

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

"BIENESTAR PSICOLÓGICO EN GUARDIAS DE SEGURIDAD DE UNA EMPRESA PRIVADA".
TESIS DE GRADO

MANUEL ALEJANDRO MARTINEZ DONADO
CARNET 21426-07

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, ENERO DE 2014
CAMPUS CENTRAL

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

"BIENESTAR PSICOLÓGICO EN GUARDIAS DE SEGURIDAD DE UNA EMPRESA PRIVADA".

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR
MANUEL ALEJANDRO MARTINEZ DONADO

PREVIO A CONFERÍRSELE
EL TÍTULO DE PSICÓLOGO CLÍNICO EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADO

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, ENERO DE 2014
CAMPUS CENTRAL

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. ROLANDO ENRIQUE ALVARADO LÓPEZ, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: DR. CARLOS RAFAEL CABARRÚS PELLECCER, S. J.
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: DR. EDUARDO VALDÉS BARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANA: MGTR. MARIA HILDA CABALLEROS ALVARADO DE MAZARIEGOS
VICEDECANO: MGTR. HOSY BENJAMER OROZCO
SECRETARIA: MGTR. LUCRECIA ELIZABETH ARRIAGA GIRON
DIRECTORA DE CARRERA: MGTR. GEORGINA MARIA MARISCAL CASTILLO DE JURADO

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

MGTR. CARMEN ILEANA DE LOURDES CACACHO CARRILLO

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN

LIC. LIZA MARJORIE GONZALEZ MURALLES

Guatemala, 19 de noviembre de 2013.

Señores
Miembros del Consejo
Facultad de Humanidades
Presente.

Estimados Señores del Consejo:

Por este medio les informo que he asesorado el trabajo de tesis del estudiante Manuel Alejandro Martínez Donado, carné 21426-07, titulado: "Bienestar psicológico en guardias de seguridad de una empresa privada".

El trabajo de investigación fue revisado y se presenta el informe final, que a mi criterio, llena los requisitos que la Facultad de Humanidades exige y que por lo mismo, expongo a su consideración para su revisión final.

Sin otro particular me suscribo de ustedes atentamente,



M.A. Carmen Cacacho
Asesora
Catedrático 3762

c.c.archivo

Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado del estudiante MANUEL ALEJANDRO MARTINEZ DONADO, Carnet 21426-07 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus Central, que consta en el Acta No. 05443-2014 de fecha 3 de enero de 2014, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

"BIENESTAR PSICOLÓGICO EN GUARDIAS DE SEGURIDAD DE UNA EMPRESA PRIVADA".

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGO CLÍNICO en el grado académico de LICENCIADO.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 3 días del mes de enero del año 2014.



MGTR. LUCRECIA ELIZABETH ARRIAGA GIRON, SECRETARIA
HUMANIDADES
Universidad Rafael Landívar

RESUMEN

Los sujetos del presente estudio fueron guardias de seguridad de un ingenio de azúcar en Santa Lucía Cotzumalguapa, Escuintla. La misma cuenta con 110 guardias, de los cuales, para esta investigación, se tomaron como muestra a 30 sujetos. El tipo de muestreo fue aleatorio estratificado, el cual consiste en la división previa de la población de estudio en grupos o clases que se suponen homogéneos respecto a característica a estudiar. Para la investigación se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas (1998), la cual evalúa el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción y la comodidad consigo mismo en un período de su vida. Consta de 65 ítems y está dividida en cuatro sub-escalas: bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y bienestar en su relación de pareja. Los resultados estadísticos indicaron que el bienestar psicológico correlaciona positivamente con la mayoría de las variables del test, las cuales son: áreas de bienestar subjetivo, bienestar de pareja, bienestar material y bienestar laboral. Al finalizar el presente estudio se concluyó que el bienestar subjetivo es el aspecto que mayor correlaciones positivas presenta, lo cual afirma que mientras mejor concepto tengan las personas acerca de su bienestar y de los bienes que poseen, tanto materiales como emocionales, mayor será su bienestar psicológico.

INDICE

I.INTRODUCCIÓN.....	1
1.1 Bienestar Psicológico.....	9
1.1.1 Definición.....	10
1.1.2 Dimensiones del Bienestar Psicológico.....	10
1.1.3 Factores que afectan el Bienestar Psicológico.....	14
1.2 El guardia de Seguridad.....	23
1.2.1 Definición.....	23
1.2.2 El perfil de competencia de un guardia de seguridad.....	24
1.2.3 El guardia de seguridad de la empresa en Guatemala.....	26
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	30
2.1 Objetivos.....	30
2.2 Hipótesis.....	31
2.3 Variables.....	32
2.4 Definición de variables.....	32
2.5 Alcances y límites.....	34
2.6 Aporte.....	34
III. MÉTODO.....	36
3.1 Sujetos.....	36
3.2 Instrumento.....	36
3.3 Procedimiento.....	37
3.4 Tipo de investigación y Metodología estadística.....	38

IV. PRESENTACION DE RESULTADOS.....	39
V. DISCUSION DE RESULTADOS.....	44
VI.CONCLUSIONES.....	48
VII.RECOMENDACIONES.....	49
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	50
IX.ANEXOS.....	55

I. INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico es una condición que determina el nivel de salud mental de la persona. Cuando éste no se encuentra en un estado óptimo a causa de diferentes factores, ya sean externos o internos, se llega a manifestar de una u otra manera de forma negativa. Al momento en que una persona se encuentra en una situación ajena a su misma condición de equilibrio emocional o psicológico, puede desencadenar síntomas de estrés, depresión, ansiedad e insatisfacción, lo cual a su vez se refleja en la conducta, las emociones, el desempeño laboral e incluso síntomas fisiológicos. El bienestar psicológico es de vital importancia para el crecimiento personal y el desarrollo profesional, ya que el manejo del mismo puede destacar las aptitudes y habilidades propias de la persona.

La satisfacción de necesidades es un factor vital para alcanzar un nivel óptimo de bienestar psicológico, y a su vez existen varios elementos que la integran. Partiendo desde este punto, los factores personales en un grupo de trabajadores específicamente en los guardias de seguridad, el matrimonio, la antigüedad dentro de la empresa y el sueldo devengado por este grupo de sujetos, son indicadores de la posible satisfacción de necesidades que podrían desencadenar una serie de beneficios para la salud mental del trabajador. La satisfacción con el sueldo asignado generalmente le proporciona el estatus social al trabajador, lo cual está íntimamente ligado con el sentido de realización personal. Si el guardia no se encuentra satisfecho con él mismo, podría incidir directamente en su bienestar psicológico, ya que no podría suplir un aspecto de su seguridad personal y crecimiento profesional. De esta manera, la antigüedad dentro de la empresa es otro factor que revela al trabajador su estabilidad laboral, la seguridad de su ingreso y el sentirse satisfecho al ser apreciado por realizar su trabajo adecuadamente.

Por otro lado, el internado de los guardias de seguridad puede ser un factor que puede incidir en el bienestar psicológico de estos sujetos, ya que los aísla, desvinculándose así, del grupo familiar y social. El estado civil de estas personas juega un papel importante en la

estabilidad emocional de los mismos, tanto dentro como fuera de la empresa, ya que podría ser el único vínculo emocional que poseen fuera del ambiente laboral.

Con base a estas premisas, este estudio pretende establecer el nivel de bienestar psicológico de un grupo de guardias de seguridad que laboran en una empresa privada, teniendo como referencia la antigüedad en la empresa, estado civil y el sueldo devengado.

Con relación al tema se han encontrado varios estudios nacionales respectivos a éste, como por ejemplo el de Coyoy (2011), quien realizó una investigación con el objetivo de conocer el bienestar psicológico de pacientes que están en tratamiento fisioterapéutico por trauma de miembro superior. Para ello aplicó a una población de 50 personas, de ambos sexos, entre 20 y 70 años, en el Hospital Regional de Occidente San Juan de Dios, La Escala de Bienestar Psicológico (EBP), enfocado en la subescala de bienestar subjetivo y una encuesta comprendida de 10 preguntas. El estudio concluyó que el bienestar psicológico del paciente en tratamiento fisioterapéutico por trauma de miembro superior, es importante para mejorar el proceso de rehabilitación física con éxito.

De igual manera, Domínguez (2011), realizó una investigación con el objetivo de conocer el bienestar psicológico de personas con VIH. Para ello aplico La Escala de Bienestar Psicológico (EBP) a 55 personas que viven con VIH y que asisten a la Clínica 11 del Hospital Nacional de Mazatenango. Para la misma se utilizó el método de investigación descriptiva y concluyó que las personas que viven con VIH tienen un nivel de bienestar psicológico general levemente bajo con una media de 53. Con este resultado concluyo que el VIH influye en el bienestar psicológico de las personas ya que provoca problemas para la vida de quien lo padece y la de su familia; el saber que poco a poco el cuerpo se va degenerando provoca en el ser humano inestabilidad emocional por lo que el bienestar psicológico se ve perturbado en distintas áreas

Por otro lado, Flores (2011), realizó una investigación con el objetivo de determinar si existía relación entre bienestar psicológico, desesperanza aprendida y rendimiento académico en estudiantes adultos de nivel básico y diversificado. Se empleó La Escala de Bienestar Psicológico (EBP), creada por José Sánchez Cánovas. Para evaluar la

desesperanza utilizó la Escala de Desesperanza de Beck (BHS); se trabajó con la adaptación que realizaron docentes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM), ubicada en Lima, Perú. La investigación se realizó con 95 personas (23 mujeres y 72 hombres), comprendidos entre las edades de 21 a 45 años, en un instituto educativo que una empresa privada formó para proporcionarle estudios a sus trabajadores. Se encontró que el nivel en que se ubica las áreas de Bienestar Psicológico Subjetivo, Bienestar Material y Bienestar Psicológico no se relacionan con el rendimiento académico. Se determinó únicamente correlación con la subescala de Relaciones con la Pareja. Por otro lado, no se encontró relación entre La Escala de Desesperanza de Beck y el rendimiento académico. Sin embargo, sí se encontró relación entre los resultados obtenidos en La Escala de Bienestar Psicológico y la Sub escala de Bienestar Psicológico Subjetivo con La Escala de Desesperanza de Beck. Por el contrario, los resultados de las subescalas Bienestar Material, Bienestar Laboral y Relaciones con la Pareja no tuvieron relación.

A su vez, Noriega (2011), realizó una investigación con el objetivo de establecer el nivel de Bienestar psicológico del personal que labora en capillas funerarias. La muestra estuvo conformada por 30 trabajadores de una funeraria en la Ciudad de Guatemala. Como instrumento de estudio, utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP). Concluyó que el promedio de Bienestar Psicológico del personal que labora en las capillas funerarias estudiadas es Alto, al igual que el nivel de Bienestar Subjetivo y Bienestar Material. El nivel de Bienestar Laboral es Muy Alto y el de Bienestar en Relaciones de Pareja es Bajo. Se recomendó a la empresa continuar en la misma línea de trabajo, ya que esto permitirá a los empleados encontrar un sentido al tipo de trabajo que realizan y sentirse orgullosos del mismo, lo cual lleva a mantener un nivel apropiado de bienestar psicológico. Adicionalmente, recomendó a futuros investigadores profundizar en el tema de Bienestar en las Relaciones de Parejas.

Igualmente, Vasquez (2012), realizó una investigación con el objetivo de establecer el nivel de bienestar psicológico en comadronas de la Asociación VIDA del municipio de Sololá. En esta participaron mujeres que ejercen esta labor entre las edades de 20 a 75 años, a quienes se les administró el test Escala de Bienestar Psicológico. El estudio concluyó que

las problemáticas que afrontan las comadronas desde la poca cooperación de las madres que darán a luz, dificultades familiares, asuntos personales y sistema de salud que no reconocen la laboral que realizan, contribuyen a que algunas áreas relativas al bienestar psicológico de éstas, sea deficiente puesto que no hay equilibrio, ya que existe un desajuste entre las expectativas y logros en la vida y la búsqueda de la felicidad.

