

# BIENESTAR, AUTOESTIMA, DEPRESIÓN Y ANOMIA EN PERSONAS QUE NO HAN SIDO VÍCTIMAS DE VIOLENCIA POLÍTICA Y SOCIAL

Raimundo Abello  
María Amarís  
Amalio Blanco  
Camilo Madariaga  
Darío Díaz  
Tatiana Arciniégas

## **RAIMUNDO ABELLO LLANOS**

PH.D. EN EDUCACIÓN. DIRECTOR DE INVESTIGACIONES Y PROYECTOS,  
UNIVERSIDAD DEL NORTE.

CORRESPONDENCIA: UNIVERSIDAD DEL NORTE, KM VÍA A PUERTO  
COLOMBIA, A.A., 1569-51820, BARRANQUILLA (COLOMBIA)

rabello@uninorte.edu.co

## **MARÍA AMARÍS MACÍAS**

MAGÍSTER EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON ÉNFASIS EN  
DESARROLLO SOCIAL, MAGÍSTER EN PROYECTOS DE DESARROLLO  
SOCIAL.

CORRESPONDENCIA: UNIVERSIDAD DEL NORTE, KM VÍA A PUERTO  
COLOMBIA, A.A., 1569-51820, BARRANQUILLA (COLOMBIA)

mamaris@uninorte.edu.co

## **AMALIO BLANCO**

PH. D. EN PSICOLOGÍA. LICENCIADO EN SOCIOLOGÍA. PROFESOR  
CATEDRÁTICO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE MADRID.

CORRESPONDENCIA: CÓDIGO POSTAL 28049 MADRID (ESPAÑA)

amalio.blanco@uam.es

## **CAMILO MADARIAGA**

PHD. EN EDUCACIÓN, COORDINADOR DEL CENTRO DE  
INVESTIGACIONES EN DESARROLLO HUMANO (GIDHUM).

CORRESPONDENCIA: UNIVERSIDAD DEL NORTE, KM VÍA A PUERTO  
COLOMBIA, A.A., 1569-51820, BARRANQUILLA (COLOMBIA)

cmadaria@uninorte.edu.co

## **DARÍO DÍAZ**

EUROPEAN PH. D. EN PSICOLOGÍA. PROFESOR ADJUNTO DE LA OPEN  
UNIVERSITY OF MADRID (UDIMA).

CORRESPONDENCIA: CÓDIGO POSTAL 28400 COLLADO-VILLALBA  
(MADRID)

dario.diaz@uam.es

## **TATIANA ARCINIÉGAS**

ESPECIALISTA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA. CANDIDATA A MAGÍSTER EN  
PSICOLOGÍA.

CORRESPONDENCIA: UNIVERSIDAD DEL NORTE, KM VÍA A PUERTO  
COLOMBIA, A.A. 1569-51820, BARRANQUILLA (COLOMBIA)

tarciniegas@uninorte.edu.co

## RESUMEN

En este artículo se presenta una descripción del bienestar de un grupo de personas de la ciudad de Barranquilla, Colombia. La población seleccionada está constituida por sujetos que no han estado expuestos a ningún tipo de hecho o acontecimiento violento.

En búsqueda de hacer un reconocimiento puntual y sustentado de forma teórica acerca del bienestar que experimentan estas personas que han vivido bajo el marco de una historia social y política determinante, se incluyen las variables de autoestima, depresión y anomia para tener en cuenta factores personales durante el análisis. Los resultados indican que a pesar de las circunstancias por las que atraviesa el país, estas personas conservan un alto índice de bienestar y satisfacción con la vida.

**PALABRAS CLAVE:** Bienestar psicológico, bienestar subjetivo, bienestar social, autoestima, depresión y anomia.

## ABSTRACT

*This article presents the welfare description of a small group of people from the city of Barranquilla, Colombia. The sample selected for the study was formed from subjects that have not been exposed to any kind of violent situation.*

*This articles intent to make an accurate and argumentative point in regards to the welfare of the subjects given their social and political history. It has been taken into consideration the variables of self-esteem, depression and anomia so their personal aspects are also part of the analysis. The results indicate that even though, the situation in which the country is going thru, this group of people keeps a high index of welfare and satisfaction for life.*

**KEY WORDS:** *Psychological well-being, subjective well-being, social well-being, self-esteem, depression and anomia.*

## INTRODUCCIÓN

Con el paso del tiempo, el interés y la preocupación de las personas por el estado de bienestar y de satisfacción con la vida de los seres humanos ha ido aumentando hasta convertirse en un tema de mucha importancia para todos los interesados en los temas sociales y de la salud.

