



# NOTA SOBRE EL CONCEPTO DE BIENESTAR O FELICIDAD Y LOS SUCESOS DE VIDA: UNA APROXIMACIÓN A PARTIR DE HALLAZGOS TEÓRICOS Y EMPÍRICOS

Notes on the concept of Welfare or Happiness and Life Events: an approximation based on theoretical and empirical findings

Nota sobre o conceito de Bem-estar ou Felicidade e os Sucessos de vida: uma aproximação a partir de descobertas teóricas e empíricas

Eduardo Escalante Gómez (Argentina)  
[escalante.gomez@gmail.com](mailto:escalante.gomez@gmail.com)  
 Investigador Fundación Universitas  
 Universidad Juan Agustín Maza

es

## RESUMEN

En este trabajo se abordan los conceptos de bienestar subjetivo (BS), bienestar psicossocial (BPS), y su relación con el concepto de sucesos de vida (SV), a partir de una revisión de diferentes evidencias empíricas disponibles en la literatura científica. El bienestar se entiende como equivalente al concepto de la felicidad. Esta revisión explora las principales perspectivas teóricas, indicando que muchos intentos focalizan sus dimensiones en lugar de la necesaria definición. Las teorías del bienestar referidas a lo subjetivo y lo psicológico, estudian procesos psicológicos similares, pero proceden a medir distintos factores. El bienestar subjetivo se lo ha investigado más como una cuestión emocional para en seguida relacionarla con la felicidad o la satisfacción vital. Por lo que se detecta, que en general los investigadores tratan como sinónimos el bienestar subjetivo o grado de felicidad. Se hace referencia a que el bienestar podría alcanzarse, a través de procesos tan internos o dependientes de la persona como pueden ser: el cambio de sus aspiraciones, la percepción que tiene de sí misma y de su entorno, la acción sobre ella misma o la modificación de lo que se está experimentando en el día a día. Es decir, las preocupaciones investigativas focalizan el bienestar psicológico y el bienestar social. El enfoque estudia el desarrollo del individuo, las formas que usan para enfrentar los sucesos de vida y la manera como se valoran las circunstancias. Es a partir, de la integración de ambos conceptos, bienestar subjetivo y bienestar psicossocial que estimamos que se puede trabajar el constructo "felicidad (bienestar) organizacional. En la actualidad, son diversos los organismos que postulan que el bienestar, subjetivo y psicossocial, constituyen una meta organizacional deseable.

**PALABRAS CLAVE:** bienestar subjetivo, bienestar psicológico, bienestar psicossocial, sucesos de vida.

en

## ABSTRACT

This paper deals with the concepts of subjective well-being (BS in Spanish), psychosocial well-being (BPS in Spanish), and its relation to the concept of life events (SV in Spanish), based on a review of different empirical evidence available in scientific literature. Well-being is understood as equivalent to the concept of happiness. This review explores the main theoretical perspectives, indicating how many attempts focus on its dimensions instead of on the necessary definition. Theories of well-being that refer to the subjective and the psychological, study similar psychological processes, but measure different factors. Subjective well-being has been investigated more as an emotional issue so it can be immediately related to happiness or vital satisfaction. It is detected that researchers treat the subjective well-being and the degree of happiness as synonyms, in general. It is referred that the well-being could be reached through processes as internal or dependent to the person as: the change of its aspirations, the perception it has of itself and its surroundings, the action on itself or the modification of what is being experienced daily. That is, research concerns focus in psychological well-being and social welfare. The focus is on the development of the individual, the ways in which they deal with life events, and how they value circumstances. It is from the integration of both concepts, subjective well-being and psychosocial well-being, that we believe that the organizational "happiness" (wellbeing) construct can be worked on. At present, there are various organizations that postulate that subjective and psychosocial well-being, constitute a desirable organizational goal.

