

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA INDUSTRIAL/ORGANIZACIONAL

**“NIVEL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO QUE PRESENTA UN GRUPO DE ADULTOS MAYORES
PENSIONADOS QUE REALIZAN TRABAJO INFORMAL Y ASISTEN A UN PROGRAMA DE
BENEFICIOS EN UNA INSTITUCIÓN DE SEGURIDAD SOCIAL EN LA CIUDAD DE
GUATEMALA.”**
TESIS DE GRADO

KATHERINE VIOLETA TURCIOS COLMENARES
CARNET 11585-13

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, NOVIEMBRE DE 2017
CAMPUS CENTRAL

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA INDUSTRIAL/ORGANIZACIONAL

**“NIVEL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO QUE PRESENTA UN GRUPO DE ADULTOS MAYORES
PENSIONADOS QUE REALIZAN TRABAJO INFORMAL Y ASISTEN A UN PROGRAMA DE
BENEFICIOS EN UNA INSTITUCIÓN DE SEGURIDAD SOCIAL EN LA CIUDAD DE
GUATEMALA.”**

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES

POR

KATHERINE VIOLETA TURCIOS COLMENARES

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE PSICÓLOGA INDUSTRIAL / ORGANIZACIONAL EN EL GRADO ACADÉMICO DE
LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, NOVIEMBRE DE 2017
CAMPUS CENTRAL

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. MARCO TULIO MARTINEZ SALAZAR, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, 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

DECANO: MGTR. HÉCTOR ANTONIO ESTRELLA LÓPEZ, S. J.
VICEDECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN
LIC. HELEN AMELIA MUÑOZ CABRERA

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN
MGTR. LUCRECIA ELIZABETH ARRIAGA GIRÓN DE ARIAS


Guatemala 9 noviembre de 2017

Señores Miembros del Consejo
Facultad de Humanidades
Departamento de Psicología
Universidad Rafael Landívar

Honorables Miembros del Consejo:

Atentamente me dirijo a ustedes para solicitarles fecha de revisión para el trabajo de Tesis titulado “NIVEL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO QUE PRESENTA UN GRUPO DE ADULTOS MAYORES PENSIONADOS QUE REALIZAN TRABAJO INFORMAL Y ASISTEN A UN PROGRAMA DE BENEFICIOS EN UNA INSTITUCIÓN DE SEGURIDAD SOCIAL EN LA CIUDAD DE GUATEMALA”, de la estudiante, Katherine Violeta Turcios Colmenares, carné 1158513, previo a obtener el grado de Licenciada en Psicología Industrial Organizacional, por considerar que llena los requisitos para su aprobación.

En espera de su resolución, me es grato suscribirme,


Lcda. Helen Amelia Muñoz Cabrera
Asesora de Tesis



Universidad
Rafael Landívar

Tradición Jesuita en Guatemala

FACULTAD DE HUMANIDADES

No. 052229-2017

Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante KATHERINE VIOLETA TURCIOS COLMENARES, Carnet 11585-13 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA INDUSTRIAL/ORGANIZACIONAL, del Campus Central, que consta en el Acta No. 051425-2017 de fecha 16 de noviembre de 2017, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

“NIVEL DE BIENESTAR PSICOLÓGICO QUE PRESENTA UN GRUPO DE ADULTOS MAYORES PENSIONADOS QUE REALIZAN TRABAJO INFORMAL Y ASISTEN A UN PROGRAMA DE BENEFICIOS EN UNA INSTITUCIÓN DE SEGURIDAD SOCIAL EN LA CIUDAD DE GUATEMALA.”

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA INDUSTRIAL / ORGANIZACIONAL en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 28 días del mes de noviembre del año 2017.



Irene Ruiz Godoy

MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY, SECRETARIA
HUMANIDADES

Universidad Rafael Landívar

AGRADECIMIENTOS

A Dios por su infinito amor, misericordia y favor mostrado en mi vida al obtener este logro, soy su consentida.

A mi papi Armando (QEPD) por haber sido un ejemplo de perseverancia, humildad, sencillez, responsabilidad y amor. Mucho de lo que hoy soy es gracias a él, gracias por haberme enseñado que el mejor regalo que podías dejarme son mis estudios. Que orgullo poder decir que soy su hija.

A mi mami, por tanto amor y paciencia, porque cada día me llenabas de tu positivismo y por llevarme siempre en tus oraciones las cuales agradezco de todo corazón. Sin ti, no sería nada de lo hoy soy.

A mis hermanos Irma y Juan, por enseñarme que la vida es más bonita cuando se comparte en familia.

A Lic. Marco porque fuiste la persona que me ayudo a aterrizar todas mis ideas, por tu increíble paciencia, cariño y compañía en todos estos años. Admiro la sencillez de tu corazón, me hiciste crecer como persona, cuando sea grande quiero tener tu paciencia.

A mis mejores amigas Helen y Brenda por ser como mis hermanas, porque siempre estuvieron allí para mí con una palabra de ánimo.

A mis mejores amigos Jorge y Oscar, por sus bromas, sus palabras de aliento, sus regaños, los cuales les aseguro me hicieron una persona más fuerte.