Sin embargo, y a pesar de las múltiples y variadas investigaciones que se han iniciado alrededor de esta temática tan contemporánea y facetica, intentar definir y sustentar de alguna forma lo que es el bienestar tomando como base para su explicación a los seres humanos y sus percepciones, sigue siendo una entrada a un ámbito complejo e inconcluso.

Son muchas las características tanto subjetivas como objetivas que se tienen en cuenta al hacer referencia al término; entre ellas cabe resaltar, como componente elemental de este concepto, el tema relacionado con la satisfacción personal con la vida, que surge a partir de una avenencia entre el individuo y su entorno tanto micro como macrosocial y algunos elementos actuales e históricos, los cuales incluyen a su vez condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre determinadas oportunidades para su realización personal. (García & Gonzáles, 2000).

Cuando se hace referencia al bienestar, se contempla lo planteado por Ryan y Deci (2001) (citados por Díaz, Rodríguez, Blanco, et al., 2006), con base en las siguientes dos tradiciones: el bienestar desde el concepto de felicidad-bienestar hedónico, y el bienestar como el desarrollo del potencial humano-bienestar eudemónico. Se entiende la tradición hedónica como el indicador de calidad de vida, tomando como base las características del ambiente y el grado de satisfacción experimentado por las personas (Campbell, Converse & Rodgers, 1976. Citados por Díaz, Rodríguez, Blanco, et al., 2006) mientras que la tradición eudemónica, se centra en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal como indicadores del funcionamiento positivo. (Citado por Blanco & Valera, 2007). Ambas tradiciones contempladas al interior del ámbito

social que referencia a las personas dentro de una realidad y de un contexto que los cobija y determina. (Keyes 1998, citado por Blanco & Díaz (2005), Bosso & Salvia (2002), Rionda (2004).

“El bienestar es parte de la salud en su sentido más general y se manifiesta en todas las esferas de la actividad humana. Es de todos conocido que cuando un individuo se siente bien es más productivo, sociable y creativo, posee una proyección de futuro positiva, infunde felicidad y esta implica capacidad de amar, trabajar, relacionarse socialmente y controlar el medio. Está demostrada la asociación entre algunos estados emocionales y las respuestas de enfrentamiento al estrés de un tipo u otro. Todo esto explica por sí solo la relación del bienestar con los niveles de salud”. (García & Gonzáles, 2000, p. 587 ).

## COMPONENTES DEL BIENESTAR

El bienestar subjetivo es aquella categoría que utiliza una persona para juzgar de un modo general o global su vida, es decir, en qué medida la persona está a gusto con la vida que lleva. (Diener, 2000). Las dimensiones que conforman este bienestar son: la *satisfacción con la vida*, el *afecto positivo* y el *afecto negativo*.

El bienestar psicológico es el “sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo”; se define por su naturaleza subjetiva vivencial y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social. (García, V. & Gonzáles, B. 2000)

“Es el esfuerzo por perfeccionarse y la realización del propio potencial. Sus dimensiones son: *autoaceptación, relaciones positiva, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal*.

El bienestar social se define como “la valoración que hacemos de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad” (Keyes, 1998, p.122). Sus dimensiones son: *integración social, aceptación social, contribución social, actualización social, coherencia social*.

## EL BIENESTAR EN RELACIÓN CON OTRAS VARIABLES

Teniendo ya una mayor claridad con relación a las tres dimensiones de bienestar a tener en cuenta, resulta relevante retomar la idea que se venía trabajando, que hace referencia a aquellos factores probablemente determinantes en el momento de evaluar el bienestar de las personas. En muchos casos las condiciones personales del ser humano, como la autoestima, la depresión o la anomia, pueden verse estrechamente relacionadas con las satisfacciones que tienen con sus propias vidas, con sus formas de percibirse, pensar, actuar y sentir. Para ampliar un poco más la idea, a continuación se presenta una pequeña síntesis de estos términos a relacionar.

### Anomia

Hace referencia a un concepto sociológico formulado por los teóricos Emile Durkheim y Merton, quienes lo definen como la ausencia de normas en el individuo, la incapacidad de estructura social que tienen ciertas personas. (Chamarro, 2005).