Del mismo modo, Cazali (2003), realizó un estudio con el objetivo de establecer el nivel del bienestar psicológico en adolescentes repatriados, estudio realizado en la comunidad El Progreso de Cuyotenango Suchitepèquez, define el bienestar psicológico, como el grado de equilibrio y madurez emocional, que da serenidad ante los problemas de la vida, entusiasmo y capacidad para emprender y mantener con eficiencia, flexibilidad y ajuste a los problemas ante un mundo cambiante, para propicia buenas relaciones consigo mismo y con la sociedad. Los resultados confirman que los adolescentes tienen una buena percepción de su vida, a pesar de los recuerdos del pasado; ellos manifiestan estar abiertos al cambio y adaptarse a su nueva vida, y concluye que en la condición de ser repatriado no ha influido negativamente en su felicidad. La mayoría vive un bienestar psicológico aceptable.

Siguiendo la misma línea, en el año 2007, Puac investigó el bienestar psicológico de estudiantes adolescentes. Trabajó con una muestra de 308 estudiantes del ciclo básico, de ambos sexos, de nivel económico medio y pobre, procedentes de la cabecera departamental de Totonicapán. Utilizó para el efecto la prueba Escala del Bienestar Psicológico (EPB), creada por José Sánchez Canovas. Concluyó que los estudiantes del ciclo de educación básica gozan de bienestar psicológico subjetivo. Esto refleja manejo adecuado de ideas positivas, satisfacción de necesidades, alcance de aspiraciones y experiencias agradables; sin embargo, se presentan proyectos para desarrollar y fortalecer el bienestar de los estudiantes que no gozan de bienestar psicológico subjetivo, mediante terapias, talleres, conferencias y actividades que generen salud mental y estabilidad emocional y que es conveniente que los adolescentes reciban información y orientación en cuanto a proyecto de vida para desarrollar actitudes y actividades que reflejen un buen bienestar psicológico.

En el año 2006, Pérez realizó un estudio cuyo objetivo fue determinar si existe diferencia estadísticamente significativa a nivel de 0.05 de probabilidad en el bienestar psicológico de los y las adolescentes huérfanos del Hogar Santa María de Guadalupe, antes y después de aplicar el Programa de Relaciones Interpersonales. La población estuvo conformada por 15 adolescentes, 5 hombres y 10 mujeres, con edades entre 15y 18 años, que viven en el Hogar Santa María de Guadalupe, municipio de Santa Apolonia, departamento de Chimaltenango, Guatemala. La investigación fue de tipo experimental, con un diseño antes y después con grupo control. La población total fueron 30 adolescentes. El estudio concluyó que el Programa de Relaciones Interpersonales provocó cambios emocionales a nivel de expresión de emociones, de sentimientos, de interacción, respeto y tolerancia en la comunicación, mejoró la autoestima y la aceptación personal, entre otros. Los cambios expresan el grado de bienestar psicológico de los y las adolescentes que participaron en el Programa de Relaciones Interpersonales.

Seguidamente, Méndez (2009), realizó una investigación sobre el bienestar psicológico de madres con hijos en tratamiento contra el cáncer. El estudio estuvo conformado por 22 sujetos de sexo femenino, comprendidas entre las edades de 26 a 45 años, de nivel socioeconómico medio-bajo y que recibieron el diagnóstico de su hijo de 2 a 3 meses antes de realizar la investigación. Para ello se utilizó la técnica de muestreo no probabilística de caso-tipo, y evaluó con dos instrumentos: La Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Sánchez-Cánovas y una entrevista semiestructurada. La mayoría de los sujetos de estudio obtuvieron resultados promedio en la subescala Total de Bienestar Psicológico, demostrando así que es positiva la presencia de las madres en la experiencia emocional lo que las ha llevado a obtener una buena satisfacción personal y vincular con sus hijos.

A nivel internacional también se ha investigado el bienestar psicológico dentro de las cuales se pueden mencionar las siguientes:

Rodríguez (2008), realizó una investigación en España que tuvo como objetivo analizar la relación entre autoconcepto físico y el bienestar/malestar psicológico durante la adolescencia. En este estudio participaron 1959 estudiantes de las comunidades autónomas

del país Vasco y La Rioja, así como de la provincia de Burgos. Los participantes eran hombres y mujeres comprendidos entre los 12 y los 23 años de edad. Los resultados obtenidos indicaron que el autoconcepto físico guarda una relación con el bienestar psicológico. De esta forma, cuanto más elevado está el yo- físico percibido, mayor bienestar experimenta la persona, lo que implica menores niveles de ansiedad y depresión.

A su vez, Torres (2003), realizó una investigación en Perú con el fin de estudiar la variabilidad del bienestar psicológico en función de los indicadores referidos al bienestar subjetivo, bienestar existencial autoeficacia en internet y autoeficacia en computación en los usuarios de internet o tecnología de información. La población estuvo conformada por estudiantes universitarios matriculados en las carreras de Traducción, Ingeniería civil, Ingeniería Electrónica y Psicología, siendo un total de 249 sujetos. Para ello utilizó una escala de bienestar subjetivo, otra de bienestar existencial, y dos escalas de autoeficacia. El estudio concluyó que no hay variación en el bienestar subjetivo, el bienestar existencial, la autoeficacia en internet y la autoeficacia en computación en función al tiempo o frecuencia de uso de los participantes.

Por otro lado Figueroa (2005) realizó una investigación en Argentina cuyo objetivo era determinar si las estrategias que emplean los adolescentes, tienen relación con alto nivel de bienestar y si son diferentes a las utilizadas por los que presentan bajo nivel de bienestar. En el estudio participaron 150 estudiantes escolarizados de nivel socioeconómico bajo, de 13 a 18 años de edad, de San Miguel de Tucumán. En la investigación se encontraron diferencias significativas en el empleo de estrategias de afrontamiento en adolescentes con alto y bajo nivel de bienestar psicológico. El estudio concluyó que los jóvenes de este contexto, por sus condiciones de vida, deben postergar la satisfacción de sus necesidades por falta de oportunidades estando más expuestos a factores de riesgo por el alto nivel de frustración que deben soportar.

Asimismo, en el año 2002, Casullo realizó una investigación en Argentina que tuvo como objetivo evaluar el bienestar psicológico en adultos. En este estudio participaron 359 personas adultas, varones y mujeres, entre las edades de 19 a 61 años, residentes en la

ciudad de Buenos Aires. El número de casos era adecuado según los análisis estadísticos llevados a cabo. Se partió de 20 ítems que operacionalizaban las dimensiones de la teoría de Ryff. Se consideraron las dimensiones autonomía, control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí mismo. Los factores encontrados mediante este análisis fueron: Proyectos, Autonomía y Vínculos. El factor Control de Situaciones aparecía solapado con Aceptación de Sí Mismo, configurando un mismo factor. El autor indicó que no se observó interacción entre el sexo y la edad, y no comprobó diferencias estadísticamente significativas en la percepción del bienestar psicológico según sexos y grupos de edades.

Por su lado Martínez y Morote (2002), realizaron una investigación en Perú la cual tuvo como objetivo el concepto del bienestar psicológico con adolescentes escolares de Lima Metropolitana. Para este estudio se trabajó con una muestra de 413 adolescentes de ambos sexos entre 13 y 18 años de edad. Utilizaron como instrumento la Escala de Bienestar Psicológica (BIEPS-J) así como también un Listado de Síntomas de Derogatis (SCL- 90). Determinaron que la dimensión Aceptación aparece más alta en los adolescentes de 13 a 15 años que en los de 16 a 18. Los adolescentes de colegios particulares, de nivel socioeconómico medio-alto, presentan puntajes más elevados en la dimensión Vínculos que los de colegios nacionales, de nivel socioeconómico medio-bajo.

Del mismo modo, Oliver, Navarro, Meléndez, Molina, y Tomás (2009), realizaron un estudio en República Dominicana, con la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Encontraron que hay factores tanto externos como internos que afectan al adulto mayor para tener o dejar de tener un bienestar psicológico adecuado. Encontraron una diferencia estadísticamente significativa entre los sujetos institucionalizados y los no institucionalizados, así como también en el estado civil que tenían los sujetos de estudio. Concluyeron que la condición física y emocional varía en los sujetos de estudio, la productividad material igualmente cambia de forma total o parcialmente si los sujetos se encuentran internados y el grupo social se reduce y la capacidad adquisitiva disminuye generalmente cuando están solteros..

También, en el año 2008, Jiménez, Martínez, Miró y Sánchez realizaron un estudio en España, cuyo propósito fue analizar la asociación entre la práctica de ejercicio físico y los hábitos de vida saludables y el bienestar psicológico. Se utilizaron dos muestras, una de ellas compuesta por 208 estudiantes pertenecientes a la Universidad de Aveiro (Portugal) y la otra por 239 estudiantes de la Universidad de Granada. Se les aplicó un cuestionario sobre datos sociodemográficos, salud y ejercicio físico, la Escala de Estrés Percibido (PSS) y una forma abreviada del Perfil de Estado de Ánimo (POMS). Los resultados obtenidos en ambos grupos mostraron que, mientras que el consumo reducido de alcohol y tabaco y la ausencia de sobrepeso no se asocian a la realización de ejercicio físico, el bienestar psicológico sí está asociado a la práctica regular de ejercicio físico.

En Bogotá, en el año 2006, Ballesteros, Medina y Caicedo realizaron un estudio cuyo objetivo fue la conceptualización del bienestar psicológico para lo cual se aplicó una encuesta de 11 preguntas a 138 personas entre 8 y 56 años de edad, pertenecientes al grupo de consultantes del centro de atención psicológica de la Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá. Las principales conclusiones se refirieron a la relación entre el bienestar psicológico, definido en términos de estados emocionales y competencias psicológicas, y las condiciones de vida de la gente. Los resultados mostraron que la forma como las personas encuestadas definen el bienestar psicológico concuerdan con los consensos reportados por Cuadra y Florenzano (2003) acerca de la conceptualización del constructo. Igualmente los resultados son consistentes con la conceptualización de Diener (2000) que menciona como componentes inseparables del bienestar subjetivo: la satisfacción con la vida, en forma de juicio global; la satisfacción con dominios o áreas vitales; el afecto positivo y bajos niveles de afecto negativo.

Los autores mencionados en los estudios anteriores, concluyen que el bienestar psicológico deriva de muchos factores, tanto situacionales, como físicos e incluso laborales, y que éste se mantiene y es paralelo al bienestar emocional y físico que presenta una persona, por lo que es importante evaluarlo.

En relación al tema se presentan a continuación diversas teorías y conceptos que respaldan esta investigación:

1.1 BIENESTAR PSICOLÓGICO

1.1.1 Definición.

El bienestar psicológico, como definición apareció hasta tiempos recientes, ya que este término es tan amplio y a la vez subjetivo que se ha ligado a diferentes factores dependiendo del concepto propio de quien lo estudia. Varios autores han fragmentado el termino para llegar a un entendimiento más integrado sobre lo que el termino quiere o desea expresar, tal como refiere Fierro (2000), que la introducción de conceptos como el bienestar personal o de satisfacción personal en la psicología se debe al hecho del lo abstracto del concepto introducción tan tardía de conceptos como el bienestar personal o de satisfacción de con la vida, en la psicología responde en parte a lo abstracto del concepto como a la misma orientación terapéutica vinculada al estudio del malestar.

El bienestar psicológico de las personas puede llegar a verse perjudicado si no se tiene una salud mental buena o emocional respecto a la realización personal en todas las esferas de la vida del hombre, el área laboral, la cultura material higiene personal, cultura sanitaria, actividad cultural y sociopolítica, así como las relaciones sociales y sexualidad.