**KEYWORDS:** subjective well-being, psychological well-being, psychosocial well-being, life events.

por

## RESUMO

Em este trabalho abordam-se os conceitos de bem-estar subjetivo (BS), bem-estar psicossocial (BPS), e a sua relação com o conceito de sucessos de vida (SV), a partir de uma revisão de diferentes evidências empíricas disponíveis na literatura científica. O bem-estar entende-se como equivalente ao conceito da felicidade. Esta revisão explora as principais perspectivas teóricas, indicando que muitos intentos focalizam as suas dimensões em lugar da necessária definição. As teorias do bem-estar referidas ao subjetivo e o psicológico, estudam processos psicológicos similares, mas procedem a medir distintos fatores. O bem-estar subjetivo se o tem pesquisado mais como uma questão emocional para em seguida relacioná-la com a felicidade ou a satisfação vital. Pelo que se detecta, que em geral os pesquisadores tratam como sinónimos o bem-estar subjetivo ou grau de felicidade. Se faz referência a que o bem-estar poderia se alcançar, através de processos tão internos ou dependentes da pessoa como possam ser: o câmbio das suas aspirações, a percepção que tem de si própria e do seu entorno, a ação sobre ela mesma ou a modificação do que se está experimentando no dia a dia. Quer dizer, as preocupações da pesquisa focalizam o bem-estar psicológico e o bem-estar social. A focagem estuda o desenvolvimento do indivíduo, as formas que usam para enfrentar os sucessos de vida e a maneira como se valoram as circunstâncias. É a partir, da integração dos dois conceitos, bem-estar subjetivo e bem-estar psicossocial que estimamos que se pode trabalhar o constructo "felicidade (bem-estar) organizacional. Na atualidade, são diversos os organismos que postulam que o bem-estar, subjetivo e psicossocial, constituem uma meta organizacional desejável.

**PALAVRAS CHAVE:** bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico, bem-estar psicossocial, sucessos de vida.

## PARA CITAR ESTE ARTÍCULO / TO CITE THIS ARTICLE / PARA CITAR ESTE ARTIGO:

Escalante Gómez, E. (2016). Nota sobre el concepto de Bienestar o Felicidad y los Sucesos de vida: una aproximación a partir de hallazgos teóricos y empíricos. Bogotá: Editorial Politécnico Gracolumbiano. *Panorama* 10(19), p. 109-116.

## INTRODUCCIÓN

Eduardo  
Escalante  
Gómez I

En la literatura sobre el *bienestar*, se pueden distinguir dos perspectivas: una que explora el *bienestar subjetivo* (BS) o *hedónico* (Diener, 1994) y otra que indaga el *bienestar* desde el punto de vista psicológico (BP) o *eudaimónico* (Keyes, Shmotkin & Ryff (2002).

El BS se hace referencia a si el individuo vive su realidad de manera positiva y si ésta se relaciona con la satisfacción. Para este efecto, los investigadores consideran las apreciaciones cognitivas y las respuestas afectivas que los individuos tienen. Una *persona feliz* tendría mejor funcionamiento psicológico, viviría una mayor cantidad de años, tendría una mejor salud física, obtendría mejores trabajos y establecería relaciones interpersonales de alta calidad (Diener, 1994).

En décadas más reciente, el interés focaliza el desarrollo de los individuos y la manera en la que reaccionan frente a determinados sucesos de vida y lo que resulta significativo para el sujeto en términos de metas (véase Ryff & Keyes, 1995). Se entendería en *bienestar* como multidimensional, abarcando los aspectos sociales y del entorno para comprenderlo.

A continuación, se hará una revisión de ambas perspectivas a la luz de las evidencias empíricas que aportan cada perspectiva. Al revisar la literatura, es importante determinar el significado específico presente en cada publicación.

### EL BIENESTAR SUBJETIVO (BS)

Cuando se investiga el *bienestar subjetivo*, los investigadores tienen la intención de examinar en qué medida el BS estaría relacionado con determinadas variables, por ejemplo, satisfacción de vida, sin obviar la inclusión de variables situacionales, culturales y organizacionales. De allí, que uno podría considerar plausible la hipótesis que indicaría que el concepto *bienestar subjetivo* estaría asociado a variables tales como, la satisfacción de vida y la felicidad y el contexto en que esta ocurre. Desde este punto de vista, se estudian las variables que aluden a determinadas emociones respecto de las experiencias de vida que tiene un individuo y la situación respectiva.