### Depresión

Se utiliza el término depresión para dar cuenta de una variedad de condiciones. Así, la depresión define un estado personal de distinta experiencia subjetiva.

Los patrones definitorios de depresión consisten en una variedad de síntomas que suelen agruparse en cuatro tipos; síntomas afectivos (humor bajo, tristeza, desánimo); síntomas cognitivos (pensamientos negativos de sí, del mundo y del futuro, baja autoestima, desesperanza, remordimiento); síntomas conductuales (retiro de actividades sociales, reducción de conductas habituales, lentitud al andar y al hablar, agitación motora, actitud desganada), y síntomas físicos (relativos al apetito, al sueño y, en general, a la falta de «energía», así como otras molestias). En consecuencia, la depresión vendría dada por diferentes síntomas, de modo que

una persona podría estar deprimida a diferencia de otra, según la preponderancia de uno u otro patrón. (Pérez & García, 2001).

### **Autoestima**

Evaluada mediante la escala de autoestima de Rosenberg, fue definida como una actitud personal de respeto y aceptación hacia sus propios valores.

Se entiende por autoestima las percepciones que tienen los sujetos sobre sí mismos en términos generales, independientemente de cualquiera de las dimensiones analizadas

Es la valoración que hacemos de nosotros mismos a la luz de nuestra propia auto-representación o autoconcepto. “La autoestima es una especie de sociómetro que indica el grado en que una persona se percibe como incluida o excluida en el entramado social” (Aramburu & Guerra, 2001, Citado por Díaz & Arroyo, 2004).

## **MÉTODO**

### **Participantes**

En este estudio participaron voluntariamente 400 jóvenes y adultos de edades entre los 18 y 60 años, aproximadamente, que pertenecen a un estrato socioeconómico medio-alto de la ciudad de Barranquilla, Colombia, y que no han estado expuestos ningún tipo de acontecimiento violento de tipo sociopolítico.

### **Procedimiento**

El estudio es de tipo descriptivo-comparativo, y se realizó mediante la aplicación de cuestionarios que contenían datos personales del sujeto seleccionado (edad y sexo).

Dentro de los objetivos de la investigación se encuentran: describir el bienestar subjetivo en relación con la satisfacción con la vida que tienen estas personas. Describir el bienestar psicológico

en relación al desarrollo personal de los individuos y la manera como afrontan sus retos, y describir el bienestar social en relación a la valoración que hacen las personas de sus circunstancias y su función dentro de la sociedad.

Finalmente, se busca comparar las características del bienestar de las personas a partir de las variables de: autoestima, anomia y depresión.

La labor se inició aplicando los cuestionarios al interior de la Universidad del Norte, con el objetivo de encuestar a diferentes jóvenes que cumplieran con las características que se buscaban en la investigación; para aplicar los instrumentos en horarios de clases, se le pedía la colaboración en términos de tiempo y espacios a los profesores. Los cuestionarios fueron repartidos por las personas encargadas, que daban las instrucciones necesarias a los estudiantes y atendían las inquietudes que se les presentaran. Se les dio todo el tiempo necesario para que contestaran, de modo anónimo, el conjunto de preguntas y se les enfatizó la importancia de ser sinceros/as en las respuestas.

De igual forma, se les pidió a estos estudiantes llevar cuestionarios a sus casas para que sus padres y demás familiares que libremente desearan participar, los respondieran y devolvieran al día siguiente a las personas encargadas de la investigación. Fue así como se obtuvieron los datos de jóvenes y adultos arrojados por la investigación.

## **Instrumentos**

Se aplicó un cuestionario por persona de forma individual, que contenía la escala Bienestar Social de Keyes, la escala de Bienestar Subjetivo de Diener, la escala de Bienestar Psicológico de Ryff y las escalas de Depresión de Zung, Autoestima de Rosenberg y Anomia de Srole. Se les pidió que contestaran todas las preguntas de forma precisa, honesta y clara.