Noain (1996) define el bienestar psicológico como la presencia de afectos positivos y la relativa ausencia de afectos negativos, así como por un sentimiento general de satisfacción vital. El estudio revela que la felicidad es igualmente accesible para todos

Por su parte, Veenhoven (1994), estableció una definición para el termino, aunque únicamente refiriéndose a lo que el bienestar en si podría significar y establece que hay tres características para el mismo: en primer lugar, es subjetivo, está en el interior de la experiencia individual, segundo, que incluye medidas positivas, y en tercer lugar, es una evaluación global de la vida. El primer término refiere al concepto que la persona posee del

bienestar, el segundo se refiere a las decisiones que esta toma y en tercero a la forma en que evalúa las decisiones que ha tomado y sus resultados.

De igual manera, Brengelman (1995) argumenta que el término de bienestar psicológico lleva implícita la experiencia personal. Existe una íntima relación de lo afectivo y lo cognitivo, por lo que el bienestar es definido como la valoración subjetiva que expresa la satisfacción de las personas y su grado de complacencia con aspectos específicos o globales de su vida. En su totalidad se refiere a la felicidad, a la afectividad positiva o negativa acerca del bienestar o felicidad.

1.1.2 Dimensiones del bienestar psicológico

1.1.2.1 Bienestar Subjetivo

Brenner y Wrubel (1989) opinan que el bienestar, como sentimiento subjetivo, es el resultado de experimentar salud, entendida como grado de vitalidad y funcionamiento adaptativo además de la ausencia de alteraciones y enfermedad, o autopercepción que el organismo propio funciona de manera congruente e integrada; es decir, no hay presencia de enfermedad física ni mental.

Veenhoven (1998) define el bienestar subjetivo como el grado en que una persona atribuye de manera general o global su vida en términos positivos. Por tanto, el individuo usa dos componentes para realizar esta evaluación; a través de pensamientos y afectos. Relaciona el bienestar subjetivo con la “felicidad” o “vida satisfactoria”, explicando que el juicio personal acerca de la calidad de vida depende del grado de satisfacción o felicidad que percibe.

Andrews y Withey (1976) también definen el bienestar subjetivo desde aspectos cognitivos y afectivos. El componente afectivo se refiere a la experiencia personal de sentimientos, emociones y estados de ánimo recurrentes, es momentáneo y cambiante. En cambio, el componente cognitivo se mantiene a través del tiempo. Ambos componentes están relacionados, ya que una persona con alto bienestar experimenta satisfacción con la vida y

predomina la valoración positiva de sus circunstancias vitales; por consiguiente, su estado de ánimo es generalmente placentero. En oposición, los sujetos con un bienestar bajo, valoran circunstancias vitales como negativas y experimentan, generalmente, emociones no placenteras.

Layard (2005) indica que en varios estudios realizados sobre el bienestar subjetivo existen siete factores que más lo afectan: las relaciones familiares, la situación financiera, el trabajo, la comunidad y amigos, la salud, la libertad personal y los valores personales.

1.1.2.2 Bienestar Material

Sánchez-Cánovas (1998) define el bienestar material como la percepción del sujeto en cuanto a tener lo necesario para vivir con cierto desahogo y bienestar.

Victoria y López (2003) indican que las condiciones de vida son las condiciones materiales y las actividades que realizan las personas, aumentando la calidad de vida y el estar satisfecho. Tales como; la disponibilidad de fuentes de trabajo, condiciones de vivienda, inmuebles e ingresos económicos, servicios de salud, atención médica, disponibilidad de alimentación, que existan centros culturales, deportivos, medios de transporte y comunicación.

1.1.2.3 Bienestar Laboral

Sánchez-Cánovas (1998) indica que la satisfacción laboral forma parte esencial de la satisfacción general de un individuo, ya que si existe insatisfacción laboral, ésta genera una fuente importante de estrés.

Davis y Newstrom (1991) declaran que en las últimas décadas, se ha demostrado la existencia de la relación entre la satisfacción laboral y la satisfacción de vida y que entre menos conflictos en el área laboral estén presentes, menos será afectado el bienestar psicológico.

1.1.2.4 Bienestar con la Pareja

Sánchez-Cánovas (1998), menciona que, tener una relación estable cuando se tiene una pareja es un factor importante dentro del bienestar de la persona, ya que la satisfacción en una relación sentimental está relacionada con el desarrollo satisfactorio de ambos individuos.

Los elementos que influyen en la calidad del bienestar con la pareja son: el afecto que se da entre la pareja, que las relaciones personales sean satisfactorias y aceptar los conflictos que sucedan como algo normal, solucionando el conflicto para un buen desarrollo y satisfacción.

Martínez (2010) señala que no se puede mantener una relación funcional sin la comunicación adecuada; es decir, comunicar lo que se quiere y entender qué es lo que se espera de la pareja. Según este autor, el éxito del bienestar en las relaciones de pareja es el esfuerzo cotidiano para sobrellevar dificultades.

Cornachione (2006) indica que, algunos de los factores que generan un desajuste en la relación de pareja, que podrían provocar conflictos, incluso tomar la decisión de separación, podría ser la falta de comprensión y comunicación, falta de afecto, desigualdad en la repartición de las actividades domésticas, incompatibilidad de intereses, valores y objetivos, falta de interés sexual.

Por otro lado, Ryff (1989) propone seis dimensiones del bienestar psicológico en su totalidad:

1. Auto-aceptación: Es uno de los factores que más determinan el bienestar. Implica tener una actitud positiva hacia uno mismo, aceptarse tal como se es y aceptar lo sucedido en el pasado en la vida. La auto-aceptación es básica para la salud mental

y es una característica central de la auto-realización, el funcionamiento óptimo y la madurez de la personalidad.

2. Relaciones positivas con los demás: La calidez y la confianza en las relaciones interpersonales son importantes para disfrutar del bienestar psicológico y suponen también una demostración de madurez de la personalidad. Las personas con capacidad de auto-realización demuestran empatía y tienen firmes sentimientos de afecto hacia otras personas, son capaces de dar más amor y de tener profundas relaciones de amistad.
3. Autonomía: Este factor se refiere al bienestar aportado por la auto-determinación, la independencia y la regulación de la conducta a partir de los propios criterios, con un funcionamiento autónomo y resistente a la aprobación o desaprobación de los demás. Las personas con autonomía no se dejan llevar por los miedos y creencias de las masas y consiguen tener un sentido de libertad en sus comportamientos.
4. Dominio del entorno: La habilidad para elegir o crear entornos favorables para la satisfacción las propias necesidades psicológicas es otra de las características básicas de un sano funcionamiento psicológico. La madurez requiere participar activamente en la importante esfera de lo externo a uno mismo. Las personas con un alto dominio del entorno tienen una mayor habilidad para condicionar el mundo que les rodea y se sienten capaces de influir sobre este contexto ambiental.
5. Propósito en la vida: Para disfrutar de un bienestar duradero las personas necesitan marcarse metas en la vida, definir objetivos que les permitan dar sentido a su vida. Para percibir que la vida tiene significado hace falta tener una sensación de dirección e intencionalidad y hacer que la vida resulte productiva, creativa y emocionalmente integrada.
6. Crecimiento personal: El funcionamiento positivo óptimo no sólo requiere alcanzar las cinco características anteriores, necesita también que la persona ponga esfuerzo en desarrollar sus potencialidades con el objetivo de crecer y expandirse como ser humano.

1.1.3 Factores que afectan el bienestar psicológico

1.1.3.1 Estrés

El estrés es un factor determinante para establecer el nivel de bienestar psicológico de una persona, ya que el mal manejo del mismo puede conllevar una serie de trastornos tanto fisiológicos como mentales, incidiendo estos de manera directa en el bienestar psicológico. Ortega (1999) definió el estrés como una respuesta no específica del organismo a cualquier demanda del exterior. Con lo anterior coinciden Bordón y Durán (2001) al decir que originalmente se refirió al estrés como reacciones inespecíficas del organismo ante estímulos tanto psíquicos como físicos, involucrando procesos normales de adaptación (eustrés), así como anormales (distrés). En el nivel de la emoción, sin embargo, las reacciones del estrés son muy distintas. La persona maneja la situación con la motivación y el estímulo del eustrés. Al contrario, el distrés acobarda e intimida a la persona y hace que huya de la situación.

También, Molina (2003), concuerda con que es el estímulo, emoción o percepción que coloca a nuestro organismo en estado de alerta, o dicho en otras palabras es la respuesta del organismo para adaptarse a una nueva situación.

En este caso los guardias deben adaptarse a la internación, y eso puede causar un desbalance en la estabilidad física y emocional. Este proceso puede llevar un largo tiempo y afecta directamente el bienestar psicológico de los trabajadores, tal como indica Feldman (2002), donde menciona a Gatchel y Baum (1983), indicando que algunos psicólogos de la salud consideran que la vida cotidiana conlleva una serie de secuencias repetidas en las que percibimos amenazas, consideran formas de afrontarlas y por último se adaptan a ellas, con mayor o menor éxito. También mencionan que a pesar que la adaptación suele ser mínima y se produce de manera desapercibida, cuando el estrés es más severo o se prolonga por más tiempo, la adaptación requiere de un esfuerzo mayor y es posible que origine respuestas fisiológicas y psicológicas que provoquen problemas, tanto del bienestar psicológico como en la salud física.

Cada individuo responde de diferente manera ante el ambiente que le rodea y por consiguiente, la manera de afrontar las adversidades debe ser evaluada de forma individual.

Lazarus (1996), mencionado por Landy y Conte (2005), observa al estrés como un proceso continuo en el que los individuos hacen una valoración del ambiente e intentan hacerle frente a los estresores que surgen. Esta evaluación comúnmente desencadena una serie de respuestas de afrontamiento por parte del cuerpo. A estos afrontamientos los divide en dos:

- Afrontamiento enfocado al problema: se dirige a manejar o alterar el problema que causa el estrés.
- Afrontamiento enfocado en la emoción: dirigido a reducir la respuesta emocional a un problema evitando, minimizando o alejándose del problema.

Bensabat, (1994) se refiere a agentes productores de estrés a los que provocan el síndrome general de adaptación. Se debe tomar en cuenta la relatividad de lo que significa no importa que el agente sea en potencia productor directo. Es necesario que se tenga en cuenta que los agentes pueden ser de naturaleza física, y emocionales. El despertar psicológico favorece al estrés, por ejemplo se menciona que algunas reacciones típicas de estrés se observan muchas veces en las quemaduras de primer grado, o en caso de anestesia profunda, Regularmente se encuentra úlceras a causa del estrés.

El bienestar psicológico se ve afectado directamente por las reacciones fisiológicas al ambiente, tal como explica Molina (2003) que el mecanismo de estrés se caracteriza por una actuación concreta del sistema nervioso simpático y la importante descarga de adrenalina en la acción. La recuperación llega por la acción de su sistema nervioso parasimpático que pone en marcha la acción inversa: descenso de la tensión muscular y arterial, descarga de sustancias hormonales conducentes al descanso. Feldman (1995) escribió que la reacción inmediata más frecuente al estrés es fisiológica, ya que incrementa la secreción de determinadas hormonas producidas por las glándulas suprarrenales,

aumenta la presión arterial y el ritmo cardiaco, así como produce cambios en la capacidad de la piel para conducir impulsos eléctricos.

Williams (1984), establece que el estrés puede perjudicar o beneficiar el desempeño laboral, según la intensidad que tenga, cuando no existe estrés no hay interés por el trabajo y el desempeño tiende a ser deficiente. A medida que aumenta el estrés, el desempeño tiende a mejorar porque el estrés estimula al individuo buscar recursos que le permitan cumplir con las exigencias del trabajo, se considera un estímulo saludable que lo alienta a responder a los retos. El estrés termina por llegar a un punto de equilibrio que corresponde aproximadamente a la capacidad máxima del desempeño diario del sujeto, al llegar a este punto, no necesariamente un nivel de estrés puede producir mayor rendimiento en el sujeto. Se puede decir que si el estrés es excesivo el desempeño se deteriora ya que éste lo dificulta. Y el estrés llega a un nivel máximo cesa el comportamiento ya que el empleado sufre colapso nervioso, provocando, enfermedad, ausencia, falta de interés y hasta un despido.

