranquilidad, seguridad, iniciativa, decisión, audacia).

$$\text{Éxito (o autovaloración)} = \frac{\text{Éxito}}{\text{Pretensiones}}$$

3.5.2 Sentimiento de propio valor (autovaloración y autoestima)

La autovaloración es el juicio que de sí hace una persona sobre su yo (su autoconciencia): el grado como se acepta y se conforma, y el modo como busca la aceptación de sí, de donde nace un sentimiento de propia dignidad, de orgullo, de amor propio. Los individuos se valoran confrontando su nivel de pretensiones con los resultados objetivos de su actividad y por la comparación de sus logros con los de otras personas. Al respecto, William James planteó la siguiente fórmula:

Si alguien decide emprender una tarea “elige un objetivo que no está en un nivel por encima de sus capacidades, que deba sufrir perturbación y humillación, ni fracaso, ni tampoco por debajo de sus capacidades que deba sentirse ineficaz y poco valioso al realizar una tarea. Asume la cantidad y el tipo de trabajo que mantenga la auto-estima al máximo” (Allport, 1977; 186).

Se manifiesta como sentimiento elevado del propio valor y como sentimiento de inferioridad.

a. Sentimiento Elevado del Propio Valor. Puede ser vivido de un modo acrítico e ingenuo (la persona asume que es valiosa sin sustento alguno); de modo suprapersonal (como si su valor fuera una concesión especial para un destino trascendente); por abolengo (por posición aristocrática por el hecho de pertenecer a alguna familia); de modo narcisístico, (con rasgos de egocentrismo, vanidad, presunción y coquetería); de modo mediato-objetivo (por el rendimiento destacado en una determinada cualidad o actividad); y de modo inauténtico (ocultamiento de un sentimiento de inferioridad compensándolo con rasgos de altanería, sobrevaloración y menosprecio artificiosos).

b. Sentimiento de Inferioridad: Puede ser causado por aspectos corporales (como tales la figura, la fealdad y la deformidad); defectos sociales (hechos vergonzosos u origen o posición social de ‘inferior’ nivel, ilegitimidad, ancestros humillantes; falta de maneras corteses y de rutina del trato social); restricción del potencial psicológico o sentimientos de culpa, que hundan el propio valor dando lugar a un sentimiento de indignidad ante sí mismo y los demás.

c. Emociones de la Autoestimación: “...En la necesidad de estimación busca el hombre su imagen del valor en el espejo del juicio de sus semejantes y en cambio, en la de autoestimación, en el del propio juicio” ...la necesidad de autoestimación “trata de dar al hombre un rango ante sí mismo” de acuerdo a su propia e interna ordenación del mundo (Lersch; 145).

Las emociones vinculadas a la frustración de esta necesidad son las vivencias de inferioridad (situaciones en las que percibimos que no hemos salido airoso) y de vergüenza (...“cuando se ha perdido el prestigio que se poseía”...“cuando se percibe un descenso en el juicio de valor que los demás tienen de nosotros”/ id. 217); el desprecio de sí, y el arrepentimiento (cuando uno mismo atenta contra sus propios valores) y la contumacia (defectuosa disposición para el arrepentimiento por estar sólo orientado por la valoración del ambiente).

d. Contento y Descontento: El yo se experimenta como poder y como valor, pero también como exigencia y según estas demandas se satisfagan o no, aparecen el contento y el descontento al mirarse uno mismo como algo valioso o capaz, al reconocer en sí lo que se desea o se pretende ser, o lo contrario. Del descontento nacen la amargura, la irritación, la envidia y el resentimiento.

3.6 Dinámica de la Identidad

3.6.1 Diacrónico y Sincrónico

El sentido diacrónico es el modo cómo estos componentes cognitivo–afectivo–conativos, personal–sociales interactúan conformando gradientes de identidad en el transcurso del tiempo, cómo se forman y se transforman en el transcurso del ciclo vital personal, o en el devenir del grupo social. Las polaridades que se refieren a la dimensión diacrónica son, entre otras posibles: persistencia–fugacidad, integración–desintegración, definición–difuminación, etc.

El aspecto sincrónico es el modo cómo coexisten los componentes de la identidad en un tiempo circunscrito, según el ambiente o la circunstancia en que vive la persona, destacándose algunos anublándose otros, afirmándose éstos negándose aquéllos en función de la perentoriedad de la experiencia. Son polaridades correspondientes a esta dimensión: congruencia–incongruencia, multiplicidad–unicidad, ubicuidad–localización, priorización–subordinación, etc.

La identidad está sometida a la presión de la dinámica social en relación a la situación y según las necesidades y aspiraciones: la correlación entre éstas en determinado contexto favorecería la identidad y su desfase impulsaría la búsqueda de otros patrones de desarrollo para adquirir otra, según el grado de conformidad o inconformidad de la persona o el grupo.

La situación de marginalidad genera movilidad social. Siendo el grupo de pertenencia (aquél en el cual el sujeto vive, en el que está físicamente presente), la sociedad rural, sus miembros para salvar la barrera de la pobreza se movilizan hacia su grupo de referencia (grupo al cual el individuo aspira a pertenecer, tomando sus normas y valores como modelos): la

sociedad urbana. Este es el trasfondo de la migración del campo a la ciudad, implicándose en ello procesos de aculturación y desidentidad ¿Por qué algunos elementos se conservan y otros se desintegran?

3.6.2 Lo Tradicional y lo Moderno

Se consideran tradicionales las formas de pensar o de actuar típicas de una época, traducidas en costumbres y creencias que se encuentran en un momento en el cual surgen, se desarrollan y van cobrando vigencia otras formas de interpretar la realidad y de actuar en ella, como producto del proceso histórico–evolutivo de la sociedad. Hay un período en que va definiéndose el cambio generacional, a través de varias generaciones hasta que dicha transformación se impone y hace común, generando conflictos en las relaciones de la generación mayor y la generación joven.

Lo moderno hoy puede ser conceptualizado bajo el predominio de la sociedad capitalista en su forma o etapa neoliberal, asociada a las novedades tecnológicas derivadas de los sistemas computarizados y las nanotecnologías, la injerencia de la cibernética y la dialéctica, la industrialización; el desarrollo de la ciencia; y la liberalidad en el campo de las expresiones del comportamiento moral, todo con una ideología de respaldo.

3.6.3 Lo Elitista y lo Popular

La élite está situada en el lado de la cultura dominante, por detentar poder económico y político con una jerarquía de grupos en torno suyo. Las manifestaciones culturales que forman y apoyan se presentan, se difunden y se defienden como la expresión más deseable. En el mundo actual, debido a los medios de transporte y de difusión masiva, y al fenómeno mundial de la globalización, estos patrones de cultura pasan a ser adoptados y adaptados por las otras

culturas en condiciones de subordinación, adecuándolos a sus propias posibilidades a la vez que alterando sus genuinas manifestaciones (Ashin, 1987; 304 y ss). También hay expresiones culturales que 'suben' y al subir y ser aceptadas arriba, se expanden. ¿Qué expresiones son esas y por qué alcanzan ese nivel?

Las expresiones culturales de la élite y de la clase burguesa tienen su efecto principal en la ciudad, ya que es el asiento de esta cultura dominante; bajan a las masas populares tanto de la ciudad como su proyección hacia las áreas rurales. De este modo lo popular se aburguesa por su marca elitizada a través de una serie de intermediaciones. Se imponen por la fuerza o la persuasión, mediante la acción militar e ideológica, mediante el manejo de la economía y por medios simbólicos, en donde funcionan grados de aceptación de uno y otro lado, que requieren de la intervención del poder usado de diferentes modos y a través de distintos recursos.

Lo popular puede entonces, ser considerado como vulgar, inferior, simple, desagradable, grotesco, atrasado: mientras mayor distancia se muestre entre el modelo de aburguesamiento y las pautas de conducta adoptadas por un individuo o grupo, mayor la peyorización y la distancia social.

Lo elitista y lo popular están vinculados con lo moderno y lo tradicional. La cultura dominante asimila —dadas sus condiciones socioeconómicas— la tecnología con mayor facilidad en todos los campos, y las clases altas y medias están en mejores condiciones de reproducir los modelos de vida europea y norteamericana que se propalan por los medios de difusión masiva, y de introducirse en el fenómeno de la sociedad de consumo y de las modas.

Lo popular existe en el campo y en la ciudad, y es expresión de lo tradicional, de pautas antiguas que son conservadas por

ciertos sectores de la sociedad. Pero es en el campo en donde las nuevas modelos se incorporan con mayor lentitud, manteniéndose mejor expresiones culturales de distintos pisos éticos del pasado o la historia de los pueblos.

Es entre lo elitista y lo popular, entre lo moderno y lo tradicional que se entienden conceptos tales como 'criollo', 'costumbrista', 'folklórico', etc.

3.6.4 Lo Público y lo Privado

Otro efecto que puede provocar la transculturación en relación con la identidad es la polaridad público-privado: lo que se muestra a los demás y lo que se conserva para un círculo circunscrito de personas, como la familia, o solamente para sí mismo (haciéndose íntimo).