## RESULTADOS

Teniendo en cuenta la variedad de datos arrojados por la investigación, los resultados se presentarán de forma fragmentada con el objetivo de facilitar al lector su comprensión. Así inicialmente se presentará un bloque con resultados de bienestar obtenidos en Barranquilla, Colombia, especificando cada una de las dimensiones del bienestar evaluada. En el bloque siguiente, se relacionará el bienestar con las variables escogidas de forma previa por los investigadores por considerarlas de alguna forma determinantes en las posibles respuestas de los encuestados, que son: depresión, autoestima y anomia, y se analizará en qué medidas estas variables afectan o no el bienestar, y sus dimensiones.

**Tabla 1**  
 Bienestar en Barranquilla, Colombia  
 (bienestar subjetivo, psicológico y social)

|                              | N   | MEDIA  | DT      |
|------------------------------|-----|--------|---------|
| <b>BIENESTAR PSICOLÓGICO</b> |     |        |         |
| AUTOACEPTACIÓN               | 378 | 4,7063 | ,57130  |
| RELACIONES POS               | 371 | 3,6146 | ,71920  |
| AUTONOMÍA                    | 372 | 3,1658 | ,55608  |
| DOMINIO-ENTORNO              | 362 | 4,1094 | ,65953  |
| CRECIMIENTO                  | 374 | 3,6644 | ,64595  |
| PROPÓSITO EN LA VIDA         | 369 | 4,6949 | ,70834  |
| <b>BIENESTAR SOCIAL</b>      |     |        |         |
| INTEGRACIÓN SOCIAL           | 380 | 4,9621 | ,77917  |
| ACEPTACIÓN                   | 379 | 4,0281 | 1,21907 |
| CONTRIBUCIÓN                 | 381 | 3,4724 | ,58147  |
| ACTUALIZACIÓN                | 379 | 3,6106 | ,90191  |
| COHERENCIA                   | 382 | 2,9457 | 1,20060 |
| <b>BIENESTAR SUBJETIVO</b>   |     |        |         |
| AFECTO POS                   | 376 | 2,2327 | ,63280  |
| AFECTO NEG.                  | 374 | 4,2094 | ,67507  |
| SATISFACCIÓN                 | 385 | 3,5818 | ,88104  |
| SATISFACCIÓN CON LA VIDA     | 360 | 7,9028 | 1,5146  |



Estos resultados, acorde con lo esperado, muestran de forma clara la realidad en la que viven la población encuestada: se les reconoce como personas “privilegiadas” dentro de su sistema social, por tener posibilidades socio-económicas que las ayudan a mantener una adecuada percepción sobre sí mismas y su bienestar, a confiar en su futuro y a luchar por salir adelante, a aprovechar las oportunidades que se les presentan, tratando de acceder a nuevas y mejores condiciones de vida, a través de lo que ellas mismas ofrecen.

## BIENESTAR PSICOLÓGICO

- **Autoaceptación:** Al obtener una media de 4.7, las personas evaluadas muestran que tienen actitudes positivas hacia ellas mismas y se sienten bien con su pasado y con las consecuencias que les trajo a su presente. (Keyes, 2002. Citados por Díaz, Rodríguez, Blanco, et al., 2006). Partiendo de este supuesto, se interpreta que estas personas mantienen una percepción favorable sobre sí mismas, de su realidad biológica, psicológica y social y que se sienten satisfechas con lo que han hecho y logrado en sus vidas.

La autoaceptación es considerada como una característica esencial para un buen desarrollo de la autoestima y la estructuración de la personalidad de los individuos, pues se convierte en una instancia necesariamente fortalecida al momento de enfrentar el mundo que los rodea.

- **Relaciones positivas:** Con respecto a esta dimensión, las personas obtuvieron puntuaciones dentro de la media de 3.6, lo que les permite expresar una capacidad moderada para mantener relaciones estrechas con otras personas, basadas en la confianza mutua y empatía. Castro (2000). En general, la población evaluada no se muestra muy diestra en el establecimiento de relaciones, lo que se puede entender como una dificultad para intimar con las personas que los rodean. Lo anterior se puede interpretar como una evasión ante las relaciones íntimas. Sin embargo, estos resultados no van acorde con las características generales de las personas de esta población, quienes son reconocidas por pertenecer a una cultura muy espontánea, sociable y de relaciones muy estrechas.