Cualquier suceso, bueno o malo, que ocasiona cambios en la existencia será percibido como productor de estrés. El carácter de estrés de varias situaciones se determina por el grado de cambio que requieren

Por otro lado, Sauter, S; et al. (1999) menciona condiciones que pueden causar estrés, las cuales se nombran a continuación:

- El diseño de los trabajos: trabajo pesado, descansos infrecuentes, turnos y horas de trabajo largos; trabajos frenéticos y de rutina que tienen poco significado inherente, no usan las habilidades de los trabajadores, y proveen poco sentido de control.
- El estilo de dirección: falta de participación por trabajadores en la toma de decisiones, falta de comunicación en la organización, y falta de política que está favorable a la vida de familia.
- Las relaciones interpersonales: malos ambientes sociales y falta de apoyo o ayuda de compañeros y supervisores.

- Los papeles de trabajo: expectativas de trabajo mal definidas o imposibles de lograr, demasiada responsabilidad, demasiadas funciones.
- Las preocupaciones de la carrera: inseguridad de trabajo y falta de oportunidad para el crecimiento personal, el fomento, o el ascenso; cambios rápidos para los cuales los trabajadores no están preparados.
- Las condiciones ambientales: condiciones desagradables y peligrosas como las áreas de trabajo atiborradas, el ruido, la contaminación del aire, o los problemas ergonómicos.

Calvete, E; et. al. (1997) menciona que el estrés es la respuesta no específica del cuerpo a cualquier demanda, sea esta causada por condiciones agradables o desagradables. Pueden agruparse en tres grandes categorías: Modelos basados en la respuesta, modelos basados en el estímulo y modelos basados en la interacción individuo ambiente, que a continuación se describen:

- Modelos basados en la respuesta:

Ha existido una importante tradición en psicología consistente en entender el estrés como una respuesta o reacción del individuo cuando éste está sometido a tensión. El estrés o síndrome general de adaptación implica tres fases fundamentales:

- Fase de alarma: caracterizada por una intensa reactividad fisiológica.
- Fase de resistencia: en la que el sujeto logra adaptarse al agente patógeno y desaparecen los síntomas.
- Fase de agotamiento: en la que la energía necesaria para afrontar los estresores se agota, disminuyendo la capacidad de resistencia del organismo y sobreviniendo eventualmente la muerte.

Generalmente en el transcurso de nuestras vidas atravesamos con frecuencia las dos primeras fases del Síndrome General de Adaptación y que, por otra parte, la tercera no es

necesariamente irreversible y completa, sobre todo si afecta a zonas muy localizadas del cuerpo.

- Modelos basados en el estímulo:

El segundo enfoque ha conceptualizado el estrés como estímulo o características de la situación. De acuerdo con este modelo el estrés —se define en términos de las características del estímulo ambiental que son perturbadoras para el individuo. El estrés proviene del ambiente del individuo y la reacción a los estresores externos es la tensión.

Desde esta perspectiva el énfasis ha recaído en la identificación de las condiciones o situaciones estresantes y su medida, en este marco se encuadran los estudios sobre eventos vitales definidos como experiencias objetivas que desorganizan o amenazan con desorganizar las actividades usuales del individuo, causando un reajuste sustancial en su conducta.

Algunos sucesos vitales agrupados por dimensiones son: Académicos (Comenzar un programa de formación tras un largo periodo sin estudiar, graduación o finalización de algún plan de estudios) trabajo (Comenzar a trabajar por primera vez, cambiar a un trabajo mejor, cambiar a un trabajo peor, tener problemas común superior, perder el trabajo, jubilación) amor y matrimonio (Comenzar una relación amorosa, matrimonio) hijos (embarazo, nacimiento del primer hijo, muerte de un hijo) Familia (pelea con un familiar, fallecimiento de un miembro de la familia distinto del cónyuge o hijo) residencia (cambio, obra o cambios en casa, pérdida del hogar por incendio u otro desastre) delitos y temas legales (robo, estar implicado en un caso de juzgado) economía (comprar a plazos un coche o muebles, ser embargado, obtener una ganancia financiera) actividades sociales (vacaciones, hacer nuevas amistades, ruptura de una amistad, muerte de un animal domestico) salud (enfermedad física, imposibilidad de lograr tratamiento para una enfermedad o lesión).

- Modelos basados en la interacción individuo- ambiente

Desde una perspectiva integradora, se propone el empleo del término “estrés” como una etiqueta genérica para un área de problemas que incluye el estímulo que provoca las reacciones de estrés, las reacciones mismas y los diversos procesos intervinientes.

Dentro de esta línea el modelo más influyente es el enfoque transaccional de Richard Lazarus (1986), que entiende al estrés como una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por este como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar. Describe los procesos de evaluación cognitiva que median entre el estímulo y la respuesta de estrés y distingue tres tipos de evaluación: a) evaluación primaria, b) evaluación secundaria y c) reevaluación

- Evaluación primaria: se produce por la presentación del estímulo y la reacción de estrés quedando como irrelevante, positiva o estresante (daño o pérdida, amenaza y cambio).
- Evaluación secundaria: Consiste en valorar las opciones y recursos de afrontamiento disponibles para manejar la amenaza, daño o cambio.
- Reevaluación: Se refiere a la repetición de las evaluaciones anteriores a medida que se producen cambios en la situación.

1.1.3.2 Satisfacción Laboral

García, Cita a Cardenal y Fierro (2002), quienes opinan que los ingresos, establecen un vínculo entre felicidad y nivel de vida. Aporta cuatro posibles explicaciones de la relación entre ingresos y bienestar subjetivo: los ingresos tendrían efectos relevantes en los niveles extremos de pobreza, alcanzando el techo una vez que las necesidades básicas están cubiertas, los factores como el status y poder, que cobrarían con las entradas, podrían ser responsables del efecto de éstos sobre el bienestar. Por este motivo, y teniendo en cuenta que los dos primeros no aumentan en la misma medida que el tercero, la relación entre ingresos y bienestar no es lineal; el efecto de estos, aún no estando mediados por otras variables, podría depender de la comparación social que lleva a cabo la persona, estos no

sólo. Tienen efectos beneficiosos, presentan algunos inconvenientes que interactúan con ellos y tienden a reducir la repercusión positiva.

Robbins (2004), indica que la satisfacción laboral es la actitud general de un empleado hacia su trabajo, haciendo énfasis en que un trabajo es más que las actividades obvias que barajar documentos, escribir códigos de programación, esperar a los clientes o manejar un camión; requiere también tener trato con los compañeros y los jefes, obedecer las reglas y costumbres de la organización, cumplir los criterios de desempeño y vivir en condiciones laborales adecuadas, entre algunas de las más mencionadas.

Para Spector (2002) la satisfacción laboral son los sentimientos de una persona hacia su trabajo y las facetas de éste, denota las percepciones de las personas respecto de diferentes aspectos de su empleo.

1.1.3.3 Integración Familiar

Salguero (1996), menciona que en toda congregación de seres humanos se producen diversidad de problemas, unos de fácil y otros de compleja solución. Entre los problemas que más afectan a la familia, se mencionan el desempleo en Guatemala, por lo que la integración familiar se ve afectada, provocando muchas veces el divorcio o la desintegración familiar, así produciendo que el bienestar psicológico sea afectado.

Asimismo señala que la base de toda buena relación es la comunicación, si la relación conyugal carece de ésta no puede pretenderse un matrimonio sólido y estable. La falta de comunicación serena, madura, verdadera y total puede llegar a provocar hasta la desintegración de la familia. El diálogo conyugal debe entenderse como el intercambio de experiencias y mejor aún si es progresivo y constante. El auténtico diálogo tiene sus propias exigencias, se destaca entre ellas el deseo sincero de encontrar la verdad. La comunicación no debe darse solo entre esposos, sino debe incluir además a los hijos.

PRODEM (1996), establece que en la familia guatemalteca se pone de manifiesto la heterogeneidad que caracteriza al país, tanto desde el punto de vista socioeconómico y ocupacional, como desde el punto de vista étnico y de la distribución diferenciada del ingreso.

La familia rural se desenvuelve en la aldea, el caserío, la finca o la gran empresa agrícola. Los dos primeros lugares de residencia natural de la familia, en tanto que los otros son espacios a donde el jefe de familia o la familia completa concurren por razones de orden laboral. La aldea y el caserío constituyen forma de vida comunitaria clásicas, y algunas de éstas cuentan con servicios públicos mínimos como educación y salud, aunque muchos de ellos carecen de estos servicios. La familia rural está totalmente vinculada a actividades agrícolas propias de la pequeña unidad de producción familiar y, en el caso de la población indígena, también a actividades de artesanía y pequeño comercio. Los servicios que proporcionan las escuelas ubicadas en las fincas carecen de calidad educativa. Casi siempre se trata de escuelas de maestro único, en locales inadecuados. Por otra parte los niños también sufren al no tener acceso a servicios de salud en forma regular.

Es importante establecer también la población ubicada en el sector urbano, la cual comprende villas y ciudades pequeñas, medianas y grandes. Se trata de las familias vinculadas a diversas actividades ocupacionales: talleres artesanales familiares pequeños y medianos, pequeño y gran comercio, industria, empleados en los sectores administrativos privados y públicos, así como medianos y grandes empresarios.

Ackerman, (1996) define la desintegración familiar de esta manera: es la familia donde los padres no asumen la responsabilidad, e ignoran que sus hijos necesitan de ellos para crecer bien. Si no existe comprensión entre los propios padres, ni mucho menos con los hijos y no son capaces de educarlos como en realidad tendría que ser, es lógico que los hijos, se aparten de los caminos de la moral.

El divorcio es uno de los motivos o causas de la desintegración de la familia; es la expresión de ella un grave síntoma de profundo dolor humano que aqueja a esta institución social tan importante, que es la familia.

Es de considerar los cambios por los que ha pasado la familia, dentro de su status. Marulanda (1999) analizó el fenómeno llamado, democratización de la sociedad, que ha afectado la organización de todas sus instituciones, donde, de una estructura de autoridad vertical, en la que unos eran superiores y mandaban a otros inferiores y obedecían, se ha pasado a una en que todas las personas, cualquiera que sea su nivel, exigen ser tratadas como iguales. Dentro de este cambio, la familia ha sido una de las instituciones más afectadas, y además, ha ocurrido prácticamente, en una sola generación, por lo que los padres de familia se enfrentan a retos ante el cambio, donde los pequeños demandan igualdad y exigen los mismos derechos y prerrogativas de sus mayores.

Los psicólogos Moreno y Cubero, citados por Océano (1995), toman en cuenta que la familia establece los parámetros, dentro de su propio sistema familiar, donde determinan qué valores integran y qué rol van a representar como padres de familia.

Dentro de estos roles, se pueden identificar los tipos de familia, con patrones de crianza negativos y positivos y consideran que los primeros modelos son decisivos en la formación de la personalidad y suelen persistir por muchos años.

1.1.3.4 Vínculos Sociales

Según Fernández (1997), indica que el factor social influye en una manera muy importante en la calidad de vida, y en el bienestar psicológico de las personas, en donde existen dos tendencias fundamentales: La primera está centrada en variables objetivas externas al sujeto, correspondiéndose con un enfoque sociológico y económico, que ha tratado de medir la calidad de vida utilizando preferiblemente la metodología de los indicadores de corte sociodemográfico, entre los factores objetivos se encuentran los más recurridos, los relacionados con la salud, tales como esperanza de vida, mortalidad infantil, nutrición, servicios de salud entre otros; los educacionales donde se toma en consideración el índice

de alfabetismo y el acceso a los servicios educacionales; la segunda tendencia, considera a la calidad de vida como una dimensión subjetiva determinada por la valoración que hace el sujeto de su propia vida, concepción a partir de la cual se han realizado innumerables esfuerzos en la elaboración de metodologías e instrumentos que permitan la apreciación subjetiva y el nivel de satisfacción global o parcial en áreas importantes de la vida del sujeto.