Cuando se produce la traslación a grupos diferentes se producen adecuaciones de los sentimientos, los pensamientos y los comportamientos, según el grado de tolerancia entre los grupos y culturas implicados. Cuando el grupo es muy disímil y además dominante en cuanto poder, la tendencia puede ser a la imitación, al mimetismo o a la asimilación de sus normas de ideación y acción; esto puede intensificarse si los miembros del grupo dominante hacen escarnio de la procedencia y de su modo de ser: el individuo quisiera expresarse en su propia autenticidad, pero el entorno lo limita. Se produce entonces un posible desdoblamiento: su identidad pública se adecúa a las exigencias del grupo receptor, reproduciendo sus conductas para adaptarse del mejor modo posible. Pero hay una especie de identidad privada puesta en juego con otras personas de su procedencia. Y de no ser esto así, su modo de ser original puede expresarse o manifestarse sólo en el plano psíquico, mas ya no en el comportamental; funcionando sólo en el interior en forma oculta, privado o restringido de una expresión libre y auténtica. Y por esta vía se puede llegar

entonces a la represión de una forma de identidad (con todo su sistema ideativo y activo), e incluso ser relegado a un plano inconsciente (negado pero siempre actuante).

4. EL BIENESTAR PSICOLÓGICO

4.1 La Psicología Positiva y el Bienestar Subjetivo

La Psicología Positiva (Seligman, 2002) focaliza su interés en la investigación de las fortalezas y virtudes. Fredrickson estudió el

“La felicidad puede plantearse como rasgo o como estado, con dos perspectivas de abordar el tema: la Tradición Hedónica o del Bienestar Subjetivo y la Tradición Eudaimónica o del Bienestar Psicológico.”

efecto de la alegría, el entusiasmo, el orgullo, la complacencia, etc., concluyendo que comparten la propiedad de ampliar repertorios de cognición y acción y de construir reservas físicas y de salud psíquicas y sociales para momentos de crisis, en tiempo de escasez, conflicto y riesgo. El efecto sobre la salud y la longevidad se deba a neutralización de efectos fisiológicos nocivos de emociones negativas perjudiciales al sistema cardiovascular y otros.

La calidad de vida contiene dos dimensiones: objetiva y subjetiva. Ésta corresponde al bienestar psicológico: una “vivencia subjetiva relativamente estable, que se produce en relación con un juicio de satisfacción con la vida (balance entre expectativas y logros) en las áreas de mayor significación para cada individuo en particular, todo lo cual está mediado por la personalidad y por las condiciones socio-histórico y culturales” (Victoria García-Viniegras; 2001, 1).

La satisfacción es un estado mental, una apreciación valorativa de algo capaz de provocar goce o disfrute implicando un complejo cognitivo-afectivo: el bienestar estaría compuesto por una faceta centrada en aspectos afectivos-emocionales (estados de ánimo) y otra en los aspectos cognitivo-valorativos (evaluación del sujeto de su propia vida). La felicidad es “un

TRADICIÓN HEDÓNICA – BIENESTAR SUBJETIVO (SWB: Subjective Wellbeing) (“felicidad”)

El Bienestar Subjetivo es el balance de las oportunidades vitales – recursos sociales y personales, aptitudes individuales del curso de los acontecimientos y conflictos a ser enfrentados y la experiencia emocional derivada.

El bienestar como orientación al placer, medido por la vivencia de la vida de forma positiva indagando las causas de la satisfacción o insatisfacción a partir de juicios cognitivos y reacciones afectivas.

Se le atribuyen bases más emocionales en reacciones puntuales a eventos concretos: si predomina lo placentero se percibirá la vida como deseable. Personas de mayor bienestar subjetivo valoran más

positivamente circunstancias y eventos; las ‘infelices’ los evalúan como que el bienestar subjetivo, más transitorio por depender perjudiciales. considerar la felicidad como un estado general que se consigue a través de estados parciales o situacionales de felicidad.

El bienestar es ausencia de síntomas (ansiedad, depresión) y presencia de emociones positivas sobrepasando a las negativas.

TRADICIÓN EUDAIMÓNICA – BIENESTAR PSICOLÓGICO (PWB: Psychological Wellbeing) (“desarrollo del potencial humano”)

Enfatiza la consecución de los valores que hacen a las personas sentirse vivas y auténticas, que las hace crecer como individuos y no tanto a las actividades que les dan placer o las alejan del dolor

El bienestar visto en el potencial humano: la vida con metas y significado. Perspectiva centrada en el desarrollo personal y el estilo en que se afrontan retos y el esfuerzo por lograr las metas deseadas.

La satisfacción con la vida resulta de la integración cognitiva al evaluar el transcurso vital como un resumen global. La satisfacción con la vida al ser producto de un juicio cognitivo, resulta un constructo más estable

de estados de

ánimo; o considerarla como un sentimiento general que hace leer positivamente las diferentes situaciones de la vida.

Enfatiza el bienestar psicosocial con estudios sobre el Bienestar Psicológico (Ryff,1989) y el Bienestar Social (Keyes,1998): desarrollo, afrontamiento, esfuerzo: propósito del vivir; posibilidad de intervenir el ambiente.

estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado”. Son propiedades de la conducta feliz: a) la vivencia de un sentimiento íntimo de satisfacción, componente subjetivo individualizador; b) es un ‘estado’, posee estabilidad temporal, y aunque es duradera, es perecible; c) supone la posesión de un ‘bien’; “el ‘bien deseado’, es el objeto anhelado el que hace la felicidad de una persona”; d) este bien generador de felicidad es de naturaleza variada (material, ético, estético, psicológico, religioso, social, etc). “Se trata de cosas a las que las personas les asignan cualidades axiológicas o valencias positivas”: “una ‘cosa’ deviene en bien deseado por el valor que le atribuye una persona, de lo cual se infiere que la cosa deseada no necesariamente posee un valor intrínseco y que un mismo bien no siempre genera la felicidad de todos los individuos; y, e) es posible que en un tiempo histórico y en una cultura determinada, las aspiraciones colectivas pueden coincidir en desear algún bien o bienes”(Alarcón, 2006; 99).

La felicidad puede plantearse como rasgo o como estado, con dos perspectivas de abordar el tema: la Tradición Hedónica o del Bienestar Subjetivo y la Tradición Eudaimónica o del Bienestar Psicológico (Cuadra y Florenzano, 87/ Zubieta, Muratori y Fernández, 2012).

Se suelen considerar sinónimas las expresiones: satisfacción por la vida, bienestar subjetivo, felicidad, bienestar psicológico, todas incluidas en la dimensión psíquica de la calidad de vida. No obstante, analizándolas, podrían verse diferencias en base a la inclusividad (unas más genéricas que otras), al ángulo metodológico (por parcelas o áreas de experiencia o en términos evaluativos globales), a un elemento actitudinal preferente (el aspecto cognitivo o el aspecto afectivo), etc.

4.2 Componentes

Para Diener, el bienestar es un constructo que presenta diferentes componentes:

- Áreas de la vida: Trabajo, familia, tiempo libre, salud, finanzas, sí mismo, grupo social.
- Satisfacción con la vida: Deseos de cambios, satisfacción actual, con el pasado, con las perspectivas futuras, percepción de los ‘otros significativos’ acerca de la vida y el modo de ser.
- Componentes de afectos positivos: Alegría, regocijo, orgullo, apego, felicidad, éxtasis.
- Afectos negativos: Culpa y vergüenza, tristeza, ansiedad, ira, estrés, depresión, envidia.

Ryff ha propuesto seis dimensiones para operacionalizar el Bienestar Psicológico (en Zubieta, Muratori y Fernández, 2012):

- 1) Autoaceptación. Sentirse bien consigo a pesar de la conciencia de las propias limitaciones.
- 2) Relaciones positivas con otras personas. Relaciones sociales estables con gente confiable.
- 3) Autonomía. Sostener la individualidad en contextos diversos, autodeterminación para resistir la presión social y para autorregular el comportamiento.
- 4) Dominio del entorno. Sensación de influencia del entorno para satisfacer deseos y necesidades.
- 5) Propósito en la vida. Metas y objetivos que permiten dotar la vida de cierto sentido.
- 6) Crecimiento personal. Interés por desarrollar potencialidades.

El concepto de Bienestar Social de Keyes (1998) contiene cinco dimensiones (Blanco y Díaz, 2005):

- 1) Integración social. Evaluación positiva de la calidad de las relaciones con la comunidad on sentimiento de pertenencia social con familia, amigos, vecinos, etc.
- 2) Aceptación social. Actitudes positivas hacia otros; aceptación de lo positivo y lo negativo.
- 3) Contribución social. Sentimiento de pertenencia y de utilidad como miembro de la sociedad y del mundo. Provecho, eficacia y aportación al bien común.
- 4) Actualización social. Confianza en el progreso y en el cambio y futuro social, en su potencial de desarrollo y bienestar en búsqueda de metas de las que podemos beneficiarnos.
- 5) Coherencia social. Sensación de que se es capaz de entender lo que sucede a nuestro alrededor con un orden y un funcionamiento aprehensibles, coherentes.

Reynaldo Alarcón (2006; 104) por análisis factorial estableció cuatro dimensiones de la felicidad:

- Factor 1: Sentido Positivo de la Vida. Estar libre de estados depresivos, fracasos, pesimismo.
- Factor 2: Satisfacción con la Vida. Valoración de logros y percepción de aproximación a los ideales.
- Factor 3: Realización Personal. Sensación de posesión y conservación de lo querido; placidez producto de la orientación hacia los ideales.
- Factor 4: Alegría de Vivir. Vivir como experiencia maravillosa, como estado de placidez estable.