- **Autonomía:** Con una media 3.1, la autonomía en estos individuos se evalúa como poco desarrollada pues muestra a individuos que no son completamente capaces de influir en el mundo y desarrollarse como personas, autoregularse y mantener su posición ante la presión social. (Ryff & Keyes, 1995. Citados por Díaz, Rodríguez, Blanco, 2006). Esta puntuación relativamente baja en esta área, indica que aunque, en general, la población obtuvo medias alrededor de 3.8 y 4.0 en las demás categorías del bienestar psicológico, esta característica en particular, el ser autónomos, no está muy desarrollada en ellos; lo anterior puede ser producto y estar influenciado por la cultura y la sociedad en la que se encuentran inmersos estos sujetos, ya que como lo plantea Riesman, D. (Citado por Blanco, A. 1995) en su postulado sobre la Psicología de la Abundancia, esta clase de personas prefieren ir dirigidos por otros, ya sea por insaciable necesidad de aprobación, o por ser socialmente conformistas, o porque simplemente prefieren evitar las responsabilidades. Cualquiera que sea el motivo, el objetivo de esta cita era sustentar la poca autonomía de estos sujetos bajo el manto de la conformación y la ayuda que tienen de otros en la sociedad en la que se encuentran inmersos y que les permite vivir de esta forma.

- **Dominio del entorno:** En esta dimensión, las personas mantienen una media de 4.1, lo que demuestra habilidades moderadas para elegir o crear entornos favorables que les permitan satisfacer sus deseos y necesidades. Es decir, que en cierta medida esta población “mantiene una sensación de control sobre el mundo y se sienten capaces de influir sobre el contexto que les rodea”. (Ryff & Singer, 2002, citados por Díaz, Rodríguez, Blanco, 2006). Esta sensación genera en las personas sentirse con la capacidad de enfrentar el mundo con una seguridad de control e influencia sobre los demás y sobre las circunstancias, regalándoles una satisfacción personal que les permite desarrollarse de una mejor forma.

- **Crecimiento:** Con puntajes alrededor de una media del 3.6 se concluye que hay empeño por parte de la persona en “desarrollar sus potencialidades, por seguir creciendo como persona y

llevar al máximo sus capacidades” (Keyes, 2002. Citado por Díaz, Rodríguez, Blanco, 2006). En general, la población mantiene en su interior un sentimiento de lucha y propósito por alcanzar y sostener todas sus metas e ideales, sin importar las circunstancias poco favorables que tienen que afrontar, la realidad a la que le tienen que hacer frente en un país como Colombia enmarcado por su historia de violencia y conflictos armados que desfavorece y perjudica a sus ciudadanos.

- **Propósito en la vida:** Con un puntaje medio de 4.6 en esta categoría, los sujetos encuestados muestran su interés por cumplir metas y función en torno al logro de sus objetivos sin dejar de lado sus valores. (Casullo, 2002, p.46).

La dimensión anterior sobre el crecimiento, se incluye dentro de esta categoría porque asume que las personas interesadas en el desarrollo de sus capacidades y del sí mismo, tiene un propósito y un objetivo en su vida que las ayuda a movilizarse con el afán de alcanzarlos; es decir que si hay un propósito en la vida hay un crecimiento personal por el que se trabaja de forma consciente.

## BIENESTAR SOCIAL

- **Integración social:** Con una media alrededor del 4.9 se interpreta que estas personas mantienen una posición neutra en referencia a calidad de las relaciones que mantienen con la sociedad y con la comunidad (Keyes, 1998, Citado por Blanco & Díaz, 2005). Esta medida hace pensar que aunque que los sujetos evaluados prefieren involucrarse poco con las personas que los rodean, para mantener siempre su independencia y su interés particular como lo principal en sus vidas, sostienen un leve interés por todo lo que implica relacionarse con otros. Lo anterior se estableció mediante la dimensión de relaciones positivas que aparece al interior del bienestar psicológico.

- **Aceptación social:** En esta dimensión la media se ubicó alrededor del 4.0, lo que permite analizar que la población evaluada experimenta, de forma moderada, satisfacción al pertenecer y ser

aceptado por la sociedad. Esta puntuación nos indica que, en concordancia con lo mencionado ya con anterioridad durante el análisis de los resultados de esta investigación, las personas evaluadas conservan un relativo interés por todos aquellos aspectos que implican relación, compromiso o interés por los demás, dejando claro que se preocupan más por ellos mismos y por su futuro de forma individual.