Es importante determinar la especificidad de cada concepto y su propia taxonomía. En el caso del *bienestar subjetivo*, autores como Argyle y Martin (1991) sostienen indican que habría que incluir dos subclases: lo *cognitivo* (grado de satisfacción del sujeto con sus circunstancias), BSC, y lo *afectivo* o *emocional* (relación equilibrada de afectos o percepción individual de bienestar o felicidad opuesta a los sentimiento contrarios), BSA.

El investigador examina las posibles variaciones de cada uno de estos conceptos en el nivel individual en cada organización o cultura, e interpreta la variabilidad o dispersiones que hipotéticamente pudiere existir. Por ejemplo, examinar en qué medida el BS pudiere estar asociado a determinadas estructuras valóricas y culturales, por ejemplo, culturas verticales y culturas más horizontales, generando variaciones en las concepciones del poder, el logro, la autonomía de la persona.

Las investigaciones han obtenido resultados que indican que valores personales como la seguridad, tradición y conformidad se asocian negativamente con la *felicidad* (Sagiv y Schwartz, 2000).

En las investigaciones revisadas, se detecta que el BS está asociado con la valoración del sujeto de su propia vida, desde un punto de vista positivo (capital subjetivo positivo), y, por ende, se incorpora al análisis el concepto de “satisfacción con los sucesos de vida”.

Se observa que la persona, individualmente o en el plano organizacional, tendría un *bienestar subjetivo* o *felicidad* mayor cuando predominan las experiencias positivas por sobre las negativas.

Por otro lado, se asume que la vida cotidiana de las personas respecto de su *bienestar subjetivo* o *felicidad*, se puede modificar hasta cierto grado (lo mismo se estima para el bienestar psicosocial). Habría determinados factores que permitirían que el sujeto sea más o menos feliz, y se reconoce que determinados sucesos negativos, generarían un retroceso en el *bienestar subjetivo* o *felicidad*.

Un modelo, ampliamente aceptado, del BS sostiene que las personas deberían de manera inevitable, rápida, y total, adaptarse a cualquier suceso que ocurra en sus vidas. Esto ha sido descrito por distintas teorías, por

ejemplo, la teoría de la adaptación (Helson, 1964), la teoría del equilibrio dinámico (Headey & Wearing, 1992), y la teoría del nivel previo (set-point) (Diener, Lucas, & Scollon, 2006).

La premisa fundamental de estas teorías, es que el nivel habitual de BS es altamente estable. Cambios en las circunstancias de vida, podrían ocasionar aumentos o disminuciones en el BS, pero en cuestión de meses (Suh, Diener, & Fujita, 1996), se regresaría a su nivel inicial (denominado nivel de adaptación, línea base, o nivel previo).

Lo anterior, se puede apoyar en los resultados de investigaciones transversales, que han observado que las correlaciones entre BS y las circunstancias externas de vida (por ejemplo, ingreso, estado civil) van de pequeñas a moderadas.

De igual modo, los estudios longitudinales observan que las diferencias individuales en el BS son altamente estables en el tiempo (Eid & Diener, 2004; Fujita & Diener, 2005; Lucas & Donnellan, 2007).

Todos estos estudios están en la dirección de la hipótesis de la teoría de la adaptación o son interpretados a partir de este encuadre teórico (Diener et al., 1999). No obstante, una prueba estricta de la hipótesis de esta teoría requiere que los cambios en las circunstancias de vida, se evalúen directamente. Para este efecto, se puede examinar el BS en contextos de vida que signifiquen cambios sustantivos en el acontecer de los sujetos, por ejemplo, de empleo a desempleo.

Hay que tener presente que en años recientes, la hipótesis de la teoría adaptación ha sido desafiada empíricamente (Lucas, 2007; Lucas, Clark, Georgellis, & Diener, 2004) y teóricamente (Diener et al., 2006; Headey, 2006).

Como se ha señalado más arriba, el BS se relacionaría con cómo las personas sienten (afectividad) y piensan (cognición) sobre lo que acontece en sus vidas (Diener, 1984).

El BSA y BSC difieren en sus asociaciones con determinadas variables y pueden ser considerados conceptualmente distintos (Lucas, Diener, & Suh, 1996;

Schimmack, Schupp, & Wagner, 2008), aunque son parte del BS.