A Dimas por nunca haber dejado de creer en mí, porque a pesar de la distancia siempre hubo una palabra de ánimo y disposición para ayudarme.

A Lcda. Anabella por su asesoría y consejo que me ayudaron a descubrir día con día esta que es mi vocación.

A Lcda. Karlita por su paciencia y asesoría que sin dudar por un momento me brindo su apoyo, quien cada vez que la visitaba siempre me recibía con una sonrisa.

A Lcda. Wong por cada recomendación, apoyo, asesoría y palabra de ánimo, es usted todo un ejemplo de entrega.

A todo el equipo del departamento de becas por sus palabras de ánimo y apoyo incondicional.

A la Universidad Rafael Landívar, por acogerme, capacitarme y ayudarme a desarrollar las herramientas necesarias para mi carrera, gracias por haberme honrado con su programa de becas, sin el no hubiera tenido el honor de ser orgullosamente Landivariana.

A todas las personas que han aportado a mi vida personal y profesional, este logro no es solo mío sino de cada uno de ustedes, que Dios bendiga sus vidas, porque la mía ya la bendijo con cada uno de ustedes.

“Nunca permitas que las mentes pequeñas te convenzan de que tus sueños son demasiado grandes”.

ÍNDICE

RESUMEN.....	1
I. INTRODUCCIÓN.....	2
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	27
2.1. Objetivos.....	28
2.1.1. Objetivo general.....	28
2.1.2. Objetivos específicos.....	28
2.2. Elementos de estudio.....	28
2.3. Definición de elementos de estudio.....	29
2.3.1. Definición conceptual.....	29
2.3.2. Definición operacional.....	29
2.4. Alcances y límites.....	29
2.5. Aporte.....	30
III. MÉTODO.....	31
3.1. Sujetos.....	31
3.2. Instrumento.....	32
3.3. Procedimiento.....	34
3.4. Tipo de investigación diseño y metodología estadística.....	34
IV. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	35
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	43
VI. CONCLUSIONES.....	46
VII. RECOMENDACIONES.....	47
VIII. REFERENCIAS.....	48
ANEXOS.....	

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo establecer el nivel de bienestar psicológico que presenta un grupo de adultos mayores que se encuentran trabajando en el área informal en la ciudad de Guatemala. Se trabajó con un tipo de muestreo no probabilístico. Los sujetos fueron 20 mujeres y 10 hombres, de un rango de edades de 60 a 64 años, quienes se encontraban laborando en el área informal.

Para realizar esta investigación se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas (1998) esta consta de 65 ítems, la cual evalúa el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción y se divide en cuatro subescalas: bienestar subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y bienestar en relación de pareja.

De acuerdo a los resultados, se concluyó que la muestra encuestada se encontró dentro de un nivel medio de bienestar psicológico general. Entre las recomendaciones se incluye, realizar estudios cualitativos para profundizar en el tema del adulto mayor y la problemática que experimentan al momento de buscar un empleo formal.

I. INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico es la capacidad del ser humano para afrontar situaciones difíciles por las que atraviesa a nivel individual, familiar y laboral. Asimismo son experiencias internas y externas que utiliza el individuo para mejorar su condición psicológica. Esto le ayuda a contribuir para desenvolverse mejor en la sociedad. Al momento de no tener este equilibrio, el sujeto puede desencadenar síntomas de depresión, autoestima baja, estrés, ansiedad o insatisfacción personal. El bienestar psicológico es importante para que la persona continúe creciendo personal y profesionalmente, mejore sus aptitudes y competencias.

Este concepto es un componente de la salud que se ve manifestado en las relaciones de pareja, el trabajo y el bienestar subjetivo del individuo. En el caso del adulto mayor, el bienestar psicológico es importante debido a que en el transcurso se le presentan diversas circunstancias negativas y positivas, a las que debe adaptarse y poseer herramientas necesarias para llevar una vida plena.

El bienestar psicológico ofrece retos para el adulto mayor y uno de ellos es la búsqueda de un empleo formal para tener un bienestar económico aceptable. Lamentablemente en Guatemala existe la limitación de ofrecer un trabajo formal al adulto mayor, llevándolo a optar a trabajos informales para poder subsistir. Otra de las problemáticas, es la falta de acceso a la educación y a las nuevas tecnologías que no permiten al adulto mayor adaptarse y por ende ser incluido laboralmente.

Esto da como resultado que la población vea disminuida la oportunidad de adquirir una plaza laboral. Otro factor que causa la exclusión laboral, es el límite de edad que las empresas solicitan en un perfil de puesto al momento de poseer una plaza vacante, lo cual reduce la oportunidad al adulto mayor en formar parte de alguna organización donde pueda desempeñar sus habilidades y experiencia que ha adquirido en el transcurso de su vida.

Esta investigación identificará los niveles de bienestar psicológico que influyen en los adultos mayores en diferentes ámbitos de su vida. Dicha incógnita surgió debido a la alta tasa de empleo informal en el que figura el adulto mayor en Guatemala y la oportunidad que tiene el campo de la

Psicología Industrial Organizacional de generar un cambio en los departamentos de recursos humanos de las empresas.