Gimeno (1999) indica que la socialización es un proceso a través del cual el individuo interioriza las pautas de su entorno sociocultural, se integra y se adapta a la sociedad convirtiéndose en un miembro de la misma y es capaz de desempeñar unas funciones que satisfacen sus expectativas. La familia no es el único agente de socialización, socializan la escuela, los amigos, los grupos formales e informales y sobre todo los medios de comunicación. Su función socializadora se mantiene, bastante estable, durante largos períodos de tiempo. La familia influye en la socialización de forma directa, aunque muchas veces de manera espontánea, no intencional, ni formal, ni plenamente consciente y actuando siempre de modo indirecto como filtro de otros agentes socializadores.

Salmurri (2002), se ha interesado en los patrones de conducta, basándose en la asertividad, que emite una persona que soluciona eficazmente problemas sociales, maximizando consecuencias positivas, donde puede expresar adecuadamente sus sentimientos de afecto, y minimizando las negativas en expresiones de respuesta emocionales como la ira, el enojo y la irritación. Con la habilidad de ser asertivo, se incrementa el auto-respeto y la satisfacción personal, aumentando la confianza y seguridad en sí mismo. Al igual, mejora la posición social, la aceptación y el respeto de los demás, reconociendo la capacidad en sí mismo al afirmar los derechos personales.

1.2 EL GUARDIA DE SEGURIDAD

1.2.1 Definición

Un vigilante de seguridad o guardia de seguridad es la persona encargada de proteger la integridad física de las personas y los bienes materiales de la empresa o lugar donde trabaja.

Este puede permanecer durante un horario diurno, nocturno permanecer internado dentro del lugar de trabajo (Servicio Andaluz de Empleo 2008).

1.2.2 El perfil de competencia de un Guardia de Seguridad

Según Vásquez (2012), las competencias son el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes que permiten el desarrollo satisfactorio de la actividad profesional. Estas se dividen en competencias genéricas y específicas:

1.2.2.1 Competencias Genéricas

Son las actitudes recomendables para el ejercicio de una profesión concreta. Las principales competencias genéricas de un guardia de seguridad son las siguientes:

- Autocontrol: es la capacidad de mantener las propias emociones bajo control, evitar reacciones negativas ante provocaciones, oposición u hostilidad por parte de otros o en trabajos ante situaciones de estrés. Las labores que desempeña este profesional motivan que con frecuencia se exponga a situaciones de fuerte tensión, en las que su capacidad de autodominio es fundamental para tratar los posibles conflictos.
- Desarrollo de interrelaciones: consiste en actuar para establecer y mantener relaciones cordiales, recíprocas o redes de contacto con distintas personas, es muy importante para desarrollar esta profesión, saber interactuar con otras personas y tener recursos suficientes para resolver posibles conflictos que puedan surgir.
- Autoconfianza: Implica el convencimiento de que uno es capaz de realizar con éxito una tarea o resolver un problema. El vigilante de Seguridad debe transmitir confianza en sí mismo y en la labor que desempeña a fin de generar confianza en sus interlocutores.
- Iniciativa: se refiere a identificar un problema, obstáculo y oportunidad, o bien llevar a cabo acciones para dar respuesta a ello. Este profesional debe poseer

iniciativa y capacidad para tomar decisiones rápidas ante situaciones de conflicto.

- Impacto e influencia: Se refiere a la capacidad de persuadir, convencer, influir e impresionar a los demás para que contribuyan a alcanzar los objetivos de la empresa. Capacidad para convencer a los demás.

1.2.2.2 Competencias específicas

Son el conjunto de conocimientos prácticos, así como las habilidades y destrezas relacionadas con la ocupación de un guardia de seguridad:

- Detectar fuentes potenciales de inseguridad: Conocer y aplicar las medidas para la localización de personas o hechos que puedan ser el origen de riesgos o amenazas para el inmueble vigilado o para las personas que lo ocupan.
- Tomar medidas pertinentes para evitar situaciones de riesgo: conocer y aplicar las técnicas y medidas más adecuadas para prevenir el desarrollo de situaciones de peligro potencial.
- Controlar y vigilar los accesos al centro: conocer y aplicar la metodología al uso para el control y vigilancia de todas las puertas de entrada y salida del inmueble que se vigila, así como aquellas vías de acceso no convencionales.
- Realizar registros de materiales y personas: conocer y aplicar las técnicas de registro más frecuentes para asegurarse que no acceden al centro objetos ni individuos peligrosos.
- Realizar rondas de inspección: conocer y aplicar los procedimientos de realización de rondas periódicas para el control del interior de los recintos vigilados.
- Establecer una red de contactos fluidos con las fuerzas y cuerpos de seguridad: conocer las principales vías de comunicación con las fuerzas de Seguridad para poder hacer entrega de materiales sospechosos, personas detenidas, así como la petición de refuerzo específicos en situaciones de riesgo.

- Apoyar el transporte de mercancías que requieran vigilancia: conocer y aplicar las técnicas de vigilancia ante situaciones de desplazamiento de materiales.

1.2.2.3 Herramientas de Trabajo:

Según Vásquez (2012) las herramientas o materiales de trabajo necesarios para el desarrollo de las actividades en los guardias de seguridad son las siguientes:

- Equipos y maquinaria: ordenador, impresora, fotocopidora, archivador, armarios, teléfono, etcétera.
- Herramientas y utillaje: uniforme, placa identificativa, calzado adecuado, chaleco antibalas, caja fuerte, video, alarmas, transmisores telefónicos, sistemas actualizados de transmisiones de señales de alarga, visión nocturna, armamento, esposas, etcétera.
- Material de consumo: soporte de registro de entrada y salida, soporte de archivo manual (archivadores, ficheros), soporte de archivo electrónico, objetos de escritorios, material fungible de oficina.

1.2.3 El Guardia de Seguridad de la empresa privada en Guatemala

1.2.3.1 Características del grupo

Martínez, J (2012) indica que la población de guardias de seguridad privada en Guatemala, posee un promedio de 35 años, como requisitos deben ser ex soldados y tener un estudio académico mínimo de 6to primaria.

El autor menciona que generalmente este grupo laboral esta devengando Q2,500.00 al mes, mas Q250.00 de bonificación. Al mismo tiempo, también se les provee comida los 3 tiempos, cuentan atención médica y odontológica para ellos y sus familias, y poseen todas las prestaciones laborales.

1.2.3.2 Ambiente y condiciones de ser internado

Martínez (2012), dentro del manual de Procedimiento Administrativo Normal (PAN), comenta que los guardias duermen actualmente en literas dobles en hangares ubicados dentro del ingenio, los cuales están divididos por grupos. La población entera se divide en 4 grupos teniendo cada una un jefe asignado.

Según Martínez, la jerarquía opera de la siguiente manera

- 1) Jefe de seguridad
- 2) Sub jefe de seguridad
- 3) Supervisores

Señala también que el tiempo de internación es de 14 días, luego se descansan 7 días. Este procedimiento se realiza continuamente, y los horarios se rotan por grupo.

1.2.3.3 Manejo de armas de Fuego

Asimismo, Martínez (2012) explica que los guardias manejan un total de 2 armas de fuego de corto alcance, siendo esta escopeta y revolver. Las armas se mantienen en constante rotación, lo que impide que los guardias que permanecen en descanso tengan acceso a una de ellas. La práctica de tiro se realiza cada 2 meses, por lo que es el único momento en el que utilizan las armas dentro de la empresa.

1.2.3.4 Estabilidad Laboral

Martínez (2012), señala que la rotación de este tipo de personal generalmente presenta un índice bajo. Los jefes de grupo presentan un nivel de estabilidad más alto, llegando a ser generalmente, los más antiguos dentro de la población.

1.2.3.5 Cultura del Grupo

De la misma manera, Martínez (2012), comenta que los guardias en el ambiente guatemalteco, provienen generalmente de un ambiente rural y son de origen tanto indígena como ladina. Existen dentro de la población tanto católicos y protestantes, y generalmente poseen un nivel de escolaridad de 6to primaria.

1.2.3.6 Cuidado de la Salud Mental

Según Martínez (2012), en la empresa se realizan actividades grupales recreativas, como convivios y torneos de futbol. Esto para satisfacción de los trabajadores para mantener una salud mental optima en los trabajadores.

En resumen el bienestar psicológico es la condición óptima para establecer un nivel de salud mental satisfactoria y sobre todo funcional. Eso debido a que abarca varias dimensiones y se enfoca en el bienestar tanto objetivo como subjetivo, dicho de otras palabras, se ocupa de la percepción del individuo acerca de su propia felicidad como del funcionamiento del mismo dentro del ambiente laboral o de la sociedad.

Cuando se carece de alguno de estos factores, la emocionalidad de los trabajadores, así como el manejo de los impulsos, merma, causando así inestabilidad en la persona, tanto en el ambiente que le rodea como dentro de sí misma. Los guardias de seguridad no están exentos de esto, sino por el contrario, si su bienestar psicológico esta alterado, puede representar un gran peligro debido al ambiente en que se desenvuelven.

Hay que tomar en cuentas que la población de los guardias posee influencias heterogéneas en donde hay diferentes tipos de religiones, costumbres, edades y grupos sociales. Al estar internados, estos guardias interactúan entre si y crean un ambiente al que para muchos puede ser sumamente difícil adaptarse o sobrellevar el hecho de que tienen que permanecer aislados de su ambiente social y su vinculo familiar, por mucho tiempo. Esto a su vez puede generar un estado de inconformidad e insatisfacción lo que puede perjudicar no solo la

salud mental de los trabajadores, sino que también puede afectar su desempeño laboral y por consiguiente, influir en el ambiente de trabajo.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

González (2011), portavoz de la Policía Nacional Civil (PNC), afirma que actualmente existen en Guatemala un mayor número de guardias de seguridad que agentes de la Policía Nacional Civil, inclusive duplicándolos en número en ciertas épocas del año, siendo los agente de la PNC aproximadamente veinticinco mil y los guardias de seguridad, cincuenta mil. Esto convierte a estos guardias en una parte integral de la fuerza laboral de nuestro país, unido al hecho que en este oficio se trabaja esencialmente con armas de fuego.

Toda esta población sufre de mucho estrés debido a las condiciones del mismo trabajo, sin embargo, es poco el conocimiento que se tiene sobre el nivel de bienestar psicológico que posee esta población y cómo se maneja dentro del ambiente laboral, ya que esto ayudaría a implementar actividades o políticas que ayuden a mantener una salud mental optima de los mismos, la cual se liga al control de sus emociones e impulsos.

Por lo expuesto anteriormente se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es el nivel de Bienestar Psicológico que presentan los guardias de seguridad de una empresa privada?

2.1 Objetivos

2.1.1 Objetivo General

Determinar el nivel de Bienestar Psicológico de los guardias de seguridad de una empresa privada.

2.1.2 Objetivos Específicos

2.1.2.1 Relacionar el nivel de Bienestar psicológico con la antigüedad de los elementos en la empresa.

2.1.2.2 Relacionar el nivel de Bienestar Psicológico de los elementos de seguridad con el estado civil de los mismos.

2.1.2.3 Relacionar el nivel de Bienestar Psicológico de los elementos de seguridad con el bienestar material.

2.1.2.4 Relacionar el nivel de Bienestar Psicológico de los elementos de seguridad con el bienestar laboral.

2.1.2.5 Relacionar el nivel de Bienestar Psicológico de los elementos de seguridad con las relaciones de pareja.

2.1.2.6 Relacionar el nivel de Bienestar Psicológico de los elementos de seguridad con el bienestar subjetivo

2.2. Hipótesis

2.2.1 Hipótesis 1: Existe correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 entre la antigüedad y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada.