El *Bienestar subjetivo* cobraría especial importancia porque se habría identificado su relación positiva con el *desempeño laboral*. La satisfacción de vida (medida de bienestar subjetivo) además representaría una forma de predictor de la Satisfacción laboral y el desempeño en la organización.

## BIENESTAR PSICOSOCIAL

La literatura científica revela la necesidad de considerar factores psicosociales al momento de estudiar el *bienestar*, por ejemplo, la norma de internalidad o de externalidad en el control de los sucesos de vida. Esto permitiría explorar el *bienestar* desde el punto de vista inter-subjetivo, al incluir variables como las interacciones de los individuos en las estructuras sociales u organizacionales en las que participan.

Esto se desprende de la preocupación de los investigadores por considerar el contexto y las circunstancias externas en el que se da o no el *bienestar*, así como la inter-subjetividad, el desarrollo de las relaciones al interior de los equipos organizacionales, y en general, en los procesos relacionales que ocurren entre los individuos.

Un enfoque de este estilo correspondería a la segunda perspectiva de estudio del *bienestar*, la que se define como *bienestar psicológico*.

Uno de los trabajos más replicados en diferentes contextos culturales y organizacionales, es el realizado por Ryff (1989), que plantea una estructura de seis factores propios del *bienestar psicológico (BS)*, obtenidos a través de análisis psicométricos, en especial estudios factoriales

El BS (Ryff, 1989), también conocido como *bienestar eudomónico* (Ryan & Deci, 2001), es un concepto amplio de *bienestar*, que incluye facetas tales como la auto-aceptación, propósito de vida, crecimiento personal. Si se considera al BS, exclusivamente como concepto psicológico, se podría asociar conceptos psicosomáticos, pero éstos no definen el BS y se postula su exclusión como parte de las investigaciones cuando se estudia al individuo en las interacciones o en las organizaciones.

Nota sobre el concepto de Bienestar o Felicidad y los Sucesos de vida: una aproximación a partir de hallazgos teóricos y empíricos

Una lectura del trabajo de Cummins, McCabe, Romeo y Gullone (1994), permite explorar el componente cognitivo del *bienestar* en profundidad e identificar los diferentes dominios involucrados en los juicios que los sujetos hacen de sus vidas. Bharadwaj y Wilkening (1977) observaron que la satisfacción del sujeto con su vida se relaciona con los siguientes dominios, en el orden que se exponen: familia ( $r = .50$ ), condiciones de vida ( $r = .46$ ), trabajo ( $r = .45$ ), salud ( $r = .41$ ), actividades de ocio ( $r = .41$ ) e ingresos ( $r = .39$ ).

En una investigación que realizamos en Argentina (Páramo, et. al, 2012), se estudió la correlación entre las dimensiones de BP con tres áreas de los rasgos de personalidad: *metas motivacionales, modos cognitivos y conductas interpersonales*. Los resultados obtenidos, en cuanto a la relación entre BP y estilos de personalidad, permiten apoyar la conclusión de que el BP se encuentra asociado a determinados rasgos de personalidad que se mantienen más o menos estables a lo largo del tiempo.

En la actualidad, algunas investigaciones han integrado el concepto de Ryff (1989) referido al BP con el de Keyes (1998) sobre el *bienestar social* (BS), por lo que se postula el concepto de *bienestar psicosocial* (BPS). Se trata de dos enfoques teóricos al momento de estudiar el bienestar, esto es, se investigan procesos psicológico similares, pero se miden distintos tipos de factores o facetas.

Esto significa investigar el *bienestar* considerando tanto lo individual como lo social, la subjetividad como la intersubjetividad socialmente construida.