Para ampliar el tema, a continuación se ofrece síntesis de algunas investigaciones realizadas en la ciudad de Guatemala que tienen relación con el mismo:

Para iniciar, Noriega (2012) en su tesis cuantitativa, no experimental, de diseño transeccional descriptivo la cual tuvo como objetivo principal establecer el nivel de bienestar psicológico del personal que labora en capillas funerarias. La muestra se realizó con 30 trabajadores de capillas funerarias en la Ciudad de Guatemala. No se tomó en cuenta el grado académico, edad ni etnia de los sujetos, como tampoco los años que tuvieran de laborar en la empresa. Para ello utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas, la cual evalúa el grado en que el sujeto percibe su propia satisfacción, la comodidad consigo mismo en un periodo de su vida. Los resultados muestran que el bienestar psicológico es un concepto que ha sido investigado por diversos autores. Todos coinciden en que un alto grado de bienestar psicológico, en todas sus áreas, permite gozar de estabilidad y satisfacción, para llevar una vida plena. Dentro de las recomendaciones propone contar con servicios de atención psicológica disponible para los empleados que puedan llegar a necesitarlo o quieran hacer uso de este servicio.

Por otra parte, Guerra (2015) en su tesis tipo descriptiva tuvo como objetivo principal, determinar el nivel de bienestar psicológico del adulto mayor que vive en el Hogar de Beneficencia Sor Herminia. La muestra se trabajó con 60 adultos, residentes del Hogar de beneficencia Sor Herminia del departamento de Santa Cruz del Quiché, Quiché. Los adultos mayores con edades comprendidas de 60 y 99 años de los distintos departamentos de Guatemala, entre indígenas, ladinos y mestizos. Para el estudio se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Sánchez-Cánovas. Los resultados obtenidos indican que el 82% de las personas se encuentran en un nivel bajo, el 08% se encuentran en un nivel aceptable y el 10% cuentan con un nivel de bienestar alto, esto significa que este grupo de personas, se ven en la necesidad de recibir tratamiento psicológico, porque la mayoría presenta un nivel bajo. Como recomendación propone desarrollar programas que procuren mantener las relaciones interpersonales entre familiares y amigos cercanos de los ancianos y que les brinden oportunidades laborales al alcance.

Asimismo, Lopez (2013) en una investigación de tipo cuantitativo y descriptivo transaccional, tuvo como objetivo principal determinar el bienestar psicológico que presentan los empleados de una institución gubernamental contratados bajo el reglón 029, después de un cambio de autoridades. Para este estudio, utilizó una muestra de 12 sujetos, 3 mujeres y 9 hombres, comprendidos entre las edades de 24 y 63 años. Asimismo, hizo uso de la Escala de Bienestar Psicológico, creado por Ryff y adaptado por Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle y van Dierendonck. Los resultados que se encontraron después del trabajo de campo indican que según los criterios cualitativos el bienestar psicológico se encuentra en promedio alto con una media de 180. Lo que indica que tienen un bienestar psicológico sano, basado en los resultados del instrumento. Como recomendación indica crear espacios de convivencia durante el año para evitar que se vea afectado negativamente.

Por otra parte, Martínez (2014) en su tesis de tipo correlacional tuvo como objetivo determinar el nivel de bienestar psicológico de los guardias de seguridad de una empresa privada. La muestra utilizada fue de 33 sujetos de un ingenio de azúcar en Santa Lucia Cotzumalguapa, Escuintla. Para el estudio utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas. Entre los resultados, 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. Como recomendación propuso 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 ayudará a afianzar el vínculo familiar, lo cual lo convertirá en un trabajador más estable.

Morales (2011) en una tesis de tipo cuantitativa, no experimental, de diseño transeccional descriptivo tuvo como objetivo primordial, establecer el nivel de bienestar psicológico en mujeres y hombres profesionales solteros entre 30 y 40 años. El instrumento utilizado en este estudio fue la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas. La muestra fue de 15 mujeres y 15 hombres de estado civil soltero, dentro de la etapa joven adulta, con Título Universitario de Licenciatura o Maestría, de clase media y media alta. Dentro de los resultados se observa que la media de los hombres se encuentra ubicada en un rango promedio alto en la subescala de bienestar psicológico subjetivo. Dentro de esta misma escala, se observa que la media de las mujeres está ubicada en un rango alto. Como recomendación, el investigador indica

llevar a cabo estudios comparativos con los que se respalden los resultados obtenidos en la presente investigación.

Las investigaciones anteriores muestran cuán importante es el estudio y análisis del bienestar psicológico. A continuación se presentan investigaciones internacionales que ayudarán a enriquecer el tema.

En el mismo orden de ideas, Chávez (2006) en su tesis de tipo descriptivo-correlacional no experimental tuvo como objetivo principal, determinar la posible relación que existe entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico en estudiantes del Bachillerato No. 16 de la Universidad de Colima. La muestra utilizada fue de 92 estudiantes regulares, 46 hombres y 46 mujeres, de los semestres 6° A y 6° C del Bachillerato No. 16 de la anterior Universidad. Para el estudio se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico en Jóvenes Adolescentes (BIEPS-J). Los resultados muestran que el bienestar psicológico no se ve afectado por la edad de los participantes.