2.2.2 Hipótesis 2: Existe correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 entre el estado civil y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada.

2.2.3 Hipótesis 3: Existe correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 bienestar psicológico subjetivo y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada.

2.2.4 Hipótesis 4: Existe correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 entre el bienestar material y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada.

2.2.5 Hipótesis 5: Existe correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 entre el bienestar laboral y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada.

2.2.6 Hipótesis 6: Existe correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 entre las relaciones de pareja y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada.

2.2.7 Hipótesis Nula: A todas las hipótesis alternas les corresponde una Hipótesis Nula

2.3 Variables

- a) Bienestar Psicológico
- b) Antigüedad en la Empresa
- c) Estado civil

2.4 Definición de variables

2.4.1 Definición Conceptual

Bienestar Psicológico: según Diener (1999), el bienestar psicológico es el sentir y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo; posee elementos reactivos, transitorios, vinculados a la esfera emocional, y elementos estables que son expresión de lo cognitivo y valorativo. A su vez está influido por la personalidad como sistema de interacciones complejas y por circunstancias medioambientales estables.

Antigüedad en la empresa: “La Antigüedad es la permanencia continuada de un trabajador al servicio del mismo patrón.”. (Nacional Financiera (NF), 2012)

Estado Civil: “El Estado civil es la situación de las personas físicas determinada por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes.”(Registro Civil En Guatemala (RCG), 2010)

2.4.2 Definición Operacional

Bienestar Psicológico: Las variables de estudio se operacionalizarán a través de la administración de la prueba Escala de Bienestar Psicológico que consiste en medir el bienestar psicológico de las personas de acuerdo a cuatro escalas:

- Bienestar laboral: se refiere a la satisfacción del trabajador dentro de la empresa.
- Relaciones con la pareja: se refiere a la estabilidad emocional del trabajador dentro de una relación de pareja.
- Bienestar subjetivo: se refiere a la percepción que posee el sujeto de su propia felicidad.
- Bienestar material: se refiere a la percepción subjetiva de satisfacción que posee el sujeto sobre sus bienes materiales.

Antigüedad en la empresa: Se definirá la antigüedad de acuerdo al número de años que han laborado en la empresa.

Estado Civil: Se normara el estado civil de acuerdo al estado marital en que se encuentren los guardias siendo estos: casado, soltero o divorciado.

2.5 Alcances y Límites

Este estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de Bienestar Psicológico de los guardias de seguridad internados en una empresa privada, de acuerdo al Test Escala de Bienestar Psicológico (EBP), el cual cuenta a su vez con 4 subescalas que miden el nivel de bienestar laboral, bienestar material, bienestar subjetivo y las relaciones de pareja de los sujetos. Los resultados obtenidos son beneficiosos para implementar actividades o políticas que ayuden a mantener una salud mental óptima de los mismos, la cual se liga al control de sus emociones e impulsos que conlleve a la realización de sus labores satisfactoriamente.

Entre los límites que se enfrentaron estuvo que el conocimiento que se obtuvo de los guardias de seguridad durante el estudio, fue superficial ya que no se profundizó a través de una entrevista en cómo se encuentra funcionalmente. Otra limitante fue que la antigüedad de los guardias no refleja el nivel de sueldo devengado, ya que existen trabajadores que pueden ser igual de antiguos y reciben igual salario.

2.6 Aporte

En este estudio se pudo determinar las áreas de bienestar psicológico en estos guardias, con el motivo de proveer información no solo a la empresa en sí, sino a cualquier otro empleador que maneje este sistema de internados, ya que el número de elementos de seguridad privada en Guatemala es sumamente alto, siendo estos un porcentaje considerable de la fuerza laboral en Guatemala.

Los resultados proveyeron información valiosa acerca de un tema que es de vital importancia, no solamente por el valor humano sino por la misma seguridad e integridad de la empresa.

Con los resultados obtenidos la empresa podrá tomar decisiones e implementar actividades o políticas que ayuden a mantener una salud mental óptima en sus guardas de seguridad,

con el propósito de que laboren satisfactoriamente, ya que involucra el control de emociones e impulsos que pueden interferir en los mismos a realizar un trabajo adecuado.

Igualmente este estudio beneficia a la sociedad guatemalteca, ya que se hace evidente la necesidad de implementar programas de soporte psicológico o tomar alguna otra medida para mejorar la salud mental de las personas que laboran en este tipo de actividad, y así, mejorar el desempeño de los mismos.

III. MÉTODO

3.1 Sujetos

Los sujetos del presente estudio fueron guardias de seguridad de un ingenio de azúcar en Santa Lucía Cotzumalguapa, Escuintla. La misma cuenta con 110 guardias, de los cuales, para esta investigación, se tomaron como muestra a 33 sujetos. Cabe mencionar, que no se tomó en cuenta el grado académico, ni etnia de los mismos.

El tipo de muestreo fué aleatorio estratificado, Consiste en la división previa de la población de estudio en grupos o clases que se suponen homogéneos respecto a característica a estudiar. La esencia de la estratificación es que ésta saca provecho de la homogeneidad conocida de las subpoblaciones, de tal forma sólo se requieran muestras relativamente pequeñas para estimar las características de cada subpoblación (Morales, 2008).

3.2 Instrumento

Se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas (1998), la cual evalúa el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción y la comodidad consigo mismo en un período de su vida. Consta de 65 ítems y está dividida en cuatro sub-escalas: bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y bienestar en su relación de pareja.

- **Bienestar Psicológico Subjetivo:** La subescala tiene el sentido de la felicidad o bienestar, así que a mayor puntuación mayor percepción subjetiva de bienestar. Se logra conocer cómo el sujeto percibe su propia satisfacción, la comodidad consigo mismo en un periodo de su vida.
- **Bienestar Material:** El bienestar material depende de la percepción subjetiva de cada individuo, y no según índices externos, de los bienes materiales de los cuales dispone.

- **Bienestar Laboral:** Mide la satisfacción laboral de la persona y es considerada la fuente más importante de insatisfacción y preocupaciones que de satisfacción, lo que conlleva a ser un componente importante de la satisfacción general.
- **Relaciones con la Pareja:** Se centra en el concepto de ajuste conyugal en una etapa concreta, partiendo de que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja. Es uno de los componentes importantes del bienestar general.

Esta escala permite obtener una puntuación combinada que puede ser interpretada como un índice general de bienestar psicológico. Las respuestas a cada ítem se valoran en una escala de 1 a 5, en una escala de tipo likert, con cinco intervalos de acuerdo con el grado de frecuencia o conformidad con respecto a la afirmación sobre los sentimientos que la persona pueda experimentar (Nunca; Algunas veces; Bastantes veces; Casi siempre; Siempre). Los puntajes se pueden calificar independientemente, e incluso omitir alguna subescala si la investigación lo amerita

3.3 Procedimiento

- Se solicitó autorización a la empresa para aplicar las pruebas y realizar la investigación.
- Se aplicó la Escala de Bienestar Psicológica de José Sánchez-Cánovas, a 30 sujetos aleatoriamente, que formaron parte de este estudio.
- Se tabularon los resultados en las respectivas tablas y gráficas estadísticas.
- Con los datos tabulados, se realizó el análisis estadístico.
- Se analizaron y discutieron los resultados.
- Se establecieron las conclusiones y recomendaciones pertinentes.
- Se realizó el informe final.

3.4 Tipo de Investigación y Metodología Estadística

La presente investigación es de tipo correlacional la cual asocia variables mediante un patrón predecible para un grupo o población. Tiene como propósito conocer la relación que existe entre 2 o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular y mide cada variable presuntamente relacionada, y después miden y analizan la correlación. Tales correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a pruebas. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006).

Para la presente investigación se tomó el coeficiente de correlación de Pearson el cual es una prueba estadística para analizar la relación entre 2 variables mediados en un nivel por intervalos o de razón. Este coeficiente se calcula a partir de las puntuaciones obtenidas en una muestra en 2 variables. Se relacionan las puntuaciones obtenidas de una variable por las puntuaciones obtenidas de la otra, con los mismos participantes o casos. (Hernández, Fernández y Baptista, 2006).

IV. PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS

La investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de bienestar psicológico en guardias de seguridad, de acuerdo las variables de antigüedad, estado civil, bienestar material, bienestar laboral, bienestar de pareja y bienestar subjetivo, ya que estas variantes integran en su totalidad el bienestar psicológico general. De esta manera se determinó que si existe correlación entre varias de estas variables con el bienestar psicológico general, y que a continuación se presentan los resultados y el análisis correspondiente.

La investigación se realizó con 33 trabajadores de seguridad privada internados en una empresa. Fueron evaluados por medio de la escala de bienestar psicológico de José Sánchez Cánovas (1998).

Los resultados de la investigación se pueden observar en la tabla 1, donde se exponen los punteos totales y la media, así como su equivalencia en centiles.

Tabla 1

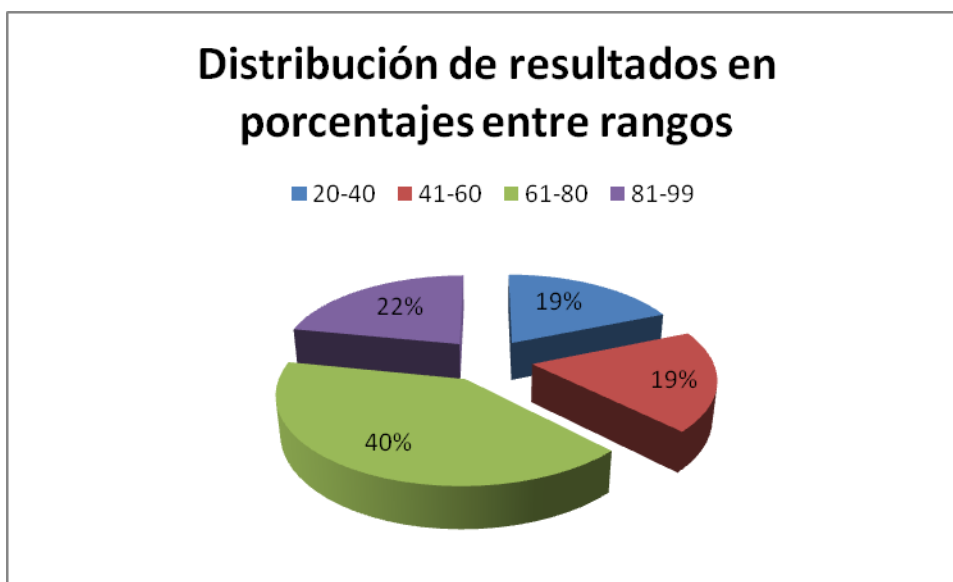
	Punteo Total	Centiles
Sujeto 1	269	80
Sujeto 2	234	40
Sujeto 3	243	55
Sujeto 4	266	80
Sujeto 5	267	80
Sujeto 6	278	85
Sujeto 7	273	85
Sujeto 8	215	20
Sujeto 9	255	70
Sujeto 10	240	50
Sujeto 11	259	70
Sujeto 12	249	65
Sujeto 13	274	85
Sujeto 14	240	50
Sujeto 15	272	80
Sujeto 16	212	20
Sujeto 17	270	80
Sujeto 18	232	40
Sujeto 19	248	60
Sujeto 20	271	80
Sujeto 21	260	75
Sujeto 22	263	75
Sujeto 23	278	85
Sujeto 24	272	80
Sujeto 25	223	30
Sujeto 26	248	60
Sujeto 27	245	55
Sujeto 28	246	60
Sujeto 29	253	70
Sujeto 30	218	25
Sujeto 31	279	85
Sujeto 32	300	99
Sujeto 33	294	97
Media	255.9393939	65.78787879

Como se puede observar en la tabla, se evidencia una media en los punteos totales de 255,93 puntos. De igual manera sitúa la media de los centiles con un puntaje de 65, el cual se considera como un puntaje medio alto dentro de los rangos establecidos.