4.3 Condiciones y Manifestaciones del Bienestar

4.3.1 Condiciones psicosociales del bienestar

4.3.1.1 Calidad de la sociedad

Una nación difiere de otra en cuanto a

satisfacción, debido a su 'habitabilidad' (livability) diferencial con componentes a menudo conectados que se condicionan:

- La satisfacción con la vida es mayor en naciones prósperas, pero las correlaciones entre satisfacción y situación de ingresos son fuertes en países pobres y débiles en naciones ricas.
- El nivel de la desigualdad acentúa el riesgo de acontecimientos frustrantes. Es la desigualdad la que propicia actitudes de discriminación como posiciones de superior–inferior y tendencias a la igualación o superación por admirables esfuerzos o por medios ilícitos. Mirar a otros desde alturas diferentes —desde arriba o desde abajo— promueve el egoísmo, la codicia y la envidia; el uso de compensaciones mediante la mentira, la farsa, la violencia, el estropicio y el crimen.
- El acceso al conocimiento y la educación: En una sociedad tecnológica y tecnocrática este valor se va desvaneciendo; el potencial de nivelación y superación que la educación poseía se ha reducido al escasear las posibilidades de empleo y por la exigua retribución al esfuerzo.
- Hay sociedades en las que la pertenencia a grupo étnico (explotación infantil, descuido de la senilidad) o grupo de género (machismo, rituales islámicos, etc) incide en la felicidad de la gente más allá de las simples condiciones biológicas (¿por qué son, por ejemplo, los varones algo más felices en algunos países y las mujeres en otros?).

4.3.1.2 Por encima del nivel de subsistencia

Quien ha logrado vencer el nivel base de subsistencia, se siente en condiciones de disfrutar de la vida. La insatisfacción prevalece en naciones en precariedad de oportunidades y posibilidades. Son causales de infelicidad las condiciones muy malas de un país pobre, o la aparición y acumulación de tensiones materiales y sociales por su repercusión en la elaboración y proyección a metas. Las personas de naciones depauperadas al comparar sus estilos de vida

con los de las naciones materialmente acaudaladas, agudizan la percepción y sensibilidad de su pobreza relativa.

4.3.1.3 Deprivación y saciedad

Los estados deprivacionales sociales crean contextos frustrantes y deprimentes generalizando la vivencia del malestar y poniendo a prueba la capacidad de resiliencia de la gente para soportar y combatir la adversidad y el uso de sus capacidades de afrontamiento para reducir el impacto psíquico concomitante, directo y colateral sobre individuos, vecindarios y comunidades.

También es cierto que la ansiedad en su proporción debida es un motivador para la sagacidad y la creatividad; más allá de ciertos niveles se hace intolerable y neurotizante.

Paradójicamente la saciedad también puede ser causa de infortunio, ya que suele acompañarla el hastío y la falta de motivación; puede ser terreno fértil o para el ocio creativo o para el desacato y la perversión (disonomía). El 'sobrante de riqueza o de bienestar' puede deformar y corromper las costumbres, valores e ideales de la sociedad, llevándola a depravación y a una indiferencia por el envilecimiento, elementos destructivos de la convivencia humana.

4.3.1.4 Curso de los acontecimientos vitales: fortuna y desgracia

Unos encuentran reiteradamente problemas (accidentes, despidos, grescas familiares, enfermedades, etc). Otros son afortunados: conocen gente agradable, son promocionados, tienen hijos exitosos, etc. Situaciones fortuitas pueden cambiar el curso de la existencia influyendo en el balance entre acontecimientos favorables y adversos. Es común que la gente reconozca 'golpes de suerte', y que lo casual de la circunstancia sea percibido como decisivo positiva o negativamente en su vida posterior: no cabe duda de que cada línea de acontecimientos tiene su propia lógica, percepción que se pierde cuando uno se pone a reflexionar

Pero tiene que ver con necesidades.

sobre el porqué dichos cauces confluyeron en el espacio y el lugar 'precisos'.

4.3.1.5 Personalidad

La satisfacción correlaciona bien con la buena salud física y mental, con la asertividad social y la empatía, con la extroversión y la apertura a la experiencia. Puede ser que algún elemento sea temperamental, derivado de tendencias congénitas de funcionamiento del sistema nervioso (así lo dicen estudios con gemelos univitelinos, divitelinos y adoptados). Pero los productos de la herencia están expuestos a la variabilidad medioambiental, y operarían de un modo indirecto en el bienestar a través de rasgos como 'energía' y 'resistencia' que incidirían en el estado de ánimo.

En los años sesenta con el descubrimiento de los centros cerebrales del placer se avanzó en la comprensión de los fenómenos de la afectividad (Olds, 1956; Rolls, 1979). Pero no existe un lóbulo o glándula de la felicidad, pues todo es un tejido hecho de hilos bio-psico-sociales.

La extraversión influye en el afecto positivo y el neuroticismo en el afecto negativo (Costa y McCrae, 1980). Según Gray (1991), dos sistemas cerebrales influyen las diferencias de la personalidad: el sistema de activación conductual (BAS) sensible a los premios, al no maltrato y a conductas de acercamiento; y el sistema de inhibición conductual (BIS) sensible a los signos de castigo, no premios y al freno conductual ante la amenaza punitiva. Estos mecanismos facilitarían una acentuación de las vivencias en los tonos agradables o desagradables de las experiencias.

4.3.2 Manifestaciones Psíquicas Relacionadas con la Dimensión Satisfacción-Insatisfacción

4.3.2.1 La Experiencia hedónica y la capacidad de disfrute

La experiencia hedónica, por su complejidad, no está bien comprendida.

Maslow propuso una jerarquía de

necesidades instintoides que activan y dirigen la conducta. La experiencia, el aprendizaje y las expectativas las afectan (Schultz y Schulz, 2011; 303). Conforman una pirámide en cuya base se encuentran las necesidades fisiológicas (hambre, sed, respiración, evacuación, reposo, sexo, evitación del dolor), le siguen las de seguridad (protección del peligro y el riesgo), continúan las de afiliación (amor y pertenencia), las de estimación (reconocimiento, fama, poder) y las de autorrealización (actualización de ideales, valores).

“Si una persona tiene una creencia, por más absurda que ésta sea tendrá una determinada consecuencia; impresiones subjetivas al ser proyectadas en la realidad llegan a ser verdaderas para quienes las proyectan...”

A menor jerarquía de la necesidad mayor fuerza, potencia o prioridad y cuanto mayor su altura o jerarquía menor su indispensabilidad, por ser de menor interés para la supervivencia. Las necesidades de alto nivel tardan en aparecer; su efecto favorece el sentimiento de felicidad.

Unas necesidades son predominantemente psicofisiológicas y otras predominantemente psicosociales (Cohen, 1973; Reeve, 1999). Los motivos pueden autonomizarse: “motivos que estuvieron condicionados por las necesidades

biológicas pueden convertirse en motivos en sí mismos después de una utilización repetida”. El avaro aprendió el valor del dinero para adquirir bienes; pero luego la adquisición de dinero se autonomiza (Darley, Glucksberg y Kinchla, 1990; 447).

A todo esto hay que añadir que también hay modos de satisfacción comunes y saludables, y modos de satisfacción extraños y perversos, lo cual está más vinculado al sistema de valores de un grupo social que al sentido biológico estricto que contiene la necesidad.

4.3.2.2 Euforia y penuria: acontecimientos agradables y desagradables

Acontecimientos adversos provocan reacciones parecidas en la mayoría, cuando exceden la adaptabilidad humana. Dentro de esos límites, las reacciones difieren de acuerdo con experiencias pasadas, con el significado atribuido al suceso y con la resistencia psicológica.

Beck (2000) comprobó que los depresivos reportan contenidos ideativos negativos referidos a sí mismo, al mundo y a la expectativa para el futuro.

Ellis y Rehm dicen que la depresión se origina en autodevaluaciones, en la atención selectiva a hechos negativos y en esfuerzos con tasa baja de autogratiación y alta tasa de autopunición. Fórmulas verbales peyorativas llevan al pesimismo repercutiendo en el desempeño real. La ‘rumiación negativa’ (repaso infructuoso de lo desagradable) reduce el nivel de bienestar.

Confirmando a la vez que ampliando esto, el modelo de Seligman examina dos conceptos:

- La desesperanza aprendida, expectativa de inminente fracaso o pérdida de situaciones no controlables e inescapables; por creer que cualquier cosa que se haga no tendrá efectos positivos. Entonces el sujeto al quedar

inerte ante el acontecimiento ni huye, ni se defiende.

- Y el estilo explicativo, la forma que elegimos para entender por qué suceden las cosas que nos pasan y para dar respuesta a la situación: un estilo explicativo optimista bloquea la experiencia de desamparo; un estilo explicativo pesimista hace que dicha experiencia continúe, se amplifique y se propague a otras situaciones.

La Quejumbre

Si prevalece la satisfacción, eso no evita el sufrimiento y las quejas: ni el más feliz está libre de la preocupación. Habrá 'satisfacción preocupada' porque siempre habrán resquicios por donde se filtre la infelicidad sin que uno mismo sea su agente, pues otros

—a veces extraños— pueden serlo, nos la traen; o vienen de un entorno del cual no somos responsables. Es imposible anular a cero el dolor y el peligro (y no va mal vivir algo preocupado a modo de prevención y precaución).

4.3.2.3 ¿Capacidades y Propósitos o Azar e Incertidumbre?

Lo que nos ocurre en la vida es en parte asunto de buena o mala suerte, del azar, de líneas de acontecimientos que no sospechamos en qué momento nos encontrarán justamente en su encrucijada (un hecho fortuito a favor o en contra). Por tanto, la posibilidad de que ocurran acontecimientos 'gratos' o 'desafortunados' no es igual para todos: es producto de la biografía personal del sujeto, de la historia social de su colectivo y, además, de la circunstancia. Algunos sucesos son asunto de buena o mala suerte y ocurren con independencia de la posición social o las capacidades (Veenhoven, op. cit.; 11).

¿Realidades o Ficciones?