Por otra parte, Giménez (2010) en su investigación de tipo experimental tuvo como objetivo general conocer la vertiente más positiva del adolescente a través de la evaluación de variables como las fortalezas humanas, la satisfacción con la vida, el optimismo y la autoestima. Para la muestra participaron 1210 alumnos hispanohablantes de Educación Secundaria Obligatoria (ESO). Se seleccionaron instrumentos que permitan recoger datos sobre variables de bienestar, síntomas psicopatológicos y clima familiar, con el fin de estudiar las posibles relaciones entre éstas y las fortalezas humanas evaluadas a través del VIA-Y. Como resultado cabe destacar el importante papel que la familia juega en el bienestar general del adolescente, la relación entre rendimiento y algunas fortalezas y las características diferenciadoras entre la versión papel y la versión on line (web) del VIA-Y.

Asimismo, Barra (2010) realizó un estudio sobre la relación entre el bienestar psicológico, las dimensiones de masculinidad y feminidad y las categorías de orientación de rol sexual (masculino, femenino, andrógino, indiferenciado). La muestra estuvo conformada por 346 estudiantes (159 hombres y 187 mujeres) de la Universidad de Concepción (Chile), con edades entre 18 y 31 años. Se utilizó el instrumento de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. Los resultados mostraron que el bienestar psicológico presentaba mayor relación con la dimensión de

masculinidad que con la de feminidad, y que los participantes categorizados como indiferenciados presentaron un nivel significativamente menor de bienestar psicológico que el resto de las orientaciones de rol sexual, siendo los individuos andróginos los que informaron el mayor nivel de bienestar. Se sugiere para futuras investigaciones incluir participantes con un rango más amplio de edad con el fin de examinar posibles cambios con la edad en las relaciones entre el bienestar psicológico y las variables de género, así como examinar la influencia de otras variables, como el nivel educacional, el nivel socioeconómico y el estado civil.

Asimismo, Gonzalvo (2014) en su tesis de tipo cuantitativa, correlacional y comparativa tuvo como objetivo principal, indagar la relación entre el nivel de bienestar psicológico y resiliencia en adultos mayores que viven en instituciones geriátricas y aquellos que viven en hogares particulares. La muestra estuvo conformada por 136 adultos mayores entre 75 y 85 años de edad que residen en geriátricos y en hogares particulares de la localidad de Lomas de Zamora, Provincia de Buenos Aires, Argentina. Para lo anterior, el investigador utilizó la Escala de Resiliencia de Wagnild & Yound, versión argentina. Escala autoadministrable que consta de 25 ítems con un formato tipo Likert que va desde 1=totalmente en desacuerdo a 7=totalmente de acuerdo. Entre los resultados se verifica que si bien conlleva nuevos estados psicosociales y físicos inevitables, los adultos mayores no institucionalizados logran adaptarse a estas nuevas circunstancias replanteándose sus metas y desafíos de acuerdo a sus nuevas capacidades y por ello presentan altos niveles de bienestar psicológico.

Por último, Satorres (2013) realizó un estudio de encuesta transversal en el que tuvo como objetivo principal, conocer el funcionamiento de las actividades de la vida diaria, el bienestar subjetivo y las dimensiones del bienestar psicológico en personas mayores. La muestra utilizada estuvo conformada por un total de 1208 personas de la provincia de Valencia, todos ellos mayores de 65 años y no institucionalizados. Para lo anterior, utilizó como instrumentos de medida el Índice de Barthel de Mahoney y Barthel, el Índice de Satisfacción Vital de Neugarten et al y las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff. Dentro de los resultados el investigador determinó que, si bien a través de los análisis bivariados no se establecen causas y consecuencias, parece claro que el mantener un mayor nivel de independencia pueda estar relacionado con variables personales sobre todo con las dimensiones de dominio del ambiente, autoaceptación y propósito de vida, de manera que la capacidad para crear entornos, controlarlos o manipularlos y

actuar sobre los mismos, la autopercepción que mantiene el sujeto y su capacidad para desarrollar nuevos objetivos, están claramente determinados por la capacidad funcional de que disponga la persona para desarrollar las actividades básicas de la vida; por contra y aún siendo significativa la relación con el bienestar subjetivo es la de menor entidad.

En resumen, las diferentes investigaciones coinciden con la importancia que tiene el estudio y análisis del bienestar psicológico en los diferentes ámbitos, contextos y sujetos. Para profundizar más en el tema, es importante el análisis de algunos conceptos y teorías que brindan información respecto a elementos del bienestar psicológico, características, el adulto mayor y diversos factores que respaldan el tema presentado. A continuación se fundamenta teóricamente esta investigación, en la cual se aborda el tema del bienestar psicológico en el adulto mayor.

Bienestar Psicológico

De acuerdo con la Real Academia de la Lengua Española (RAE) (2017) se define el bienestar como “el conjunto de cosas necesarias para vivir bien” el cual constituye un indicador positivo de la relación del sujeto consigo mismo y su medio.