El BPS hace referencia no solamente a cuestiones de corte psicológico, sino también, a los sucesos que ocurren y a la forma de funcionamiento de las organizaciones y de las estructuras sociales en general, estaría conformado por dimensiones tales como: *Integración social*, que Keyes (1998) la define en términos de la calidad de las relaciones que el individuo mantiene con las estructuras sociales (Keyes, 1998); *Aceptación social*, que se refiere a la necesidad del individuo de pertenecer a estructuras sociales, a una organización, a un grupo, las que requieren un entorno de confianza y empatía hacia los demás; *Contribución social*, el sujeto necesita también sentir que es útil para ser miembro de un grupo u organización por lo que el sentimiento de utilidad es importante (Keyes, 1998), pero además que lo que hace

se valora; *Actualización social*, se hace referencia al estado permanente de tratar de conseguir metas, en orden a obtener de algún modo beneficios; *Coherencia social*, esta dimensión alude al grado de conciencia del sujeto respecto de la dinámica en la que participa.

A partir de este tipo de aproximación, se estima que la *felicidad o bienestar* está asociada a aspectos culturales y valóricos, por ejemplo, representaciones, creencias (Zubieta, Delfino y Fernández, 2007)

Este enfoque permite abordar la subjetividad y la inter-subjetividad, y poder investigar de manera más compleja lo que se denomina *bienestar o felicidad organizacional*.

Al nivel del bienestar del sujeto, se agregarían las interacciones sociales al interior de la organización, y al estudio de la organización misma. Linley, et al., 2009 han estudiado la interconexión entre los varios aspectos del bienestar, empleando el enfoque psicosocial. Adler & Kwon, 2002 investigaron la confianza, la reciprocidad, el intercambio líder-miembros, cooperación, coordinación e integración. Estos autores hicieron una interesante revisión del “capital social” para entender el *bienestar*.

Respecto de las evidencias empíricas, se ha identificado relaciones positivas entre los antecedentes contextuales y empoderamiento psicológico, los valores son significativamente mayores a cero al nivel 0,05 (Whitener, 1990). Aunque, Chen Y Kanfer (2006) investigaron el empoderamiento de los sujetos a nivel de equipo detectando que no se observarían valores significativos. Esto significa que se requiere realizar investigaciones, que no solamente identifiquen las hipótesis en cuestión, sino que su confirmación o rechazo.

## SUCESOS DE VIDA

Los sucesos de vida se pueden examinar desde dos perspectivas mayores, una perspectiva es desde el estrés y otra desde el desarrollo. La primera ve los sucesos de vida como tipos específicos de estresores. Estos provocarían alteraciones significativas en las rutinas diarias (Turner & Wheaton, 1995). Est enfoque incluye sucesos deseables como las vacaciones (Holmes & Rahe, 1967). En contraste, estresores mínimos tales como las



molestias diarias (Kanner, et. al., (1981) no producirían un efecto mayor en la vida de los sujetos.

Desde la perspectiva del desarrollo, los sucesos de vida se ven como transiciones específicas. Estas se definen como una discontinuidad en el espacio de vida de la persona del cual se está conciente y demandan nuevas respuestas comportamentales. No se precisa la duración y el curso de la transición, por lo que se la puede considerar lenta y continua (por ejemplo, la pubertad), como rápida y discreta (por ejemplo, la transición del secundario a la universidad).

Al investigar se debería incluir ambos tipos de perspectivas de modo de comprender bien lo que ocurre. La transición marcaría el fin de un estatus. Un estatus es una variable nominal con al menos dos valores, por ejemplo, estatus ocupacional: empleado, desempleado, estudiando o no. La transición de un estatus a otro es un suceso específico de vida, por ejemplo, pérdida del trabajo (de empleado a desempleado).

Se han realizado diferentes estudios a partir del supuesto que los cambios ambientales representados por sucesos de vida positivos y negativos, tendrían influencia en BS (Abbey & Andrews, 1985; Block & Zautra, 1981; Headey, Holmstrom, & Wearing, 1984; Headey et al., 1985; Zautra & Reich, 1983). Los sucesos de vida positivo mejorarían el BS, y los negativos lo reducirían (Grob, 1995). Además, al parecer los individuos son capaces de gestionar los sucesos de vida críticos, pero si tienen que enfrentar dos o más sucesos de vida críticos en un período de cinco años, su BS disminuye de manera importante (Grob, 1995).

Hallazgos similares encontró Veenhoven (1994). Estableció que los sucesos de vida positivos y negativos afectan el *nivel de felicidad* de los individuos, especialmente si hay transiciones importantes. La limitación deriva del hecho que los sucesos de vida se tratan enteramente como exógenos.