Lo bien o mal que nos sintamos también depende de disposiciones e interpretaciones. Los estados depresivos

se intensifican o atenúan según el estilo interpretativo (si optimista o pesimista). El denominado Teorema de Thomas, está formulado algo así como que si una persona tiene una creencia, por más absurda que ésta sea tendrá una determinada consecuencia (no importa si coherente o desfasada: tendrá una consecuencia en la medida en que la creencia determina actos y éstos, efectos); impresiones subjetivas al ser proyectadas en la realidad llegan a ser verdaderas para quienes las proyectan: si las personas definen las situaciones como reales, éstas son reales en sus consecuencias.

En el efecto pigmalión, las creencias y expectativas de un grupo respecto a alguien afectan su conducta provocando en el grupo la confirmación de dichas expectativas. El marketing crea ficciones sociales de cuya convicción dependen los hábitos de consumo. "Lo que nos hace felices o infelices no son las cosas tal como objetivamente son, sino lo que son para nosotros y la manera como las miramos", escribió Schopenhauer. En ciencia no pocas veces el prejuicio o el paradigma han hecho ver lo que no existía y negar lo existente.

La ley de Vico dice que "La fama crece con la distancia y disminuye con la presencia", que en su forma newtoniana se expresaría como: "La credibilidad crece en forma inversamente proporcional a la distancia" ('distancia' más que geográfica, social): mientras más lejana la situación a vivirse más posible que un perceptor pesimista incruste sus miedos para implementar la escena catastrófica; y un perceptor optimista se hará excesivas ilusiones de éxito. Cuando la distancia se acorta, la realidad se impone mejor y obliga a los reajustes del caso. Lo cierto es que, mentalmente, el depresivo padeció su drama y el eufórico paladeó un triunfo del que la realidad puede desilusionarlo. Y, además la fantasía o ficción puede modular el comportamiento concreto del sujeto. Y habituarlo.

4.3.2.4 Resiliencia y Vulnerabilidad

La resiliencia es la capacidad para soportar, enfrentar y superar la adversidad; fuerza y energía y perspicacia para resistir y persistir.

La vulnerabilidad es la falta de recursos psíquicos y sociales para enfrentar los obstáculos y desgracias, una propensión a ceder y a declinar en la ruta para conseguir metas. Es posible pensar en una dimensión respecto del grado de tenacidad para seguir en la lucha o para dejarse vencer. En ello juegan varios factores, condiciones y rasgos.

“La persona sometida a estímulos depresores inescapables, de los que intenta salir o superar y no puede, vive un estado de resignación, renunciando a hacer algo por sobreponerse: si la depresión se prolonga puede llegar a la cronicidad.”

Optimismo y Tenacidad

El logro de satisfacciones significativas está relacionado con el éxito y el optimismo; y su fracaso con el pesimismo y la depresión. El optimismo es la tendencia a esperar del futuro resultados favorables; es un rasgo disposicional que media entre los eventos externos y su interpretación personal, con componentes cognoscitivos, emocionales y conativos; suele conducir a la perseverancia. Los optimistas son personas que sin negar sus problemas,

tienen esperanzas y crean estrategias de acción y de afrontamiento.

El optimismo inteligente sería una forma realista de ver las cosas, diferente del optimismo absoluto e incondicional y del optimismo ingenuo (Cuadra y Florenzano, 84).

Según D. Gilbert de la Universidad de Harvard, aún si las cosas salen mal es posible ser feliz pues nuestro ‘sistema inmuno-psicológico’ protege nuestros sentimientos de felicidad aún si las cosas no salen como quisiéramos, lo cual nos llevaría nuevamente a pensar en las raíces temperamentales del bienestar.

Resistencia o Resignación

Es una falacia, piensan algunos críticos sociales, la idea de la satisfacción de los ciudadanos de las modernas naciones occidentales: eso sería simple producto de una triste adaptación por pérdida de esperanza de una mejoría y un ajuste a lo inevitable mediante estrategias defensivas como negación del sufrimiento, comparación con niveles inferiores, tendencia a ponerle color a cosas que de verdad son grises; o, lo que llamaríamos un uso del ‘recurso de valoración’: resaltar lo positivo actual y renunciar al balance global de una existencia poco satisfactoria. De ser así, serían los depresivos quienes ven el mundo más realistamente.

Debiera explorarse la relación entre resistencia (la persona percibe su falencia y el problema, pero lo enfrenta y lo soporta pensando en que la situación cambiará o que puede hacer un esfuerzo para disminuirla) y resignación (estado por el cual la pugna por ser feliz ha cedido y se acrecienta la conformidad con la condición inadecuada incluso con riesgo de un incremento de la misma).

La desvalidez aprendida designa la convicción de que nada se puede para mejorar una situación negativa (Martin; 380; Wittig, 1982; 47). La persona sometida a estímulos depresores inescapables, de los que intenta salir o superar y no puede, vive un estado de

resignación, renunciando a hacer algo por sobreponerse: si la depresión se prolonga puede llegar a la cronicidad, como rasgo o estado en la persona.

4.3.2.5 El Orgullo y la Vergüenza

Los sentimientos y las emociones refuerzan o inhiben experiencias tiñéndolas de matices agradables o desagradables que impulsan o frenan el comportamiento. El yo se experimenta como poder (autodeterminación) y como valor (autoestima).

El sentimiento del propio poder es el grado en que se experimenta la propia potencialidad y la confianza para enfrentar, mantenerse e imponerse ante las dificultades. La gradualidad del sentimiento del propio valor se extiende entre la sobrevaloración y el sentimiento de inferioridad. Ambos sentimientos pueden sustentarse en valores reales u observables o en ficciones y simulaciones.

En la necesidad de estimación el hombre busca su valor en el espejo del juicio de sus semejantes; en la necesidad de autoestimación lo busca en su propio juicio. Cuando esta necesidad de autoestimación se encuentra insatisfecha aparecen las vivencias de inferioridad (por situaciones en las que percibimos que no hemos salido airoso) y de vergüenza (... "cuando se ha perdido el prestigio que se poseía"); el desprecio de sí (cuando uno mismo atenta contra sus propios valores) y el arrepentimiento (angustioso deseo de reponerse y de recuperar valía) y la contumacia (defectuosa disposición para arrepentirse por estar sólo orientado por la valoración del ambiente).

Los mecanismos de defensa también pueden entenderse como maneras de reducir el impacto de la ansiedad en la autoestima procurando eliminar, disimular o justificar las disonancias y contradicciones respecto de nuestra Imagen del Yo (Kon, 1984; 78 y ss).

Adler explicó el funcionamiento de la personalidad en base a la relación sentimiento de inferioridad-compensación en 3 grados u órdenes: la de primer orden combate la inferioridad en el mismo terreno de la limitación o defecto, buscando equilibrarla o suprimirla; la de segundo orden es la compensación por adiestramiento y desarrollo de capacidades para invisibilizar o equilibrar la presión del defecto o insuficiencia; si estas salidas a la inferioridad se traban el sujeto trata de ganarse prestigio a cualquier precio, a través de una compensación ficticia o llamativa pero desadaptada.

4.3.2.6 El agravio y el perdón

Rodríguez, Russián y Moreno (2005) administraron el Tennessee Self Concept Scale (con dimensiones de identidad, autosatisfacción y autopercepción); el Inventario de Cociente Emocional (EQ-i) (con las subescalas de flexibilidad, tolerancia al estrés y control de impulsos) y el Cuestionario de Actitudes ante Situaciones de Agravio (CASA). Este último presenta 10 situaciones breves de ofensa, injusticia o violencia para dar una respuesta situándose en el caso del agraviado (Moreno y Pereyra, 2000; 25).

Las respuestas posibles ha sido clasificadas como:

- Respuestas pasivas o Inhibidas (Sometimiento y Negación);
- Respuestas agresivas (Hostilidad, Rencor y Venganza);
- Conductas prosociales: Reclamo de Explicación, Perdón y Búsqueda de Reconciliación.

Además, la prueba considera situaciones en los Ámbitos del Trabajo (T), de la Amistad (A) y del Vínculo con los Padres (PM) y de Relación con la Pareja (P) y ámbito de la Relación con Dios u orden suprapersonal (D).

La tolerancia a la frustración al manejar positivamente las situaciones adversas y

controlar los problemas o crisis disminuye la propensión a la respuesta agresiva. La flexibilidad del yo permite una adaptación a los cambios sin pérdida del equilibrio emocional así como probabilidad de negar o excluir de la conciencia el hecho agravante. En adolescentes con mayor control de impulso disminuyen las respuestas agresivas de venganza, rencor (expectativa de daño del agresor) y hostilidad, con incremento de las de perdón ante los agravios. La autorregulación emocional, como habilidad para resistirlos o posponerlos, favorece la intuición de la responsabilidad en la respuesta

“Evocar actos sublimes, reconocer la generosidad, el heroísmo, el sacrificio y la virtud provoca una emoción de elevación que incrementa la sensibilidad para cooperar y para experimentar orgullo por las buenas intenciones y acciones.”

y la actitud serena favoreciendo la respuesta prosocial a través de una actitud de perdón ante el agravio y una mayor indulgencia ante eventos suprapersonales —dios, destino, etc—.

La conducta prosocial favorece la empatía y mejora vínculos de apoyo y de logro por las consecuencias positivas en quienes son objeto de esa conducta —aún cuando, por supuesto, también existe la ingratitud—. Las conductas en beneficio de otros repercuten en la valoración personal, reducen el dogmatismo y favorecen el

ajuste a situaciones y condiciones cambiantes.