Reflejando los resultados de manera equivalente, se puede evidenciar en la siguiente gráfica la distribución de los centiles, las cuales se dividen en 4 grupos con un rango de 20 puntos entre sí, distribuyéndose e interpretándose de la siguiente manera:

- 20-40 **Bajo**
- 41-60 **Medio**
- 61-80 **Medio alto**
- 81-99 **Alto**

Gráfica 1



Como se puede observar en la gráfica 1, se refleja que el 62% se encuentra en niveles medio alto a alto. Mientras que el 19% en nivel promedio, y tan solo el 19% en un rango bajo.

Por otro lado, para el análisis del grado de significancia se expone los parámetros siguientes:

Minimum r significant at $p=0.05$ is 0.3440

Minimum r significant at $p=0.01$ is 0.4421

	<i>Antigüedad</i>	<i>Estado Civil</i>	<i>Bienestar subjetivo</i>	<i>Bienestar material</i>	<i>Bienestar Laboral</i>	<i>Relación de pareja</i>	<i>Total Ponderado</i>
Antigüedad	1						
Estado Civil	0.429	1					
Bienestar subjetivo	0.108	-0.057	1				
Bienestar material	0.177	-0.072	0.383	1			
Bienestar Laboral	0.145	0.112	0.390	0.159	1		
Relación de pareja	0.021	0.273	0.300	0.172	0.458	1	
Total Ponderado	0.153	0.049	0.868	0.610	0.616	0.617	1

Teniendo en cuenta la tabla global y sus resultados se puede evidenciar que el total de bienestar psicológico correlaciona positivamente con las áreas de bienestar subjetivo, bienestar de pareja, y bienestar laboral, en el sentido que los sujetos que presentan puntajes más altos en estas áreas presentan una puntuación alta en bienestar psicológico general.

Por otro lado se puede observar, que la antigüedad y el estado civil no tienen relación alguna con el bienestar psicológico general de los trabajadores, mas sin embargo si correlacionan positivamente entre sí, en el sentido que los colaboradores casados son los más antiguos, mientras que los colaboradores solteros son los más "nuevos".

El bienestar subjetivo tiene una relación significativa con el bienestar material y bienestar laboral; esto quiere decir que mientras mayor es la percepción de los sujetos respecto a su propia felicidad, mayor satisfacción presentan dentro de su ambiente laboral al igual que los bienes materiales que este les genera. Sin embargo esto no ocurre con el bienestar de pareja, ya que no existe correlación entre estos.

Asimismo podemos observar que el bienestar material no presenta una relación estadísticamente significativa con el bienestar laboral y bienestar de pareja. Por otro lado el bienestar laboral si muestra relación significativa con el bienestar de pareja.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En el estudio se investigó sobre el nivel de bienestar psicológico en guardias de seguridad privada de una empresa, los cuales se encuentran internados dentro de la misma. Noain (1996) define el bienestar psicológico como la presencia de afectos positivos y la relativa ausencia de afectos negativos, así como por un sentimiento general de satisfacción vital.

En este estudio se evidenció, en la mayoría de los sujetos, un nivel alto de bienestar psicológico, así como una relación directa entre este y el bienestar subjetivo, lo cual coincide con la afirmación de Brengelman (1995), quien argumenta que el término de bienestar psicológico lleva implícita la experiencia personal y que existe una íntima relación de lo afectivo y lo cognitivo, por lo que el bienestar es definido como la valoración subjetiva que expresa la satisfacción de las personas y su grado de complacencia con aspectos específicos o globales de su vida y que, en su totalidad, el bienestar psicológico se refiere a la felicidad, a la afectividad positiva o negativa acerca del bienestar o felicidad.

De igual manera se encontró una correlación directa entre ciertos aspectos del bienestar psicológico, definiendo así, como influyen entre sí y de esta manera, se evidenció como la carencia de algunos de estas variables determina el nivel de bienestar psicológico en general.

Como se puede observar en la tabla, la antigüedad y el estado civil no tienen relación alguna con el bienestar psicológico general de los trabajadores; dicho de otra manera la condición de casado o soltero así como la condición de nuevo o antiguo no afecta positiva o negativamente al nivel de bienestar psicológico. Esto contradice los resultados obtenidos de la investigación realizada por Oliver, Navarro, Meléndez, Molina, y Tomás (2009), quienes en un estudio realizado en República Dominicana, con la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, encontraron una diferencia estadísticamente significativa entre los sujetos institucionalizados y los no institucionalizados, así como también en el estado civil que tenían los sujetos de estudio. Concluyeron que la condición física y emocional varía en los

sujetos de estudio de acuerdo al estado civil. De igual manera el grupo social se reduce y la capacidad adquisitiva disminuye generalmente cuando están solteros.

Mientras que la antigüedad y el estado civil si correlacionan positivamente entre sí en el estudio, en el sentido que los colaboradores casados son los más antiguos, mientras que los colaboradores solteros son los más "nuevos". Esto quiere decir que los trabajadores que están casados suelen ser más estables y permanecen durante periodos más largos de tiempo en la empresa, al contrario de los solteros, quienes suelen rotarse con mayor frecuencia, lo cual se debe probablemente a que estos no tienen familia y los hace más independientes económicamente. Esto coincide con la afirmación de Martínez (2012), quien señala que la rotación del personal generalmente presenta un índice bajo. Los jefes de grupo, los cuales son todos casados, presentan un nivel de estabilidad más alto, llegando a ser generalmente, los más antiguos dentro de la población.

Por otro lado, los resultados obtenidos demuestran que el bienestar subjetivo tiene una relación significativa con el bienestar material y bienestar laboral. De este puntaje se deduce, refiriéndose al bienestar subjetivo, que los trabajadores que tienen una percepción más clara de lo que es felicidad o satisfacción en general y se sienten conformes con la misma, poseen una mayor satisfacción, tanto en los bienes materiales como en el ámbito laboral. Tal como lo afirman Brenner y Wrubel (1989) quienes describen el bienestar subjetivo como “el resultado de experimentar salud, entendida como grado de vitalidad y funcionamiento adaptativo, además de la ausencia de alteraciones y enfermedad, o auto percibir que el organismo propio funciona de manera congruente e integrada; es decir, no hay presencia de enfermedad física ni mental.” En esta definición, los autores relacionan el bienestar subjetivo con el grado de vitalidad, funcionamiento, salud y eficacia de una persona, las cuales son factores que influyen directamente en el desempeño laboral y por consiguiente son esenciales para mantener un bienestar laboral óptimo. Esto también podría responder a la lógica de que si un trabajador se encuentra feliz con lo que su trabajo le provee, refiriéndose al bienestar material como el resultado de los frutos del trabajo, estará satisfecho con el mismo. Esto a su vez coincide con lo expresado por Davis y Newstrom (1991), quienes declaran que en las últimas décadas, se ha demostrado la

existencia de la relación entre la satisfacción laboral y la satisfacción de vida, y que entre menos conflictos en el área laboral estén presentes, menos será afectado el bienestar psicológico.

Sin embargo esta misma correlación no ocurre entre el bienestar subjetivo y el bienestar de pareja, entendiendo así, que los trabajadores que presentan un alto nivel respecto a la percepción de su propia felicidad, no requieren de estabilidad con su pareja, tanto física como emocionalmente. Esto contrasta con la afirmación de Sánchez-Cánovas (1998), quien menciona que, tener una relación estable cuando se tiene una pareja es un factor importante dentro del bienestar de la persona, ya que la satisfacción en una relación sentimental está relacionada con el desarrollo satisfactorio de ambos individuos.

Por otro lado el bienestar laboral si muestra relación significativa con el bienestar de pareja. Esto quiere decir que cuando la persona se muestra satisfecha con su trabajo y el ambiente en el que labora, posee un grado mayor de estabilidad con la pareja, por ende, su afectividad es más saludable al igual que su estabilidad emocional, tal como lo indica Sánchez-Cánovas (1998) quien expresa que la satisfacción laboral forma parte esencial de la satisfacción general de un individuo, ya que si existe insatisfacción laboral, ésta genera una fuente importante de estrés afectando también su nivel de vida, pues incide dentro de su estado emocional, el cual, a su vez, influye directamente en su afectividad, perturbando directamente sus relaciones afectivas y de pareja.

Por otro lado, esta relación no existe entre el bienestar material y el bienestar de pareja, lo cual evidencia que los bienes generados por el trabajo no influyen tanto dentro de la relación de pareja como el aspecto laboral en sí. Dicho de otra manera, cuando la pareja se percibe productiva entre sí, tiende a existir mayor conformidad y estabilidad en la misma, independientemente de los bienes materiales que esta productividad produzca.

Asimismo, se puede observar que el bienestar material tampoco incide o afecta el bienestar laboral, lo cual indica que los bienes materiales que la persona posee no influyen en la satisfacción laboral que el trabajador tenga.

En general los resultados estadísticos indican que el bienestar psicológico correlaciona positivamente con la mayoría de las variables del test, las cuales son áreas de bienestar subjetivo, bienestar de pareja, bienestar material y bienestar laboral. Este resultado nos demuestra que todos los aspectos que integran el bienestar psicológico, según el test, influyen en el mismo directamente. La integración de cada una de estas áreas incide directamente dentro del bienestar psicológico general. Esto coincide con Victoria y López (2003) quienes indican que la condición de vida la determinan condiciones materiales y las actividades que realizan las personas, aumentando la calidad de vida y el estar satisfecho al aumentar estas, tales como; la disponibilidad de fuentes de trabajo, condiciones de vivienda, relaciones afectivas sanas, inmuebles e ingresos económicos, servicios de salud, atención médica, disponibilidad de alimentación, que existan centros culturales, deportivos, medios de transporte y comunicación.

Finalmente se concluye que el bienestar subjetivo es el aspecto que mayor correlaciones positivas presenta, lo cual afirma que mientras mejor concepto tengan las personas acerca de su bienestar y de los bienes que poseen, tanto materiales como emocionales, mayor será su bienestar psicológico. Esta afirmación coincide con Veenhoven (1998) quien define el bienestar subjetivo como el grado en que una persona atribuye de manera general o global su vida en términos positivos, lo cual implica que la percepción que el individuo tiene sobre su condición general de vida determinará su nivel de satisfacción y a veces de éxito dentro de la misma.

VI. CONCLUSIONES

- Según los resultados obtenidos se concluye que la media de los puntajes obtenidos sitúan a la población dentro de un nivel medio alto de bienestar psicológico general.
- Asimismo, no existe correlación estadísticamente significativa entre la antigüedad y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad, por lo que se acepta la hipótesis nula.
- Según este estudio se puede evidenciar de igual manera que no existe correlación estadísticamente significativa entre el estado civil y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad, por lo que se acepta la hipótesis nula.
- Existe correlación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico subjetivo y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada, por lo que se acepta la hipótesis alterna.
- Existe correlación estadísticamente significativa a nivel de 0.05 entre el bienestar material y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada, por lo que se acepta la hipótesis alterna.
- Existe correlación estadísticamente significativa a entre el bienestar laboral y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada, por lo que se acepta la hipótesis alterna.
- Existe correlación estadísticamente significativa entre las relaciones de pareja y el bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa de seguridad privada, por lo que se acepta la hipótesis alterna.

VII. RECOMENDACIONES

PARA LA EMPRESA :

- Se recomienda implementar actividades que incluyan la participación de cada uno de los miembros de la familia de los trabajadores y que incluya actividades para niños. Esto ayudara a afianzar el vínculo familiar, lo cual lo convertirá en un trabajador más estable.
- De igual manera se recomienda optar por un tiempo de vacaciones opcional, en el cual se pueda escoger los 7 días corridos de descanso o bien intercalarlos según el criterio de la empresa.
- Implementar talleres sobre ética profesional, autoconcepto y valores, ya que estos ayudarán a elevar el nivel de bienestar subjetivo, el cual según los resultados de la prueba es el más influyente en el bienestar psicológico general.