Hay evidencias que la misma clase de suceso a menudo ocurre para el mismo tipo de individuos, lo que estaría indicando de algún modo que se estaría dando una asociación entre la personalidad y las características del suceso de vida que experimentan determinados individuos (Headey & Wearing, 1989). No obstante, no

todos los estudios confirman la relación entre personalidad, sucesos de vida y BS (DeNeve & Cooper, 1998; McCrae & Costa, 1991).

Se requieren más investigaciones y análisis en orden a clarificar este tipo de relaciones, en especial porque hay resultados contradictorios (Headey, 2006; Headey & Wearing, 1989).

Hay estudios que han mostrado que el *bienestar o felicidad* está determinado principalmente por características individuales más que por circunstancias de vida externas (Costa & McCrae, 1984; Diener, Sandvik, Pavot, & Fujita, 1992).

Este tipo de teorización conduciría a creer que los *sucesos de vida* y la *personalidad* pueden diferir en términos de su duración del efecto en el *bienestar*. Es probable que la personalidad tenga efectos a más largo plazo en el BS, y los *sucesos de vida* lo tengan en el corto plazo (Diener, Sandvik, Pavot, & Fujita, 1992; McCrae & Costa, 1988).

Por otro lado, se ha observado que sucesos deseables están más vinculados con el BP, y que los sucesos no deseables tienen un efecto adverso en la salud mental de los individuos (Zautra & Reich, 1983).

Sucesos de vida positivos (por ejemplo, promoción) aumentarían el BS. Por otro lado, sucesos negativos (por ejemplo, mala evaluación del desempeño) disminuirían el BS.

## CONCLUSIÓN

Los estudios revelan que el estudio de la *felicidad o bienestar* requeriría, no solamente considerar la dimensión psicológica, sino también su dimensión social y cultural.

La revisión de la literatura indicaría que algunas teorías abordan el constructo (bienestar/felicidad) como una cuestión psicológica, otros como cuestión psicosocial, otros acentúan el constructo como valores objetivos (filosóficos) de perfección de la naturaleza humana y no residiría en cuestiones materiales sino en el estado de conciencia de los individuos.

Se puede sostener que un enfoque intermedio o multidimensional sería plausible y recomendable. Se trataría de un ideal, pero enmarcado en la subjetividad e intersubjetividad (bienestar subjetivo) y en la psicología individual e interaccional de los individuos (bienestar psicosocial). Para su estudio habría que considerar las teorías universalistas, situacionales y personológicas, así como la teoría de la adaptación, dada que cada una de ella se aproxima al constructo *bienestar* o *felicidad*, emplean distinciones propias.

Dadas las distintas posturas sobre el *bienestar* o la *felicidad*, la literatura revela la necesidad de emplear enfoques mixtos o híbridos.

En las teorías y publicaciones sobre el constructo, se observa el par subjetivo/objetivo, pero también se podría distinguir diferentes clases de “subjetivos”, por ejemplo, diferenciar entre los valores del sujeto expresados en sus deseos, y los valores expresados en sus estados afectivos. Es decir, habría diferentes clases de evaluaciones subjetivas.

Este tipo de enfoque lo encontramos en Hawkins (2010). Esta autora alude a dos clases de evaluación subjetiva: preferencias informadas, y estados afectivos. Del mismo modo, sería plausible considerar el par objetivo/objetivo.

Un enfoque mixto indicaría que la constitución del *bienestar* o *felicidad* depende de una perspectiva multidimensional que considere diferentes factores. Esta permitiría invocar la combinación de rasgos subjetivos y objetivos, o una combinación de ambos. Esta sugerencia se sustenta en la variedad de investigaciones que hay sobre el constructo *bienestar* o *felicidad*, por ejemplo, la integración de conceptos como eficacia, resiliencia, y optimismo, esto es, un conjunto de mecanismos que promueven el *bienestar* y los aspectos objetivos en el que ocurre (Avey et al., 2010, 2011; Luthans et al., 2013; Roche, Haar & Luthans, 2014). Además, se requerirá un trabajo afinado de instrumentación (por ejemplo, definición e integración de escalas de medición) y operacionalización (definición de variables e indicadores) para determinar con claridad la contribución de cada concepto a la definición del constructo *bienestar* o *felicidad*.