4.3.2.7 El flujo de experiencias vitales

Csikszentmihalyi (1999) exploró la experiencia de flujo como dimensión de felicidad, definida como el “estado de involucramiento total en una actividad que requiere concentración completa” o “el estado en el cual las personas se hallan tan involucradas en la actividad que nada más parece importarles; la experiencia, por sí misma, es tan placentera que las personas la realizarán incluso aunque tengan un gran costo, por el puro motivo de hacerla”: la felicidad podría enfocarse en los procesos en que la conciencia humana usa sus habilidades y las observa disfrutando de ello, como si como hubiera escapado de las condiciones tiempo-espaciales rutinarias, y en que una especie de fruición pareciera acompañar el proceso de la acción. La fluidez es un estado emocional positivo de dominio y gran júbilo, de tan gran placer que reduce la sensación de fatiga y tensión del esfuerzo y los obstáculos, confiriendo resistencia y persistencia, transformando la experiencia en motivo de crecimiento.

Elevación y Éxtasis

Contemplar o evocar actos sublimes, reconocer la generosidad, el heroísmo, el sacrificio y la virtud provoca una emoción de elevación que incrementa la sensibilidad para cooperar y para experimentar orgullo por las buenas intenciones y acciones. A la vez, las personas ayudadas experimentan y expresan gratitud, y los observadores desean de ser mejores personas. La espiral positiva provoca efectos sociales de altruismo contribuyendo a cohesionar el tejido social (Fredrickson, 2001).

Para Perls, desarrollarse es ampliar el autoconocimiento con la conciencia plenamente despierta y concentrada en el aquí-ahora. “Darse cuenta o saber, es prestar atención al primer plano que surge permanentemente de la propia percepción” dejando que fluyan libremente las relaciones entre las formas y fondos sucesivamente (Fadiman y Frager, 1979; 181, 182). El awareness es la introspección fluente en

medio de las situaciones que permite identificar la necesidad dominante en el momento y la mejor opción para satisfacerla, sin dejar de estar “bajo la influencia de un flujo permanente de formaciones y de disoluciones de ‘gestalts’ ” (Ginger y Ginger, 1993; 147–149).

Una característica resaltante de las personas autorrealizadas, según Maslow, son las ‘experiencias cumbre’: experiencias de éxtasis, asombro y admiración en que las dimensiones témporo–espaciales parecen anularse y de la cual el individuo parece resultar renacido, transformado o fortalecido (Schultz y Schultz, 2011; 309).

El éxtasis ha sido estudiado como una alteración de conciencia típico de la experiencia mística, cuyas características son (Kaplan y Sadock, 1994; 156):

- Inefabilidad: se recurre a metáforas y alegorías ético–estéticas para describirlo.
- Noesis: iluminación y revelación de lo trascendente tras la apariencia de las cosas simples.
- Transitoriedad: Es éxtasis es breve, pero su efecto prolongado; es una vivencia transformadora.
- Pasividad: Se vive con privación de voluntad propia, como si una voluntad superior la sometiera.
- ‘Unión Mística’: Sensación de absorción en la unidad de la infinitud cósmica.

5. ECONOMÍA Y FELICIDAD

El bienestar individual es la conciencia de haber cubierto necesidades personales; el bienestar social se refiere a conjuntos sociales, con individuos satisfechos. Ser feliz es sentirse bien, disfrutar de la vida y querer permanecer así.

En la teoría económica ortodoxa, un individuo percibe que su bienestar (utilidad) es superior al maximizar su consumo en dependencia del ingreso y los precios de mercado. Tal conexión tiene su

límite, a partir del que el impacto de crecimiento en la felicidad va reduciéndose hasta acercarse a cero (Pena y Sánchez, 2007; 5).

5.1 Felicidad e Ingresos: La Paradoja de Easterlin.

La ley de los rendimientos marginales decrecientes se puede aplicar tanto a la renta y a todo lo que la renta puede comprar: aumentos sucesivos en sus niveles generan elevaciones progresivamente menores del bienestar subjetivo. El dinero es importante en la medida en que es un medio para lograr fines, sólo así correlaciona con la felicidad.

La paradoja de Easterlin, expresa que: en las sociedades desarrolladas aunque existe una relación directa entre niveles de bienestar e ingreso, pareciera que una vez satisfechas las necesidades básicas, las personas se adaptan al nivel económico que tienen y su felicidad ya no depende de éste; la pérdida del status económico produce infelicidad más duradera que lo contrario. La riqueza de un país presenta una relación directa con la capacidad de satisfacción de necesidades básicas cotidianas, por lo que el vínculo entre bienestar y renta es más claro en países menos desarrollados... (Pena y Sánchez, 2007; 7–8).

Esta polémica de si las condiciones materiales inciden o no en la percepción de la felicidad, puede llevar a muchas reflexiones: por ejemplo la ruptura entre el equilibrio de un elemento y otro podría derivar en una alteración y deterioro de la vida moral: un sobrante económico–material sería dispuesto para fines hedónicos, dando lugar a una confrontación con las normas de períodos anteriores (uno de los orígenes de las tensiones intergeneracionales), tanto como al surgimiento de nuevos planteamientos axiológicos.

La anomia (o disnomia), para Durkheim, es la pérdida de la capacidad regulativa de las normas para orientar socialmente el comportamiento, provocando una crisis con

desorientación axiológica por la que los valores estatuidos dejan de ser operativos para la convivencia.

La Tabla de Merton precisa las posibles desviaciones entre los fines y medios: innovación, ritualismo, retraimiento y rebelión.

5.2 El Ciclo Generacional, la Noria Hedónica y la Teoría de la Renta Relativa

Hirschman (1982) sugiere que la generación siguiente asume como naturales los niveles de bienestar y logros materiales de la precedente, por lo que las aspiraciones surgen en otros ámbitos (político, social, etc). No obstante, los progresos en estos ámbitos tropiezan luego con lo mismo, de forma que las generaciones futuras retornarían a objetivos de corte materialista-utilitarista.

Por sobre los niveles de pobreza, las diferencias de bienestar dentro de un país presentan una relación tenue con los niveles de renta. Para explicar este resultado se considera la idea de 'noria hedónica' o binomio logros-aspiraciones: a medida que aumentan los logros del individuo también lo hacen sus aspiraciones, con lo cual el nivel de satisfacción se mantendría inalterado. Una parte de la población podría optar por incrementar sus niveles de renta como medio para incrementar su nivel de bienestar subjetivo, sin tener en cuenta los costes derivados en otras dimensiones (por ejemplo: salud y capacitación personal).

Las adaptaciones pueden tomar el símil de una gradería que da acceso a diferentes pisos; por la gradería se asciende o se desciende —no siempre porque se empeora sino porque es necesario—. Por la homeostasis uno se sitúa en un determinado punto de la escala y se detiene para conocerla, dominarla y aprovecharla. Luego la tendencia es a subir con riesgo de caer: y entonces actúan las fuerzas morfogenéticas o del cambio. Para lograr equilibrarse en un piso hay que haber perdido el equilibrio y la seguridad del anterior. La habituación a la exposición típica de la estimulación de las

condiciones y situaciones de un piso da lugar a la rutina, genera una especie de hastío, pero a la vez son los motores de la ambición (material, social, espiritual, de cualquier especie), activándose procesos oponentes motivacionales que nos alejan del punto

seguro pero neutro, como si se tratara de un llamado a la excitación del riesgo, de la dificultad con promesa recompensante; las emociones amortiguadas en un punto muerto del ascenso se transforman para dar paso a la actividad de renovación o ampliación de metas: quizá ocurra como en las ideas de Solomon-Corbit para explicar las emociones, se produce una 'retirada hedónica' por pérdida de 'contraste hedónico' convertida en saciedad por 'habituación hedónica'. Así se entiende por qué incluso experiencias desagradables pueden llegar a ser una fuente de satisfacción (Reeve, 1999; 371).

La teoría de la renta relativa de Duesenberry (1949) afirma que la satisfacción obtenida de los ingresos no depende de su nivel absoluto, sino de su nivel relativo: el bienestar subjetivo de una persona estaría positivamente relacionado con su nivel de ingresos y negativamente con el de los ingresos de los demás: si los ingresos generales se incrementan a la par, nuestra felicidad ascendería, pero sólo dos tercios de lo que lo hubiese hecho si sólo se incrementan en nuestra renta propia y no en la de los otros.

Si ligamos esta explicación con la noria hedónica, nuestra felicidad dependería fundamentalmente de nuestros ingresos en relación a nuestras aspiraciones y éstas, a su vez, de los ingresos medios de las personas de nuestro entorno. Este efecto no sólo es generado por comparaciones de sesgo envidioso, sino también por la pugna por el logro de bienes posicionales, bienes suntuosos que al ser escasos y costosos, marcan las jerarquías sociales, las elitiza poniéndolas dentro del marco del lujo y la ostentación. Hacen surgir un sistema de comportamientos para hacerlos distintivos (o

exquisitos o deprivados, por lo menos para ciertos sectores de la población).

5.3 La Brecha Aspiracional y los Bienes Consumidos

Así, la brecha aspiracional no se reduce conforme el ingreso se eleva: hay personas con elevados niveles de ingreso con una brecha aspiracional mayor que individuos de bajos ingresos.

Otro tipo de explicación a la paradoja de Easterlin tiene que ver con las características de los bienes consumidos. Distíngase entre bienes defensivos y bienes creativos: productos destinados a impedir o remediar dolores y productos destinados a generar satisfacciones.