PARA OTRAS EMPRESAS

- Se recomienda realizar estudios respecto a la satisfacción laboral de sus trabajadores, así como del bienestar psicológico.
- Implementar políticas de psicología preventiva, especialmente en el área de seguridad. Esto ayudará tanto a mantener una salud mental optima en sus trabajadores y evitara problemas de seguridad interna.

OTROS INVESTIGADORES

- Realizar estudios sobre bienestar psicológico tanto en la ciudad como en el interior del país, ya que en este existe poca intervención psicológica en lo que a recursos humanos se refiere.
- Realizar investigaciones en grupos grandes y lo más heterogéneos posibles para respaldar mejor al información obtenida.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ackerman, N. (1996). *Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares*. (8va. Ed.). Barcelona: Editorial Herder.
- Andrews, F. & Withey, S. (1976). *Social indicators of well-being: America's perceptions of life quality*. Nueva York, Estados Unidos: Plenum.
- Ballesteros, B., Medina, A. & Caycedo, C. (2006). *El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá*. Colombia; *Universitas Psychologica*, 5 (2), 239-258.
- Bensabat, S. (1994) *Estrés procesos Cognitivos*. México: Editorial Trillas.
- Blum, M, y Taylor, J. (1990) *Psicología Industrial sus fundamentos teóricos y sociales*. (2da.ed.) México: Trillas.
- Bordón, I. y Durán, C. (2001). *Estrés*. Disponible en correo electrónico: dupe@infovia.com.ar.
- Brengelman, J. C. (1995). *Bienestar psicológico y la depresión*. Barcelona: Harcourt. Buenos Aires. Editorial Paidós.
- Calvete, E. & Villa, A. (1997). *Programa "Deusto 14 - 16" (Vols. II. Evaluación e intervención en el estrés docente.)*. Bilbao, España: Editorial Mensajero, pp. 32.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica*. México: Paidós.
- Cazali, J.(2003). *Bienestar psicológico en adolescentes repatriados*. Tesis Inedita. Facultad de Humanidades. Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala.
- Cohen, J. (1973). *Psicología de los motivos sociales*. 4 temas de Psicología. México:Editorial Trillas.
- Cornachione, M. (2006). *Psicología del desarrollo*. Argentina: Brujas.
- Coyoy, C. (2011), *Bienestar Psicológico en pacientes en tratamiento fisioterapéutico por trauma de miembro superior*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). *El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva*. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96.

- Davis, K. y Newstrom, J. (1991). *El comportamiento humano en el trabajo*. Comportamiento Organizacional. México: Mc Graw Hill.
- Diener, E. (1994), *El bienestar subjetivo*, Barcelona, Editorial Paidós.
- Diener, E. (2000). *El bienestar subjetivo*. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Domínguez, F (2011), *Nivel de Bienestar Psicológico en personas con VIH*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala.
- Feldman R. (2002), *Psicología con aplicaciones en países de habla hispana*. (4ª. Edición), México Mc Graw Hill.
- Fernández, M. (1997). *Factores que influyen en el bienestar psicológico*. México; Editorial Entorno.
- Fernández, S., Cordero, J. & Córdoba, A. (2002). *Estadística descriptiva*. (2ª Ed.). Madrid, España: ESIC Editorial.
- Figuroa, M. (2005). *Las Estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de Bienestar Psicológico*. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán Argentina. *Anales de Psicología*, 21, 66-72. En red: http://www.um.es/analesps/v21/v21_1/08-21_1.pdf
- Flores, F. (2011), *Relación entre bienestar psicológico, desesperanza aprendida y rendimiento académico en adultos de un instituto privado de nivel básico y diversificado*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Fromm, E. (1989). *El miedo a la libertad*. (10ma. Reimpresión). México; Grijalva.
- García, M. (2002) *El bienestar subjetivo*. (3ª ed). Barcelona, España.
- Gimeno, A. (1999). *La familia: el desafío de la diversidad*. España: Editorial Ariel, S. A.
- González, D. (2011). *Guardias de Seguridad*. Guatemala; Emisoras Unidas. En red: <http://noticias.emisorasunidas.com/noticias/nacionales/en-guatemala-se-reportan-mas-guardias-de-seguridad-privada-que-policias>.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación* (4ª Ed.). México D.F., México: McGraw-Hill.
- Holgado, P. (1986). *El Stress y la Depresión*. Barcelona, España. Herder.
- Jiménez, M., Martínez, P., Miró, E. & Sánchez, A. (2008). *Bienestar psicológico y hábitos saludables: ¿están asociados a la práctica del ejercicio físico?*. *International Journal of*

- Clinical and Health Psychology, 8 (1), 185-202. En red:
http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-272.pdf
- Kootz, H, y Wehrich, H. (1998) “*Administración*” (11^a. edición.) México: McGraw-Hill.
- Layard, R. (2005). *La Felicidad: Lecciones de una nueva ciencia*. México D.F.; Taurus.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. España: Ediciones Martínez Roca, S.A.
- Martin, D y Boeck, K. (1982). *Qué es la inteligencia emocional*. Madrid: Editorial EDAF S.A.
- Martinez, J. (2012). *Procedimiento Administrativo Normal*. V 16, 48. Guatemala.
- Martínez, L. (2010). *Bienestar de la pareja*. (En red). Disponible en:
<http://www.enquepensas.com/2010/05/bienestar-de-la-parejasegundaparte.html>
- Martínez, P. y Morote R. (2002). *El bienestar psicológico en adolescentes escolares de Lima Metropolitana*. Tesis Inédita, Universidad de Buenos Aires. Argentina. En red:
<http://www.hhv.gob.pe/revista/2006/3%20estilos%20y%20estrategias%20de%20enfrentamiento.pdf>
- Marulanda, I (1999). *Movimiento por la Democratización Liberal*. Colombia: Editorial Juncal, S.A.
- Maslow, A. (1991) “*Motivación y personalidad*”. España: Díaz de Santos, S.A.
- Méndez, G. (2009). *Bienestar psicológico de madres cuyos hijos se encuentran en tratamiento contra el cáncer en UNOP*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Merani, L (1979). *Salud Mental*. (16. Ed.). México. Ed. Grijalva.
- Molina, J (2003). *Psiquiatría de cabecera*. México: Prentice-Hall Hispanoamericana, S.A.
- Morales, P. (2008). *Estadística aplicada a las ciencias sociales*. Madrid, España: Universidad Pontificia de Comillas.
- Morris, Ch. (1992). *Psicología, un nuevo enfoque*. (Quinta edición). México: Editorial Piados Mexicana, S. A
- Noriega, G. (2011). *Bienestar Psicológica de personas que laboran en capillas funerarias*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Guatemala.
- Oliver, A., Navarro, E., Meléndez, JC., Molina, C. y Tomás, J. (2009). *Modelo de ecuaciones estructurales para predecir el bienestar y la dependencia funcional en adultos mayores de la República Dominicana*. Revista Panamericana de Salud Pública, 26-3, 1020-4989.

- Ortega, J. (1999, enero). *Estrés y trabajo*. (En red). Disponible en: www.geocities.com/Athens/Ithaca/3894/
- Pérez, L. (2006). *Eficacia de un programa de relaciones interpersonales sobre el grado de bienestar psicológico que manifiestan los adolescentes huérfanos*. Tesis inédita, Universidad Rafael Landívar. Guatemala.
- PRODEM (Productividad y Desarrollo Empresarial) (1996). *Entre el Olvido y la Esperanza. La niñez de Guatemala*. Guatemala; Editorial HIGSA GALA.
- Puac, F. (2007). *Bienestar Psicológico Subjetivo de Estudiantes Adolescentes*. Tesis inédita, Universidad Rafael Landívar. Quetzaltenango.
- Reymond-Rivier, B. (1982). *El desarrollo social del niño y del adolescente*. (8ª. ed.). Barcelona.
- Robbins, S. (2004) "*Comportamiento Organizacional*". (10ª. Edición). México: Prentice-Hall Hispanoamericana, S.A.
- Rodríguez, A. (2008). *Autoconcepto Físico y Bienestar/Malestar Psicológico en la adolescencia*. Revista de Psicodidáctica, 2, 155-158.
- Ryff, C. (1989). *Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being*. Journal of Personality and Social Psychology, 57 (6), 1069-1081.
- Salguero M. (1996). *Estudios Sociales de tercero básico*. Guatemala; Editoriales Escolares Salguero.
- Sánchez, F (1993) *Técnicas de administración de recursos humanos*. (3ra ed). Madrid: Limusa.
- Sánchez-Cánovas, J. (1998). *Escala de Bienestar Psicológico (EBP)*. (2da edición). Manual de Aplicación. Madrid, España: TEA Ediciones, S.A.
- Sauter, S; et al. (1999). *El Estrés en el Trabajo*. Estados Unidos; Editorial Dissemination.
- Spector, P. (2002). *Psicología Industrial y Organizacional: Investigación y Práctica*. México; Manual Moderno.
- Stagner, R. (1976). *Psicología de Personalidad*. México: Trillas.
- Thomas, L. (1995). *Bienestar psicológico y la insatisfacción laboral*. Barcelona España. Editorial Harcourt.

- Torres, W. (2003). *Utilización de internet y el bienestar psicológico en estudiantes universitarios de alto y bajo nivel de acceso a la tecnología de información por computadora*. Tesis Inédita, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Perú.
- Valdés, M. (1986). *Psicobiología del estrés: conceptos y estrategias de investigación*. Barcelona: Martínez Roca.
- Vásquez, A. (2012). *Bienestar psicológico en comadronas*. Tesis Inédita, Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala
- Vásquez, A., Méndez, D., García, V., Rodríguez, C., Matres, R. y Sánchez, J. (2012). *Ocupaciones, material de orientación profesional, Vigilante de Seguridad*. España; Servicio Andaluz de empleo, dopps consultores. En red: <http://www.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdeempleo/web/websae/export/sites/sae/es/empleo/buscarTrabajo/eligeProfesion/galeriaPDFs/Detalle/011019VigSeg.pdf>
- Veenhoven, R. (1998). *La utilidad de la felicidad*. (En red). Disponible en: <http://www.fun-humanismo-ciencia.es/felicidad/sociedad/sociedad/28.htm>
- Veenhoven, V. (1994). *Ingeniería social*. México; Editorial Juncal, S.A.
- Victoria, C., y López, V. (2003). *Consideraciones teóricas sobre el bienestar y la salud*. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 7,11-22.
- Williams, C. (1984). *Conducta Organizacional*. México; Grupo Editorial Iberoamericana.

IX. ANÉXOS

Ficha Técnica

Nombre: EBP. Escala de Bienestar Psicológico

Autor: José Sánchez Cánovas. Universidad de Valencia

Administración: Individual y Colectiva

Aplicación: Adolescentes y adultos con edades comprendidas entre los 17 y los 90 años

Tipificación: Diversas muestras de varones y mujeres clasificadas por intervalos de edad

La Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas (1998), evalúa el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción, la comodidad consigo mismo en un período de su vida. Consta de 65 ítems y está dividida en cuatro sub-escalas: bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y bienestar en su relación de pareja.

Bienestar Psicológico Subjetivo: La subescala tiene el sentido de la felicidad o bienestar, así que a mayor puntuación mayor percepción subjetiva de bienestar. Se logra conocer cómo el sujeto percibe su propia satisfacción, la comodidad consigo mismo en un periodo de su vida.

Bienestar Material: El bienestar material depende de la percepción subjetiva de cada individuo, y no según índices externos, de los bienes materiales de los cuales dispone.

Bienestar Laboral: Mide la satisfacción laboral de la persona y es considerada la fuente más importante de insatisfacción y preocupaciones que de satisfacción, lo que conlleva a ser un componente importante de la satisfacción general.

Relaciones con la Pareja: Se centra en el concepto de ajuste conyugal en una etapa concreta, partiendo de que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja. Es uno de los componentes importantes del bienestar general.