## REFERENCIAS

1. ABBEY, A. & ANDREWS, F. M. (1985). Modeling the psychological determinants of life quality. *Social Indicators Research*, 16, 1–34
2. ADLER, P. S., & KWON, S.-W. 2002. Social capital: Prospects for a new concept. *Academy of Management Review*, 27: 17– 40.
3. ARGYLE, M., & MARTIN, M. (1991). The psychological causes of happiness. In F. STRACK, M.
4. BLOCK, M., & ZAUTRA, A. (1981). Satisfaction and distress in a community: A test of the effects of life events. *American Journal of Community Psychology*, 9, 165–180
5. BHARADWA, L. & WILKENING, E. A. (1977). The prediction of perceived well-being. *Social Indicators Research*, 4 (4), 421- 439.
6. BRICKMAN, P., & CAMPBELL, D. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. APLEY (Ed.), *Adaptation-level theory: A symposium* (pp. 287–302). New York: Academic Press
7. BRUNSTEIN, J. C. (1993). Personal goals and subjective well-being: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1061–1070.
8. CHEN, G., & KANFER, R. (2006). Toward a systems theory of motivated behavior in work teams. *Research in Organizational Behavior*, 27, 223–267
9. COSTA, P. T., Jr., & McCRAE, R. R. (1984). Personality as a lifelong determinant of well-being. In C. MALATESTA & C. Izard (Eds.), *Affective processes in adult development and aging* (pp. 141–156). Beverly Hills, CA: Sage.
10. CUMMINGS, R. A., McCABE, M. P., ROMERO, Y., & GULLONE, E. (1994). The Comprehensive Quality of Life Scale: Instrument development and psychometric evaluation on tertiary staff and students. *Educational and Psychological Measurement*, 54, 372–382.
11. DeNEVE, K. M., & COOPER, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197–229
12. DIENER, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
13. DIENER, E. (1994). El bienestar subjetivo. *Intervención Psicosocial*, 3, 67–113.

14. DIENER, E., SANDVIK, E., & PAVOT, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. In F. STRACK, M. ARGYLE, & N. SCHWARTZ (Eds.), *Subjective wellbeing: An interdisciplinary perspective*. International series in experimental social psychology (pp. 119 – 39). Oxford: Pergamon Press
15. DIENER, E., LUCAS, R. E., & SCOLLON, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of wellbeing. *American Psychologist*, 61, 305 – 14.
16. EID, M., & DIENER, E. (2004). Global judgments of subjective well-being: Situational variability and long-term stability. *Social Indicators Research*, 65, 245-277.
17. FUJITA, F., & DIENER, E. (2005). Life satisfaction set point: Stability and change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 158-164.
18. GROB, A. (1995). Subjective well-being and significant life-events across the life span. *Swiss Journal of Psychology*, 54, 3-18
19. HEADY, B. W. (2006). Subjective well-being: Revisions to dynamic equilibrium theory using national panel data and panel regression methods. *Social Indicators Research*, 79, 369-403.
20. HEADEY, B. W. & WEARING, A. J. (1992). *Understanding happiness: A theory of subjective well-being*. Melbourne: Longman Cheshire.
21. HEADY, B., HOLMSTRON, E. L., & WEARING, A. J. (1984). The impact of life events and changes in domain satisfactions on well-being. *Social Indicators Research*, 15, 203-227.
22. HEDY, B., & WEARING, A. J. (1992). *Understanding happiness: A theory of subjective well-being*. Melbourne: Longman Cheshire
23. HELSON, H., (1964). *Adaptation-level theory*. Harper & Row, New York.
24. HOLMES, T. H., and RAHE, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *J. Psychosom. Res.* 4: 189-194
25. KANNER, A. D., COYNE, J. C., SCHAEFER, C., & LAZARUS, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4, 1-39
26. KEYES, C. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61, 121-140.
27. KEYES, C., RYFF, C., y SHMOTKIN, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022
28. LINLEY PA, WOOLSTON L and BISWAS-DIENER R (2009) Strengths coaching with leaders. *International Coaching Psychology Review* 4(1): 37-48
29. LUCAS, R. E., & DONNELLAN, M. B. (2007). How stable is happiness? Using the STARTS model to estimate the stability of life satisfaction. *Journal of Research in Personality*, 41, 1091- 1098.
30. LUCAS, R. (2007). Personality and subjective well-being. In M. EID & R. LARSEN (Eds.), *The science of subjective well-being*. New York: Guilford Press.
31. LUCAS, R. E., CLARK, A. E., GEORGELLIS, Y., & DIENER, E. (2004). Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological Science*, 15, 8 – 13.
32. LUCAS, R. E., DIENER, E., y SUH, E. (1996). Discriminant validity of wellbeing measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628
33. McCRAE, R. R., & COSTA, P. T. (1991). Adding Liebe and Arbeit: The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, 227-232.
34. Páramo, María de los Ángeles; Straniero, Cristina Mariana; García, Claudia Silvana; Torrecilla, Norma Mariana; Escalante Gómez, Eduardo (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, vol. 10, núm. 1, pp. 7-21.
35. RYFF, C. (1989a). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 35-55.
36. RYFF, C. (1989b). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
37. RYFF, C., y KEYES, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
38. RYFF, C., y SINGER, B. (1998). The contours of positive health. *Psychological Inquiry*, 9(11), 1-28. RYFF, C., y SINGER, B. (2002). From social structure to biology. En C. SNYDER y A. LÓPEZ (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 63-73). Londres: Oxford University Press.