La Organización Mundial para la Salud OMS, (2007) define el bienestar psicológico como un estado en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, donde puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y además es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Asimismo, Oramas, Santana y Vergara (2007) mencionan que el bienestar psicológico incluye aspectos valorativos y afectivos que se integran en la proyección futura y el sentido de la vida y está formado por variables del autoconcepto como:

- Autoconciencia: componente cognitivo de las actitudes hacia sí mismo.
- Autoestima: componente afectivo de las actitudes hacia sí mismo en el grado en que se quiere y se acepta.

- Autoeficacia: componente conductual de las actitudes consigo mismo, grado en que el sujeto considera que puede llevar a cabo sus propósitos y cumplir sus metas.

Por su parte, Sánchez-Cánovas (1998) considera que el bienestar psicológico se define a través de la experiencia interna del sujeto y no a partir de criterios externos como en el caso de la salud mental. Este autor afirma que existe una fuerte relación entre el bienestar psicológico y la salud mental, pero que estos términos no pueden ser igualados. El primero comprende un amplio rango, que va desde la infelicidad hasta la felicidad, incluyendo los niveles ligeros y moderados de ambos extremos, por lo que no se limita a los estados clínicamente indeseados o negativos como es el caso de la salud mental.

García-Viniegras y González (2000) afirman que el estudio del bienestar humano es un tema complejo y sobre el cual los científicos sociales no logran un consenso. La falta de acuerdo en su delimitación conceptual se debe a la complejidad de su estudio, ya que intervienen factores objetivos y subjetivos. En torno al bienestar humano existe una diversidad de enfoques, lo que no ha permitido aún llegar a un consenso en cuanto a su conceptualización y medición. Uno de los componentes fundamentales del bienestar es la satisfacción personal con la vida. Esa satisfacción surge a punto de partida de una transacción entre el individuo y su entorno micro y macrosocial, con sus elementos actuales e históricos, donde se incluyen las condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre determinadas oportunidades para la realización personal. A nivel individual, toma en cuenta aspectos cualitativos y cotidianos del hombre vinculados a su felicidad, que categorías sociales tales como el desarrollo económico no pueden por sí solas explicar.

El bienestar es una experiencia humana vinculada al presente, pero también con proyección al futuro, pues se produce justamente por el logro de bienes. Es en este sentido que el bienestar surge del balance entre las expectativas (proyección de futuro) y los logros (valoración del presente), lo que muchos autores llaman satisfacción, son las áreas de mayor interés para el ser humano y son el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales de vida, las relaciones interpersonales, las relaciones sexuales y afectivas con la pareja. Esa satisfacción con la vida surge a punto de partida de una transacción entre el individuo y su entorno micro y macrosocial,

donde se incluyen las condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre determinadas oportunidades para la realización personal.

Dimensiones del Bienestar Psicológico

Bienestar Subjetivo

Arias y Soliveréz, (2009) dan a conocer que el bienestar subjetivo está constituido por tres elementos fundamentales e interrelacionados:

- Satisfacción con la vida.
- Afecto positivo.
- Niveles bajos de afecto negativo.

El primero de estos componentes puede ser considerado en diversas áreas como la satisfacción con el matrimonio, con los amigos, con el trabajo, etc. El afecto positivo puede ser evaluado a través de emociones específicas como gozo, afecto y orgullo, en tanto que el afecto negativo puede medirse a partir de sentimientos tales como vergüenza, culpa, tristeza, ira o ansiedad. Una persona que tenga experiencias emocionales positivas probablemente perciba su vida de manera satisfactoria y positiva.

Mientras tanto Díaz (2001) sostiene que el bienestar subjetivo puede definirse como la evaluación que las personas hacen de sus vidas, e incluye una dimensión cognitiva, que se refiere a la satisfacción con la vida en su totalidad o por áreas específicas como la matrimonial, laboral; y otra afectiva relacionada con la frecuencia e intensidad de emociones positivas y negativas que mediante una compleja interacción generan en el individuo percepciones que abarcan un espectro de vivencias que transita desde la agonía hasta el éxtasis.

El autor menciona que un sujeto posee un alto bienestar subjetivo si expresa satisfacción con su vida y frecuentes emociones positivas, y sólo infrecuentemente, emociones negativas. Si

por el contrario, el individuo expresa insatisfacción con su vida y experimenta pocas emociones positivas y frecuentes negativas, su bienestar subjetivo se considera bajo.

Cuadra y Florenzano (2003) indican que el bienestar subjetivo tiene componentes afectivos y cognoscitivos. La parte afectiva está basada en un balance hedónico entre afecto placentero y afecto displacentero, mientras que el aspecto cognoscitivo es un componente individual de satisfacción con la vida que depende de estándares subjetivos.

Para el desarrollo de bienestar, al que todo ser humano aspira, se necesita conocer, diferenciar y elegir entre las tendencias profundas de la vida, diferenciar entre los afectos placenteros y displacenteros y luego analizar cuidadosamente las circunstancias para hacer una elección responsable, pudiéndose entender al bienestar subjetivo como una suma de sentimientos que son producidos en los seres humanos ante el proceso mismo de la vida que involucra a la persona consigo misma, con el lugar donde vive y con su trabajo. Si estos sentimientos, que resultan de dichas interacciones, tienden a producir efectos positivos, entonces estaremos en donde el funcionamiento natural sea la clave para producir reacciones emocionales positivas.