En psicología humanística se expone que hay dos tipos de motivación según el nivel de la escala de necesidades: la motivación de condición D —de déficit— aplicable a las necesidades básicas fisiológicas y de seguridad y pertenencia —personas que buscan bienes defensivos— y la motivación de condición B —de being, ser— de los individuos dirigidos a la satisfacción de necesidades de autorrealización —buscan bienes creativos— cuya meta es enriquecer su existencia a costa del incremento de la tensión experimentando hechos estimulantes e interesantes, una vez que han sido cubiertas las necesidades deficitarias de orden inferior.

La gente escala en la pirámide jerarquizada de necesidades: mientras unos se debaten bajo la presión de las necesidades básicas, otros pueden acceder a las necesidades de autorrealización: “La autorrealización es la necesidad más alta de la jerarquía de necesidades y depende de la máxima satisfacción y realización de nuestros potenciales, talentos y capacidades” (Schultz y Schultz, 2011: 307–308). Como es la necesidad más alta, es también la más frágil, se inhibe con facilidad. Las prácticas de crianza incorrectas frustran este impulso; también el miedo de aceptar la

responsabilidad y la grandeza, las dudas sobre nuestras capacidades —“Complejo de Jonás”—. La autodeterminación se facilita por la motivación intrínseca —la que inspira a realizar algo por el interés y reto que supone— y no por la motivación extrínseca —la que realiza algo por una recompensa externa—. Esto implica competencia, autonomía y afinidad —capacidad para asociarse—.

El ingreso económico viabiliza esta ascensión, pero no define la satisfacción. Hay quienes dedican demasiado esfuerzo para aumentar sus rentas creyendo que eso mejorará su nivel de vida; pero la colateralidad de este impulso puede desencadenar efectos negativos. Se dedica un tiempo desproporcionado para obtener metas monetarias a expensas de la vida familiar y la salud, lo cual disminuye el bienestar subjetivo: los bienes materiales no lo pueden dar todo sino hasta cierto límite (es obvio, que tampoco se puede prescindir de ellos), ya que la felicidad incluye un componente ético y un componente relacional social y no puede ser definido por un entendimiento reduccionista hedonista.

5.4 El Bien Limitado y sus Consecuencias Psicosociales

Foster (Delgado, 1971) cree que la gente concibe que los bienes tienen un límite y, llegado el caso, no queda espacio para más usuarios. Se produce entonces una lucha social por conseguirlos: para que alguien pueda conseguir un espacio forzosamente debe quitárselo a alguien. La sociedad presenta opciones y oportunidades con frontera, cuyo crecimiento o no es posible o es muy dificultoso. En este contexto “arribar” significa encontrar un lugar en donde no hay sitio. El arribismo es la competencia feroz, desleal y ruin por el ascenso y el éxito social en donde todo medio es lícito (‘subir derribando’ es el principio).

Al arribismo, le acompaña la conducta sociopática cuyas modalidades operativas son:

- Adulación genuflexa, elogio interesado a quien ocupa posiciones de poder; sobonería y soplonería a quien puede dispensarle favores y apadrinar el ascenso social;
- Actitud hipercrítica destructiva para desacreditar competidores usando la diatriba; ataques a mansalva; maledicencia anónima a espaldas de la víctima delante de quien se asume una actitud cordial;
- Reorientación de la agresividad y victimización del personal subordinado, con lo que restablece su equilibrio con

“El dinero no lo es todo: se puede percibir un ingreso notorio pero en un ambiente de trabajo malsano, capaz de transformar personas dignas y saludables en individuos mediocres y enfermos.”

respecto a la adulación y el halago que prodiga a sus superiores.

Se describen dos síndromes derivados de soportar un mundo laboral en estas condiciones: el mobbing y el burnout. Mobbing es acoso, hostigamiento con perjuicio de la autoestima, por restamiento de prestigio, desacreditando, exagerando pequeños errores y atribuyendo actitudes negativas o perversas. El burnout es provocado por el estrés crónico inducido que conduce al desgaste laboral, al agotamiento profesional, a la disminución de la

motivación y del deseo de realización y a la pérdida de la confianza en los valores de la institución y la sociedad, haciendo al trabajador más susceptible a la manipulación.

El dinero no lo es todo: se puede percibir un ingreso notorio pero en un ambiente de trabajo malsano, capaz de transformar personas dignas y saludables en individuos mediocres y enfermos.

6. BIENESTAR Y CONTEXTOS SOCIOCULTURALES: ESTUDIOS TRANSCULTURALES

La autonomía será un fuerte predictor del bienestar de los individuos en culturas individualistas, mientras que la calidad de las relaciones con los otros será un fuerte predictor en culturas colectivistas.

Para examinar esta temática, se evaluó la importancia de las metas intrínsecas (auto-aceptación y relacionalidad) y las metas extrínsecas (afán de poderío y conformidad) en la escala individualismo-colectivismo (Triandis, 1995) con datos de 39 naciones investigadas por Diener y Cols en 6782 sujetos.

Entre las conclusiones del estudio podemos mencionar (Cuadra y Florenzano; 2003; 91–92):

- El IH o la autonomía está relacionado positivamente con la satisfacción de vida en las naciones más individualistas (Estados Unidos de América, Australia, Alemania y Finlandia); y no lo está asociado en la mayoría de las naciones colectivistas (China, Pakistán, Corea, Ghana, Tanzania, Singapur, Turquía, Taiwán).
- El CH u orientación hacia las relaciones, no se relaciona con la satisfacción en la mayoría de las naciones individualistas y está positivamente asociado en algunas naciones colectivistas (como China o Taiwán).
- El IV o competitividad se relacionó positivamente con la satisfacción de vida

en países individualistas tales como Noruega y Finlandia.

- El CV o conformidad estuvo positivamente correlacionado con la satisfacción de vida en Colombia, España y Hungría, mientras lo hizo negativamente en Indonesia, Taiwán, Sudáfrica, Puerto Rico y Dinamarca.

Replicando hallazgos anteriores, este estudio reveló que los individuos autónomos estaban más satisfechos con sus vidas que aquellos menos autónomos en naciones altamente individualistas.

Lo mismo ocurre con las orientaciones dominantes o hacia el poder o hacia las relaciones pero con variaciones en algunos países individualistas tanto como colectivistas. En naciones occidentales la gratificación en la autonomía y las relaciones son indicadores de relieve en la satisfacción de vida.

De los 39 países estudiados, cinco —Estados Unidos de América, Australia, Alemania, Dinamarca y Finlandia— mostraron patrones claramente individualistas, que son minoría en el mundo —pero con más investigaciones sobre el tema—.

Algunos Datos Iberoamericanos.

La base mundial de datos sobre la felicidad, administrada por la Universidad Erasmus de Rotterdam, Holanda, incluye 90 países: Colombia es el país cuya gente se siente más feliz (Veenhoven 1990 – 2000), lo que sorprende por sus conocidos problemas sociales y económicos. Suiza ocupa el segundo lugar, con un ingreso per cápita de USD \$ 36.710, 4 veces el de Colombia. Según la Encuesta de Calidad de Vida de 2003, el 59% de los hogares colombianos dicen vivir en situación de pobreza, pero la mayoría (55,3%) considera que sus condiciones de vida son buenas o muy buenas. Para estos estudios se han establecido relaciones entre los niveles subjetivos de satisfacción ("felicidad") con información de los niveles objetivos

socioeconómicos y demográficos de la Encuesta de Calidad de Vida —ECV, de 2003 del DANE (Cruz y Torres, 2006; 136).

¿Podría confundirse un estado de bienestar con un estado de conformidad?

En la región América Latina, Argentina se ubica en una posición intermedia. Los que declaran ser más felices son los brasileros y colombianos los que menos los habitantes los países andinos Ecuador, Perú y Bolivia.

Casullo y sus colaboradores aplicaron un instrumento basado en la Escala de BIEPS de Ryff en Argentina a 1270 estudiantes de secundaria en Buenos Aires, Tucumán y Patagonia. Explora cinco dimensiones: autonomía —capacidad de actuar en modo independiente—, control de situaciones —sensación de control y autocompetencia—, vínculos psicosociales —calidad de las relaciones interpersonales—, proyectos —metas y propósitos en la vida— y aceptación de sí mismo —sensación de bienestar con uno mismo—. Esta escala fue aplicada también con resultados metodológicamente satisfactorios en Perú, Cuba, y España.

En Chile se aplicó el cuestionario de Diener a 207 universitarios de entre 18 y 27 años. No hubo diferencias significativas por sexo, por edad ni por nivel de ingreso familiar. La mayoría percibían su vida positivamente.

La investigación de Diana Bronzi (2011) en Argentina, a nivel nacional en 1012 personas con cuotas por sexo y edad, de 18 a más años, mediante entrevistas, encontró resultados semejantes; los varones experimentan un cierto nivel de mayor felicidad y la edad la influye en especial por causa de envejecimiento.

7. BIENESTAR E IDENTIDAD

7.1 Mente, Medio Social, Adaptación

Los efectos en la mente son producto de una influencia interactiva y compleja

que se extiende entre lo macro y lo micros social a partir de un medio social en que se construyen modos y estilos de vida, en los cuales se concreta el intercambio de bienes para la satisfacción de necesidades bajo la regulación de la personalidad y la conciencia, por un lado, y la normatividad cultural por otro.

Estos intercambios entre el medio social y los estilos de vida y las personalidades se producen por adaptación como ajuste receptivo —acomodación— y como intervención transformadora del ambiente físico-social —asimilación— en base a la socialización, la experiencia y el aprendizaje y según los resultados en los ciclos motivacionales de satisfacción de necesidades y aspiraciones.