Nota sobre el concepto de Bienestar o Felicidad y los Sucesos de vida: una aproximación a partir de hallazgos teóricos y empíricos

I Panorama  
I pp. 109-116  
I Volumen 10  
I Número 19  
I Julio-diciembre  
I 2016

39. RYFF, C., LEE, Y. H., ESSEX, M. J., y SCHUMUTE, P. S. (1994). My children and me: Midlife evaluations of grown children and of self. *Psychology and Aging*, 9 (2), 195-205,
40. RYAN, R. M., y DECE, E. L. (2001). To be happy or to be self-fulfilled: A review of research on hedonic and eudaemonic well-being. En S. FISKE (Ed.), *Annual Review of Psychology* (Vol. 52; pp. 141-166). Palo Alto, CA: Annual Reviews, Inc
41. SCHIMMACK, U., SCHUPP, J., & WAGNER, G. (2008). The influence of environment and personality on the affective and cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 89, 41-60.
42. SGIV, L., & SCHWARTZ, S. H. (2000). Value priorities and subjective well-being: Direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*, 30, 177-198
43. SUH, E., DIENER, E., & FUJIT, F. (1996). Events and subjective well-being: Only recent events matter. *Journal of Personalio, and Social Psychology*, 70, 1091-1102.
44. STEEL, P., SCHMIDT, J., & SHULTZ, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161
45. TURNER, R., & WHEATON, B. (1995). Checklist measurement of stressful life events. In S. COHEN, R. KESSLER, & L. GORDON (Eds.), *Measuring stress: A guide for health and social scientists*. New York: Oxford University Press
46. VEEHOVEN, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3, 87-116.
47. VEENHOVEN, R. (1994). Is happiness a trait? Tests of the theory that a better society does not make people any happier. *Social Indicators Research*, 32, 101-160.
48. WHITENER, E. M. (1990). Confusion of confidence intervals and credibility intervals in meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 75, 315-321
49. WILSON, T.D., & GILBERT, D.T. (2003). Affective forecasting. In M.P. ZANNA (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 35, pp. 345-411). San Diego, CA: Academic Press
50. ZAUTRA, A. J., & REICH, J. W. (1983). Life events and perceptions of life quality: Developments in a two-factor approach. *Journal of Community Psychology*, 11, 121-132.
51. ZUBIETA, E; DELFINO, G. I y FERNÁNDEZ, O. D.(2007). Confianza Institucional y el rol mediador de creencias y valores. *Revista de Psicología*, Vol.3, (6), 101-120