Si lo positivo es lo óptimo, y eso, en sí mismo, es suficiente para sentir bienestar, y la mayoría de los seres humanos lo comprenden y enseñan, entonces la intersubjetividad se reduce significativamente y posibilita crear un modelo común basado en lo óptimo y que además produzca evaluaciones consistentes con el bienestar.

Lo óptimo para el ser humano puede entenderse, en función de la edad madurativa de cada persona, vivir bien es decidir y decidir determina el tipo de persona que se quiere llegar a ser: independiente y libre, o bien sumisa y pasiva.

Garduño, Salinas y Rojas (2005) Indican que el bienestar subjetivo forma parte de una terminología que se relaciona con la felicidad. El bienestar estaría compuesto por dos facetas básicas: una centrada en los aspectos afectivos-emocionales, referido a los estados de ánimo del sujeto y otra centrada en los aspectos cognitivos-valorativos, referido a la evaluación de satisfacción que hace el sujeto de su propia vida. Ambas facetas se relacionarían con la dimensión subjetiva. Considerando lo anterior, el bienestar subjetivo se refiere a lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas y a las conclusiones cognoscitivas y afectivas que

ellos alcanzan cuando evalúan su existencia. Comúnmente se denomina felicidad al bienestar subjetivo experimentado cuando se sienten más emociones agradables y pocas desagradables, cuando están comprometidos en actividades interesantes y cuando están satisfechos con sus vidas.

Bienestar Relaciones con la Pareja

Sánchez-Cánovas (1998) afirma que la mayor parte de estudios consideran que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja es uno de los componentes importantes del bienestar general. Un adecuado ajuste con la pareja es un elemento importante a considerarse en el bienestar psicológico de las personas que comparten con una pareja.

Noriega (2012) quien cita a Villagrán señala que la satisfacción en el matrimonio se relaciona con el desarrollo satisfactorio de ambos cónyuges. Menciona también que los elementos que juegan un papel importante en la calidad del matrimonio son los siguientes:

- El afecto.
- Las relaciones personales satisfactorias.
- La aceptación del conflicto como algo normal.
- Capacidad para solucionar el conflicto que se genera.

Del mismo modo, Noriega (2012), citando a Cornachione, quien a su vez cita a Russell, hace una lista de las causas de un inadecuado ajuste de pareja que incluso podrían llegar a ser desencadenantes de una separación:

- Incompatibilidad de intereses, valores y objetivos.
- Falta de comprensión y comunicación.
- Privación sexual.
- Falta de armonía en el reparto de las actividades domésticas.
- Falta de afecto.

Bienestar Material

Victoria y López (2003) indican que el bienestar material es un área de significativo interés en el bienestar humano, refiriéndose a las condiciones objetivas materiales y sociales, que brindan al hombre determinadas oportunidades para la realización personal como la percepción subjetiva de cada persona, y no visto exclusivamente por indicadores externos.

Por otra parte, Sánchez-Cánovas (1998) da a conocer que el bienestar material no se refiere solamente a los índices que generalmente son considerados, como los ingresos económicos y posesiones materiales, sino a la percepción subjetiva de cada persona, y no solamente por indicadores externos. El bienestar material se refiere a la percepción del sujeto en cuanto a tener lo necesario para vivir con cierto desahogo y bienestar, así como la evaluación que hace la persona acerca de la comodidad que le proporciona las condiciones en que vive. Sintiendo en cierta forma que su vida está asegurada y sin grandes riesgos en el aspecto material y económico. El bienestar material implica también la percepción de tener una vida tranquila en el presente y con respecto al futuro económico.

Bienestar Laboral

Sánchez-Cánovas (1998) considera que la satisfacción laboral es un componente importante de la satisfacción general y ésta lo es de la salud en su sentido global. El bienestar laboral implica la evaluación que hace el sujeto respecto a su trabajo haciéndole analizar si aprende cosas nuevas y es interesante. La persona con bienestar laboral disfruta de su trabajo y éste le proporciona independencia, además encuentra apoyo y afecto. Incluso el trabajo puede ser lo más importante para la persona y dar sentido a su vida. Por otra parte, considerar el trabajo como monótono, rutinario o aburrido o sentirse discriminado en el trabajo podría conducir a un estado de insatisfacción laboral.

En este mismo sentido, Sánchez-Cánovas (1998), cita a Bennin y Nierstedt, señalando que estos autores descubrieron que si la felicidad matrimonial era la mayor fuente de felicidad, la

insatisfacción laboral era la causa mayor de infelicidad. Ya que la insatisfacción laboral es una de las principales fuentes de estrés en el trabajo. El estrés laboral parece ser el producto de las características del ambiente laboral que se convierte en una amenaza para el individuo. Esta amenaza puede deberse a las exigencias excesivas del trabajo, un salario inadecuado, la insatisfacción y la falta de promoción.