7.2 Representaciones Mentales: Mentalidad, Imaginario, Discurso, Narrativa y Sentido

El producto psíquico de estas interacciones son representaciones mentales, subjetivaciones de la experiencia, filtradas desde la mentalidad y el imaginario social —que, a la vez, son representaciones sociales—, que son interiorizadas simbólicamente por mediación de las funciones psíquicas a través del discurso, el sentido y la narrativa, conjuntos organizados de ideas —en forma de datos, creencias y opiniones— y prácticas —actividades y rituales— respecto de una determinada temática social. El discurso social produce sentidos individuales en base a los cuales los sujetos elaboran sus narrativas. El sentido es la operación de significado que utilizan los individuos en acontecimientos adecuando el tapiz de la opinión colectiva al diseño de su experiencia concreta.

La generación de significados y sentidos, es resultado del encuentro entre estructuras actitudinales y eventos motivadores con una determinada dirección e intensidad.

7.3 La Identidad y el Bienestar Psíquico como Representaciones Mentales

La identidad y el bienestar psíquico son representaciones mentales efecto de las interacciones concretas por intercambio de información y experiencia con el medio social a través del estilo de vida: no son mero reflejo de la realidad sino subjetivación de la misma por intervención de la actividad psíquica.

La identidad es la representación mental que corresponde a conocimientos, sentimientos y operaciones de un mundo cultural en el cual el sujeto se ha adscrito o incluido por activación del sistema actitudinal cognición-emoción-acción con un efecto en la sensibilidad hedónica. La identidad es una representación mental de la pertenencia a un grupo con reconocimiento de los elementos y manifestaciones que le son distintivas.

El bienestar es una representación mental resultado de la satisfacción de necesidades por contrastación entre la expectativa y el éxito en el contexto de ciertas condiciones y situaciones.

7.4 Las Operaciones de Formación de la Representación Mental, la Identidad y el Bienestar

Los mecanismos psíquicos que intervienen en los fenómenos en estudio, son los siguientes:

- Existe un campo de representación para recibir y dar una posición a nuevos contenidos actitudinales. El proceso de objetivación transforma los objetos físicos en objetos psíquicos por selección (captando unos estímulos y dejando otros de lado), por esquematización —el nuevo elemento adquiere posición coherente en la estructura— y por naturalización (el núcleo adquiere potencial real por construcción social). Y el proceso de anclaje condensa su sentido esencial a la vez que engarzado en la estructura haciéndose funcionante y regulante en ella.

- La identidad es una representación mental que ha obtenido objetivación y anclaje por categorización e inclusión de pertenencia en base a operaciones de comparación —estableciendo semejanzas y diferencias como para distinguir psicosocialmente lo propio de lo ajeno, asignando atributos y valores distintivos a lo uno y a lo otro—. Se construye así un autoconcepto, una autovaloración y una autoafirmación y autodeterminación respecto de lo propio.
- El bienestar subjetivo o felicidad es una representación social con repercusión mental que se refiere a la vivencia de satisfacción por la posesión de un 'bien deseado' por atributos de muy alto valor asignados por la persona (sean de carácter material, ético, estético, religioso, social, etc) reconocibles socialmente pues otros pueden comprender el valor intrínseco asignado, por lo que está igualmente presente en las aspiraciones colectivas.

7.5 Relaciones entre Representación Mental, Identidad y Bienestar

Entre estos conceptos y su correspondiente realidad fenoménica podrían establecerse los siguientes vínculos:

- Bienestar e identidad son representaciones mentales de origen social que adquieren objetivación y anclaje al ser transpuestas del mundo social y cultural al mundo mental de los individuos en donde adquieren estructura y concreción social de legitimación, lo cual les da validez como realidades dotadas de ciertos atributos o cualidades;
- El campo de representación (que se acompaña de un 'campo semántico') se elabora y se nutre en el medio social y la organización estructural se concreta en un sistema actitudinal y aptitudinal que es la personalidad. El bienestar es efecto de experimentar la posesión de un bien deseado relacionado con el sistema de necesidades–aspiraciones y sus correspondientes satisfacciones en el proceso de alcanzar metas;

- Como estas metas no pueden sino realizarse en un medio social determinado surge una identidad con información, sentimientos y comportamientos que establecen vínculos con un mundo sociocultural.
- La ecuación bienestar–identidad se refiere a la operación por la que ambos componentes se pueden modificar mutuamente el uno influyendo en el otro.

Tanto bienestar como identidad como motivos y actitudes están incursos en el conjunto del funcionamiento social y en sus regulaciones (en colectivos, familias e individuos), desde la distribución de la renta hasta el respeto de los valores ético–jurídicos, de los que se desprenden el desarrollo y la prosperidad la justicia y la equidad y la generación de redes de participación y confianza ciudadana.

7.6 Particularidades sobre el Bienestar Subjetivo

El bienestar psicológico es la dimensión subjetiva de la calidad de vida, es plurideterminado y producto de un juicio de satisfacción por un balance entre expectativas y logros en las áreas de mayor significación de la persona en el contexto de condiciones y valores del medio social, en un determinado tiempo y espacio sociohistóricamente determinados bajo interacciones de carácter bio–psico–social, con la personalidad y la conciencia como sistemas integradores.

Planteadas las cosas de este modo es posible afirmar:

- Que es de importancia la relación que establece el sujeto entre su self real (lo que ha logrado ser) y su self ideal (lo que supuso llegar a ser o aun quiere llegar a ser) en la búsqueda de satisfacción de necesidades de mayor jerarquía. Es un fenómeno psicosocial de raíces motivacionales.
- Que es en la dimensión del aquí–ahora en que se establece la intersección o

encrucijada entre la experiencia pretérita y las aspiraciones del porvenir haciendo accesible la autorreflexión, la valoración y la decisión: es un momento dinámico, pues el presente desaparece continuamente a cambio de lo cual el pasado y el futuro aparecen como más consistentes o estables: es una transacción entre pasado–presente–porvenir en su dimensión socio–temporal y entre microsistema y macrosistema como dimensión socio–espacial, en función de las necesidades de la persona, sus posibilidades y sus realizaciones.

“Se puede hablar de grados de identidad designados como: grado pleno, grado parcial, anomia, pseudoidentidad, desidentidad, alienación y alteridad.”

Las siguientes afirmaciones son válidas sobre bienestar subjetivo, en base a evidencia empírica existente:

- Es innegable que el estado de satisfacción es afectado por el ingreso, pero pierde importancia a medida que aumenta hasta cubrir necesidades básicas.
- La situación laboral, la incorporación o no al mercado de trabajo es determinante por su capacidad para generar ingresos y por el desarrollo que hace posible. La pérdida de empleo ocasiona restringe ingresos, perjudica la motivación y la

confianza, provoca ansiedad y depresión.

- El deseo del dinero que quisiéramos tener es según el dinero que percibimos en nuestros vecinos y en cuánto sirve para las metas que nos proponemos.
- Poseer propiedades eleva el grado de satisfacción con variaciones respecto de la cuantía y la calidad de los bienes, en especial cuando los sujetos son enfrentados con sus pares o sus grupos de referencia.
- La educación y la salud están asociadas a la satisfacción pues repercuten en las posibilidades laborales, matrimoniales, status social, en el rendimiento en el trabajo y su efecto en el nivel de ingreso: la educación tiene potencial para producir movilidad social y económica; una persona saludable es más productiva y dispone de libertad para actividades diversas (incluyendo un goce pleno de actividades recreativas).
- La existencia de una red de relaciones sociales o el capital social y los bienes relacionales guarda relación directa con el nivel de bienestar.

La felicidad implica estabilidad, pero no es inmutable, no es constante. Es relativa al momento de la vida y al entorno, en donde pueden nacer nuevas metas de mayor trascendencia, mientras otras han perdido valor por haber sido cubiertas o desestimadas; cambian status, condiciones de vida, experiencias, relaciones.

Las condiciones objetivas no siempre se reflejan en la subjetividad de las personas, aun cuando la mediación psíquica siempre las matiza en diferentes grados según el tipo de necesidad: las necesidades básicas son exigencias absolutas, señalan los límites de la adaptabilidad y la supervivencia humanas. Pero la percepción subjetiva de la pobreza no está sujeta al ingreso de forma absoluta sino por su posición relativa frente al grupo social de referencia.

7.7 La Correlación Bienestar – Identidad

Los sentimientos de bienestar y de identidad —como tantos otros— brotan de

un medio social; y un medio social es el campo en el que los individuos definen pertenencias identitarias tanto como criterios de bienestar: es allí donde encontrarán situaciones, objetos y recursos para dinamizar su actividad para satisfacer necesidades: el nivel de bienestar en una cultura puede determinar un nivel de identidad, puesto que se trata de vivencias de satisfacción, de modo que a mayor satisfacción dentro de un medio social mayor identidad con su cultura (los efectos nunca son únicos sino múltiples, pero algunos predominan). Si el sujeto o el grupo experimenta que el mundo al cual pertenece (su familia, su cultura, su nación: su medio social) le proporciona satisfacción por un equilibrio esfuerzos – logros en la satisfacción de necesidades presentará condiciones para sentirse identificado con ese mundo; inversamente, si ese mundo lo frustra, podría entenderse como consecuencia la posibilidad de una reducción de la identidad.

En conclusión: el sujeto obtiene su identidad con respecto de aquello que favorece su bienestar. Pero como la identidad es producto de la autorreflexión a la vez que de la comparación, dos o más medios sociales pueden competir para movilizar sus aspiraciones y sentimientos identitarios. Así es como aparecen los contrastes entre grupo de pertenencia y grupo de referencia; y es posible que el resultado sea una amalgama, dándole multiplicidad expresiva. Complejidad con la cual quedarían cubiertas las dos premisas de la identidad: sentirse uno con nosotros y sentirse diferente de los otros; así como la premisa del bienestar: experimentar o no satisfacción en el medio social no sólo por las necesidades sino por las posibilidades que brinda para las aspiraciones) en contrastación con los grupos sociales de referencia. El grupo de referencia relativiza el valor de lo propio para enaltecerlo o para rebajarlo, para despreciarlo o para emularlo.