- **Contribución social:** La media arroja puntuaciones de 3.4, lo que ubica a los sujetos un poco alejados de la neutralidad de sus sentimientos de utilidad y el reconocimiento de sus aportes a la sociedad por parte de los otros; esta dimensión, lleva a entender una realidad que enfrenta la sociedad colombiana cuando restringen sus servicios e intereses sobre el bien común y la sociedad por cuanto sienten que son poco valorados y recibidos de forma indiferente por el resto del mundo y de la comunidad en general, pero sobre todo por parte de los gobernantes y dirigentes políticos, los representantes del pueblo y de sus necesidades, a quienes consideran incapaces de recompensarlos o demostrarles beneficios por su contribución.

- **Actualización social:** Con un puntaje medio del 3.6, se puede leer claramente que existen relativos sentimientos de confianza en la sociedad, cuando piensan que esta va hacia un futuro de crecimiento y desarrollo. Esta otra dimensión continúa con la idea generalizada sobre las altas posibilidades de crecer y triunfar en un mundo rodeado de dificultades, pues conserva la confianza y un sentimiento positivo acerca del futuro y sus posibilidades en el mundo.

- **Coherencia social:** Finalmente, y con un puntaje relativamente bajo de 2.9, se entiende que los sujetos encuestados tienen poca capacidad para entender la dinámica de la sociedad y mínima preocupación por estar informados de lo que acontece en ella. (Blanco & Díaz, 2005). Esta indiferencia en torno a la sociedad puede unirse a una baja en la dimensión de la contribución social por parte de las personas evaluadas, aunque nuevamente se aclara que por las circunstancias políticas, sociales y económicas por las que atraviesa Colombia, son pocas las posibilidades reales de mantener

ideas fijas y ciertas con referencia a los gobernantes y situación socioeconómicas que rigen al país. Sin embargo, es pertinente precisar que existe una relativa neutralidad que indica una posible solución o interés por esta temática y que no permite la completa indiferencia ante estas situaciones. Son datos que se consideran de gran beneficio para el país y para la comunidad en general porque dejan ver una ilusión de cambio.

## BIENESTAR SUBJETIVO

- **Satisfacción con la vida:** La población encuestada obtuvo en esta categoría un puntaje promedio de 7.9, que indica la alta satisfacción con la vida que tienen estos sujetos, es decir que según lo expresado por Diener y Diener (1995) estas personas hacen una valoración positiva de sus vidas y mantienen un pensamiento global y evaluativo objetivo en torno a los diferentes aspectos de las mismas. Este puntaje, de alguna forma asombroso a la vista de muchos, es considerado acorde y esperado por los investigadores que entienden que los sujetos que respondieron a estas escalas mantienen sus ideales propios e individuales claros y acordes con sus pensamientos, se sienten bien con ellos mismos y con la vida que han llevado, y que dejan de lado las dificultades que ha tenido que enfrentar el país y la comunidad colombiana en general.

- **Afecto positivo:** En este ítem, la media se mantuvo alrededor de 2.2 e indica que estas personas vivencian sus emociones de una forma apropiada y conservan su estado de ánimo auténtico, y que perciben su vida como deseable al permitirse sentimientos de alegría, tranquilidad y satisfacción entre otros. Díaz (2001)

- **Afecto negativo:** Los resultados obtenidos en esta dimensión se mantienen ubicados en una media alrededor del 4.2 y sugieren que estas personas, por cuanto tienen sentimientos negativos solamente durante poco tiempo, son consideradas como individuos serenos y calmados (Watson. 1988. p. 1063. Citado por Citado por García. 2002), a diferencia de quienes experimentan emociones como la tristeza, la ansiedad y la angustia de forma moderada.