Morales (2011) quien cita a Cornachione, opina que la edad influye en el significado e importancia que las personas le dan al trabajo, ya que las personas mayores valoran más los aspectos relacionados con la realización personal y la amistad, que con los económicos. Definen el trabajo como una actividad humana, que cumple varias funciones psicosociales positivas, que pueden modelar la identidad personal y social de los individuos. Entre estas funciones se mencionan las siguientes:

- Función integrativa y significativa: se refiere al trabajo como una fuente que puede dar sentido a la vida, en la medida que permite realizarse a las personas, llegando a ser una fuente de autoestima y realización personal, cumpliendo esta función cuando es intrínsecamente satisfactoria.
- Función económica: La persona realiza el trabajo a cambio de un dinero que le permite garantizar su independencia económica y el control de su vida, así como la elección de actividades de tiempo libre.
- Función de ser una fuente de oportunidades para desarrollar habilidades o destrezas: los individuos ponen en marcha una serie de destrezas en la ejecución del trabajo, algunas veces ya poseen estas habilidades y las mejoran con la práctica diaria y otras veces las adquieren para o con el trabajo.
- Función de comodidad: las personas pueden tener en el trabajo la oportunidad de disfrutar de buenas condiciones físicas, de seguridad en el empleo y de un buen horario de trabajo.
- Función de conceder identidad personal: el trabajo como una de las áreas con mayor importancia para el desarrollo de la identidad, esto significa que como la persona es o se ve, es la forma en cómo es y como la ven en el trabajo.

Bienestar Psicológico en el Adulto Mayor

En una colección de estudios realizada por el Ministerio de Educación de España (2008) menciona cómo la participación se está convirtiendo en un elemento clave en la dinámica social teniendo repercusiones positivas en todos los estratos de la estructura social, especialmente siendo su incidencia en los últimos años de vida, logrando una fórmula para el envejecimiento activo e idóneo para impulsar la participación social en las personas mayores.

Impulsando el desarrollo del adulto mayor proponen una serie de factores a tomar en cuenta para el bienestar psicológico de este segmento de la población:

- Independencia: reconoce el derecho de las personas mayores a tener acceso a ingresos, alimentación, vivienda, medicamentos, así como a una educación y formación adecuada.
- Participación: resalta la importancia de la integración de las personas mayores en la sociedad a través de mecanismos y estrategias que les favorezca.
- Cuidados: Importancia de la atención a la salud y la calidad de vida de las personas mayores.
- Autorrealización: Favorece el acceso a los recursos sociales que apoyan las oportunidades para desarrollar su potencial.
- Dignidad: Atención especial en la protección de su seguridad integral en materia de explotaciones y malos tratos.

Adulto Mayor

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2005) considera adulto mayor a toda persona mayor de 60 años, haciendo referencia a un proceso por el que todo ser humano pasa, siendo este un proceso dinámico, progresivo e irreversible, en el que intervienen factores

biológicos, psíquicos y sociales. El adulto mayor en la actualidad ha perdido su valor, estos son despreciados e ignorados.

Por otro lado, en una nota publicada por el diario guatemalteco Prensa Libre, González (2014) menciona que el adulto mayor es considerado “una fuente de sabiduría, autoridad, valores, tradiciones y con experiencia que se respeta venera y consulta”. Son comunes los casos en que los adultos mayores salen en busca de empleo, pero este les es negado por su edad ya que consideran que los adultos mayores no son aptos para cumplir con eficiencia sus atribuciones sin tomar en cuenta la valiosa experiencia que han adquirido con el paso de los años.

En otra publicación efectuada por el diario Prensa Libre (2016) de Madrid, España se indica que según el Instituto Nacional de Estadística en el país existen más de un millón setenta mil personas mayores de 60 años, dando a conocer que muchas de estas personas buscan día con día un empleo, señala los esfuerzos por cambiar la mentalidad de los encargados de Recursos Humanos para hacer un poco más flexibles los formatos de trabajo y considerar algún tipo de contratación que permita trabajar al adulto mayor.

El adulto mayor mantiene la esperanza de encontrar alguna oportunidad laboral formal para poder devengar un salario para su manutención y sentirse de esta manera útil, motivado y productivo desempeñando un rol en el trabajo. Aseguran que muchos de estos adultos mayores cuentan con la capacidad física y mental para desempeñar un trabajo.

Muchos empleadores hoy en día consideran valiosa la inclusión de estas personas por los valores y experiencia que aportan a la organización, destacándose, la puntualidad, la responsabilidad, tolerancia, lealtad y respeto hacia los demás, logrando un intercambio de ideas, opiniones y experiencias.

Por su parte, Flores, Vega y González (2011) mencionan que el adulto mayor gradualmente ha perdido derechos que lo han marginado de la sociedad creando una serie de estereotipos negativos de este grupo, considerándolos como personas enfermas, incapaces de producir y limitados para asumir tareas y ejercer funciones.

Pérez y Nogareda (s/f) mencionan que el problema no radica en la edad de las personas sino en la adaptación de los puestos de trabajo a las personas que lo solicitan, ya que en

ocasiones son las propias condiciones de trabajo las que hacen viejo al trabajador, más que la disminución de las capacidades de éste.