Identidad individual e identidad colectiva se sustentan una a la otra. Pero a la vez, la identidad presenta dos sectores el centro o núcleo y la periferia: es el núcleo quien

define la zona de frontera; las características de la periferia se adaptan a las variaciones, a las circunstancias y hasta las conveniencias. Los atributos de la identidad que caracterizan o tipifican están en el núcleo, allí donde está lo que resiste hasta el final, que es cuando se destruye o se modifica de modo trascendental, construyéndose de sí misma, o enajenándose para convertirse en un 'alter ego', sea por aceptación o asimilación, sea por coacción.

Es posible que el núcleo de identidad pueda distinguirse en las personas por algunos elementos fundamentales cognitivos (autopercepción y autoimagen), afectivos (autovaloración, autoestima) y volitivos (autodeterminación, autodominio), como repercusión subjetiva de un modo de vivir y crear cultura en un espacio social, para delimitar la frontera de la identidad de un pueblo o nación, de modo que el elemento sincrónico (la circunstancia del momento presente) conjugue con lo diacrónico (la historia de identidad del sujeto producto del transcurso de sus experiencias) expresándose en las polaridades del orgullo y la vergüenza, de la superioridad y la inferioridad y de la alianza y la rivalidad.

Por estos factores se puede hablar de grados de identidad designados como: grado pleno, grado parcial, anomia, pseudoidentidad, desidentidad, alienación y alteridad. La relación con el bienestar no es unilineal ni forzosa de modo que podrían darse casos como los siguientes: la identidad se acomoda al bienestar de donde provenga, la identidad sobrevive al malestar, la identidad se amolda a las circunstancias en función de un posible resultado (tolera y soporta el malestar, mientras se mantenga la posibilidad de beneficio), la identidad oscila en el sujeto según las variaciones de un colectivo, la identidad convive en diferentes formas como estrategias que hacen posible el acceso a metas. Una cosa es ser, otra cosa es parecer, y otra cosa es identificarse...

¿De qué depende que aparezca uno u otro sujeto o que se combinen posibilidades

de estas posiciones? Nos parece que la relación debe verse entre la circunstancia y el sector de identidad (si nuclear o periférico) y en referencia a la satisfacción del tipo y nivel de la necesidad.

REFERENCIAS

- Alarcón, R. (2006): *Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad*. Revista Interamericana de Psicología – Vol. 40. Num 1 pp 99–106.
- Allport, G.W. (1977): *La Personalidad, su Configuración y Desarrollo*. Ed. Herder. Barcelona.
- Arellano, R. (2000): *Los Estilos de Vida en el Perú. Cómo Somos y Pensamos los Peruanos del Siglo XXI*. Ed. Consumidores y Mercado SA. Lima.
- Ashin, G. (1987): *Teorías Modernas acerca de la Élite*. Edit. Progreso. Moscú.
- Beck, J. (2000): *Terapia Cognitiva. Conceptos Básicos y Profundización*. Barcelona: Gedisa.
- Blanco, A. y Díaz, D. (2005): *El Bienestar Social: su Concepto y Medición*. Psychothema, vol. 17 (Nº4), pp. 582–589. Universidad Autónoma de Madrid.
- Bronzi, D. y Foglia, G. (2011): *Estudio sobre Felicidad Primer Informe Bienestar Subjetivo*. Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Palermo de Argentina. UP /TNS.
- Cohen, J. (1977): *Psicología de los Motivos Sociales*. Ed. Trillas. México
- Cruz, J. y Torres, J. (2006): *¿De qué depende la satisfacción subjetiva de los Colombianos? Revista de Economía, V XXV N 45*. Bogotá 2006; pp 131–154.
- Cuadra L., H. y Florenzano U. R. (2003): *El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva*. Revista de Psicología de la Universidad de Chile, Vol. XII, Nº 1: Pág. 83–96. 2003
- Davies, B. y Harré, R. (2007): *Posicionamiento: La producción discursiva de la identidad*. Athenea Digital – núm. 12: 242–259.
- Darley, JM., Glucksberg, S. y Kinchla, R.A. (1990): *Psicología*. Ed. Prentice Hall. México.
- Davison, G. y Neale, J. (2000): *Psicología de la Conducta Anormal*. Ed. Limusa Wiley México.
- Delgado, C. (1971): *Ejercicio Sociológico sobre el Arribismo en el Perú. Problemas Sociales en el Perú Contemporáneo*. Perú Problema Nº 6. IEP Lima.
- Ellis, A. (1980): *Razón y Emoción en Psicoterapia* Ed. DDE. Bilbao, 1980.
- García, S.F (1985): *Lógica*. Ed. Studium, Lima.
- García M.A. *Desde el concepto de felicidad al abordaje de las variables implicadas en el Bienestar subjetivo: un análisis conceptual*. EF y Deportes. Revista Digital, nº 48, 4.
- Giménez, G. (2006): *Materiales para una Teoría de las Identidades Sociales*. México: Instituto de Investigaciones Sociales de la Universidad Nacional Autónoma de México.
- Ginger, S. y Ginger, A. (1993): *La Gestalt, una Terapia de Contacto*. Ed. Manual Moderno.
- González Rey, F. (2002): *Sujeto y Subjetividad. Una Aproximación Histórico Cultural*. México.
- Íñiguez, L. (2001): *Identidad: De lo Personal a lo Social. Un Recorrido Conceptual*. Universitat Autònoma de Barcelona. Lupicinio. iniguez@uab.es (Preprint de: Crespo, E. La constitución social de la subjetividad. Madrid: Catarata. pp.: 209–225 bridge, Mass: Harvard University Press).
- Kaplan, H. y Sadock, B. (1994): *Compendio de Psiquiatría*. Ed. Salvat. México.
- Klein, S. (1997): *Aprendizaje. Principios y Aplicaciones*. Ed. McGraw Hill. Madrid.
- Kéllé, U. y Kovalzón, M. (1985): *Teoría e Historia*. Edit. Progreso. Moscú.
- Kon, I.S. (1984): *El Descubrimiento del Yo*. Ed. Directa. Buenos Aires.
- Martin B. (1995): *Psicología Anormal: Enfoques Científicos y Clínicos*. México: McGraw Hill.
- Merani, AL. (1979): *Diccionario de Psicología*. Ed. Grijalbo. México D.F.
- Mora, M. (2002): *La Teoría de las Representaciones Sociales de Serge Moscovici*. México: Universidad de Guadalajara. Athenea Digital, num. 2.
- Munné, F. (1970): *Grupos, Masas y Sociedades*. Ed. Hispano–Europea. Barcelona
- Nesterenko, G. (1978): *La Sociedad y el Mundo Espiritual del Hombre*. Ed. Progreso, Moscú.
- Lersch, Ph. (1966): *La Estructura de la Personalidad*. E. Scientia. Barcelona.
- Pena López, JA. y Sánchez Santos JM (2007): *Economía y Felicidad: un Análisis Empírico de los Determinantes del Bienestar Subjetivo de la Población*. Departamento de Economía Aplicada. Universidad de La Coruña. España.
- Predvechni, G.P., Kon I.S. y Platonov, K.K. (1979): *Psicología Social*. Ed. Cartago. México.
- Reeve, Johnmarshall (1999): *Motivación y Emoción*. Madrid: Ed. McGraw Hill.
- Rodríguez, ML., Russián, GC., Moreno, J.E. (2005): *Satisfacción de Sí Mismo, Autorregulación Emocional y Prosocialidad en Adolescentes*. Universidad Católica Argentina—UCA, Paraná.
- Shultz, Duane P. y Schultz, Sidney E. (2011): *Teorías de la Personalidad*. México, Cengage Learning.
- Valdivia Rivera, G. y Valdivia Acurio, S. (2011) : *Las Caras de la Identidad en el Perú: Autoestima e Identidad Étnica y Nacional*. *El Antoniano, Revista Científico Cultural de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco*. T. 21. Nº 118.
- Valdivia Rivera, G. (2013): *Identidad, Conflicto y Aspiración: Representaciones de la Aculturación en Alumnos de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, de Diferente Procedencia Sociocultural*. *El Antoniano, Revista Científico Cultural de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco*. T. 23. Nº 123.
- Veenhoven, Ruut (1994): *El Estudio de la Satisfacción con la Vida En: Intervención Psicosocial*, 1994, vol 13; p 87–116. Erasmus Universidad Rotterdam, Facultad de Ciencias Sociales. Países Bajos.
- Victoria García–Viniéguas, C. (2001). *La categoría Bienestar Psicológico. Su relación con otras categorías sociales*. Revista Cubana de Medicina General Integral Nº16.
- Vovelle, M. (1993): *Ideología y Mentalidades*. En: *Introducción a la Historia (Antología de Lecturas)* Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.
- Werstch, J. (1988): *Vygotsky y la Formación Social de la Mente*. Ed. Paidós. Buenos Aires.
- Wittig, A.: *Psicología del Aprendizaje*. Ed. McGraw Hill. Bogotá.
- Zubieta, E.; Muratori, M. y Fernández O. (2012): *Bienestar Subjetivo y Psicosocial: Explorando Diferencias de Género*. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.
- Worchel, S., Cooper, Jy Olson, J. (2002): *Psicología Social*. Ed. Thomson. Bogotá.