**Tabla 2**  
 Bienestar en relación con  
 autoestima – anomia – depresión

|                              | N        | MEDIA        | DT        |
|------------------------------|----------|--------------|-----------|
| <b>BIENESTAR PSICOLÓGICO</b> |          |              |           |
| AUTOACEPTACIÓN               | 378      | 4,7063       | ,57130    |
| RELACIONES POS               | 371      | 3,6146       | ,71920    |
| AUTONOMÍA                    | 372      | 3,1658       | ,55608    |
| DOMINIO ENTORNO              | 362      | 4,1094       | ,65953    |
| CRECIMIENTO                  | 374      | 3,6644       | ,64595    |
| PROPÓSITO EN LA VIDA         | 369      | 4,6949       | ,70834    |
| <b>BIENESTAR SOCIAL</b>      |          |              |           |
| INTEGRACIÓN SOCIAL           | 380      | 4,9621       | ,77917    |
| ACEPTACIÓN                   | 379      | 4,0281       | 1,21907   |
| CONTRIBUCIÓN                 | 381      | 3,4724       | ,58147    |
| ACTUALIZACIÓN                | 379      | 3,6106       | ,90191    |
| COHERENCIA                   | 382      | 2,9457       | 1,20060   |
| <b>BIENESTAR SUBJETIVO</b>   |          |              |           |
| AFECTO POS                   | 376      | 2,2327       | ,63280    |
| AFECTO NEG.                  | 374      | 4,2094       | ,67507    |
| SATISFACCIÓN                 | 385      | 3,5818       | ,88104    |
| SATISFACCIÓN CON LA VIDA     | 360      | 7,9028       | 1,5146    |
| <b>OTRAS VARIABLES</b>       | <b>N</b> | <b>MEDIA</b> | <b>DT</b> |
| DEPRESIÓN                    | 368      | 2,3981       | ,98567    |
| AUTOESTIMA                   | 376      | 2,7168       | ,62840    |
| ANOMIA                       | 365      | 4,1116       | ,91858    |

Según las variables seleccionadas con el fin de comparar el bienestar que tienen la población encuestada, tal y como se observa en la tabla, se puede decir que en relación a la depresión no se encuentran personas que mantengan actitudes o comportamientos que describan síntomas depresivos; esto se interpreta como un factor contribuyente a los resultados positivos obtenidos en el análisis sobre el bienestar, que coinciden de forma específica con lo arrojado

por la escala de afecto negativo. También indica que, en general, esta población presenta sentimientos de tristeza y desesperación de forma moderada y acorde con las circunstancias, que descartan la depresión como patología en estas personas.

Con respecto a los niveles de autoestima que ellas manejan, se encontró que se reconocen como personas dignas, satisfechas, útiles y capaces de llevar sus vidas, de respetarse y aceptarse a ellas mismas. Estos datos también contribuyen a respaldar los resultados obtenidos de forma específica en la dimensión de satisfacción con la vida y en la dimensión de autoaceptación, pues indica que estas personas por estar realmente satisfechas con su vida de forma objetiva y positiva, se aceptan ellas tal como son, sin preocuparse por su pasado y sus consecuencias, demuestran que tienen una autoestima desarrollada y fortalecida que les permite enfrentar el mundo y las circunstancias que se les presentan.

Al evaluar la anomia, se coincide en que los sujetos de la muestra no rechazan a su sociedad; sin embargo, se mantienen distantes ante los demás, conservando sus esperanzas en ellos mismos y en el mundo que les ha tocado vivir, pero sin dejar de lado sus individualidades. Estas condiciones dependen de tanto procesos sociológicos como psicológicos.

Finalmente, cabe anotar que aunque estas personas tienen una alta percepción de su bienestar propio e individual, están esperanzados en el mundo que les ha tocado vivir y muestran una mínima dificultad al momento de relacionarse con los demás. (rel positivas media 3.6 se habla de capacidad moderada para las relaciones y aceptación se habla de 4.0 moderada aceptación por el otro).

Con base a estos planteamientos se considera que, en este momento, la población evaluada posee la mayoría de las características mencionadas cuando hace frente a las distintas experiencias y demás acontecimientos que han marcado sus vidas, dejan de lado o utilizan para su beneficio los efectos tanto positivos como negativos que hayan provocado estas vivencias y se destacan como sujetos activos y planificadores, dueños de sus actos, de sus intenciones; es partir de esta realidad, donde encuentran la manera de relacionarse con la sociedad y sus demás participantes.

## CONCLUSIONES

Durante esta investigación se han podido comprobar muchas hipótesis que se tenían acerca del bienestar de las personas que viven en Colombia. Este país ha vivido durante los últimos 50 años una crisis social, política y económica que hoy en día agrava sus efectos (ACNUR 2006): actualmente vive la situación de desplazamiento más grave a nivel mundial, afectando de gran forma a los distintos grupos sociales y, en especial, a todos los demás ciudadanos colombianos. (Haghebaert & Davoli, 2006).

Partiendo de esta realidad, se pensaría que la población evaluada también inmersa en estas situación de violencia, conflicto armado y desplazamiento, tendría pocas esperanzas en sí mismas, en su vida, en su mundo; pero, por el contrario, son tantas las capacidades psicológicas, subjetivas y objetivas de estas personas que utilizan las estrategias de afrontamiento necesarias para sobrevivir en un mundo hostil y salir adelante haciendo uso de sus posibilidades reales, concentrándose en ellas mismas y dejando de lado cualquier factor que pueda afectar sus intereses, aunque sin olvidar la realidad en la que viven y conservando siempre la esperanza de una resolución de conflictos y reasimilación de situaciones que benefician a todos por igual.

El bienestar, entendido de cualquier forma, busca contemplar todas las dimensiones del ser humano y medir sus propias calidades para referenciar de forma adecuada todos aquellos aspectos que rigen la vida de un hombre y que son mediadores para su salud y felicidad. Por esta razón, en este momento se hacía necesaria la presente investigación y, más aún, la publicación de sus resultados. Se comprueba que, aunque Colombia no es el país más feliz del mundo, sí conserva un alto índice de bienestar y satisfacción con la vida que hace de estas personas seres completamente capaces y desarrollados que vivencian su realidad de forma positiva y consciente para poder aprovecharla al máximo.



## BIBLIOGRAFÍA

- BLANCO, A. & DÍAZ, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicobema*, 17, 4, pp. 582-589. Universidad Autónoma de Madrid. Madrid, España.
- BLANCO, A. & DÍAZ, D. (2004). Bienestar social y trauma psicosocial: una visión alternativa al trastorno de estrés postraumático. *Clínica y Salud*, 15, 227-252.
- DÍAZ, D., BLANCO, A., SUTIL, L. & SCHWEIGER, I. (2007). Argumentos para una propuesta psicosocial del trauma: el bienestar, patrón de salud y de trastorno. En S. Yubero, E. Larrañaga, y A. Blanco (Coords.) (2007). *Convivir con la violencia*. Cuenca: Ediciones de la Universidad Castilla-La Mancha
- DÍAZ, D., RODRÍGUEZ, R., BLANCO, A., MORENO, B., GALLARDO, I., VALLE, C. et al. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicobema*, 18 (3), 572-577.
- CASTRO, A. (2002). Investigaciones argentinas sobre el bienestar psicológico. En Casullo: *Cuadernos de evaluación psicológica. Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires: Paidós.
- CUADRA, H. & FLORENZANO, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, XII, 1: pp. 83-96.
- CHAMARRO, H. (2005). El concepto de anomia, una vision en nuestro país. Academia Nacional de Derecho y Ciencias Sociales de Córdoba. Argentina: Universidad Nacional de Córdoba.
- DIERENDONCK, D., BLANCO, A., DÍAZ, D., JIMÉNEZ, B., GALLARDO, I., VALLE, C. & CARVAJAL, R. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicobema*, 18, 3, pp. 572-577. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- GARCÍA, C. & GONZALES, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. su relación con otras categorías sociales. *Rev Cubana Med Gen Integr*: 16(6):586-92.
- GARCÍA, M. (2000). *Desde el concepto de felicidad al abordaje de las variables implicadas en el bienestar subjetivo: un análisis conceptual*. Málaga: Universidad de Málaga.
- HUEBNER, E. & DEWW, T. (1991). Las interrelaciones del afecto positivo, el afecto negativo y la satisfacción vital en una muestra adoles-

- cente. Madrid: Fundacion Humanismo y ciencia.
- KEYES, C. (1998). Social Well-Being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121-140.
- JESSUP, M. & PULIDO, R. (1996). *Estudios en calidad de vida: Alternativa de educación basada en la investigación*. Documento de trabajo Departamento de Biología. Santafe de Bogota: Universidad Pedagógica Nacional.
- PEREZ, M. & GARCÍA, J. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para la depresión. Uiversidad de Oviedo y Universidad de Almería. *Psicothema*, 13, 3, pp. 493-510.
- RAMÍREZ, R. & ISAURA, J (2001). Algunas consideraciones en torno a cómo medir el nivel de bienestar social. En *Contribuciones a la economía*. Texto completo en Revista Eumed.
- ROBLES, R. & PÁEZ, F. (2003) Estudio sobre la traducción al español y las propiedades psicométricas de las escalas de afecto positivo y negativo. *Salud Mental*, 26 (1), 69-75.