Es importante que los puestos de trabajo se adapten a las características de los trabajadores de edad mayor. Esta medida no sólo haría posible que el trabajador siguiera más tiempo en el puesto sino que contribuiría en preservar su salud.

El análisis de las aptitudes de los trabajadores constituye uno de los elementos de integración de los recursos humanos. Los pasos necesarios para el desarrollo de una correcta adaptación de los puestos de trabajo son:

- Estudio de las aptitudes de la población.
- Adecuación entre las aptitudes de los trabajadores y las exigencias del puesto.
- Estudio de las aptitudes que exigirán los puestos de trabajo en el futuro.

La adaptación del trabajo puede estudiarse a nivel individual tratando de dar soluciones concretas a las necesidades particulares de un determinado trabajador. Lo que a su vez exige campañas de sensibilización, concientización y formación hacia los empleadores que intentan insertar al adulto mayor en el área laboral.

Para indagar a profundidad será necesario conocer el concepto de la tercera edad donde se tocan tres puntos sumamente importantes:

- La edad cronológica: la cual se refiere a la edad en años de la persona, considerando al adulto mayor a partir de los 60 años, quienes tienen oportunidad de desarrollarse como individuos y contribuir a su sociedad.
- La edad fisiológica: la cual se refiere al proceso de deterioro físico que, aunque se enlaza directamente con la edad cronológica, no puede interpretarse simplemente como la edad expresada en años. Se relaciona más bien con la pérdida de las capacidades funcionales y con la disminución gradual de la densidad ósea, el tono muscular y la fuerza que se produce con el paso de los años. Otros términos relacionados son los de “viejos-viejos” correspondiente a una minoría débil y

enfermiza; y los “viejos-jóvenes” que incluye a las personas mayores que, a pesar de la edad cronológica, son vitales, vigorosas y activas.

- La edad social: alude a las actitudes y conductas que se consideran adecuadas para una determinada edad cronológica, significando que en la edad adulta se lleva a cabo una construcción social e histórica que permite autonomía y una vida independiente, llena de satisfacción.

A pesar que la edad adulta posea los componentes mencionados que se atribuyen a la edad, desde el punto de vista legal el principal problema que el adulto mayor vive es la discriminación respecto a su edad, lo cual obstaculiza la igualdad de condiciones que este merece, como se muestra en la siguiente gráfica:



Imagen extraída del Centro Latinoamericano y Caribeño (CELADE, 2011)

Trabajo informal

Gamarro (2016) en una nota publicada por el diario guatemalteco, Prensa Libre, resalta que según la Encuesta Nacional de Empleo e Ingresos (Enei) 7 de cada 10 trabajadores se encuentran en el sector informal de la economía y que solo tres están en la formalidad.

De acuerdo al autor, “se registró un total de cuatro millones 467 mil personas en el sector informal, lo que significa un aumento de 2.2% en relación a la población que se ubicó en dicho

sector durante la Enei del segundo trimestre del 2015, cuando se reportaron cuatro millones 372 mil”.

De acuerdo con Ortiz (2015) en un artículo publicado por el diario guatemalteco La Hora, en este, el Instituto Nacional de Estadística (INE) presentó datos que reflejan que de los 6.3 millones de guatemaltecos que forman parte de la Población Económicamente Activa (PEA), el 8.4 por ciento tienen 60 años o más. De estos, 75 por ciento son hombres y 25 por ciento mujeres. Dando a conocer que la demanda de trabajo se reduce conforme la edad avanza, ya que los adultos mayores no tienen posibilidades de insertarse en un empleo formal debido a que las empresas requieren jóvenes con conocimientos actualizados y menores expectativas salariales, haciendo más difícil que las personas mayores logren encontrar empleos formales que satisfagan sus necesidades. Asimismo, el autor asegura que pese a las dificultades que conlleva, el empleo informal es la única opción disponible para las personas mayores. Las estadísticas del INE lo confirman, el 84.5 por ciento de los adultos mayores que trabajan, se ubican en el sector informal.

También el autor menciona que la Procuraduría de los Derechos Humanos (PDH), refirió que la violencia contra los ancianos no solo proviene del Estado, sino de las propias familias. La PDH recibe alrededor de 26 denuncias al mes sobre tratos inhumanos contra personas mayores, quienes manifiestan ser víctimas de discriminación, maltrato físico, emocional y económico.

Tecnología y el adulto mayor

Del Moral (2015) en una nota publicada en el periódico La Prensa de España, resalta la importancia de integrar a adultos mayores a la sociedad mediante la enseñanza de la tecnología, jugando la familia un rol importante en la motivación de su inclusión. Destaca cómo las sociedades modernas no valoran la experiencia y conocimiento de los adultos mayores, en especial cómo la tecnología aumenta la brecha generacional. Menciona que es importante comprender que los adultos mayores crecieron en una época distinta y que no solamente deben adaptarse al cambio de edad sino a las nuevas tecnologías.

Por su parte, Pavón (2000) menciona algunas características que están estrechamente relacionadas con el aprendizaje que el adulto mayor lleva a cabo con las nuevas tecnologías, encontrando las siguientes:

- Los adultos mayores se motivan para aprender un nuevo conocimiento cuando descubren necesidades que se puedan llegar a satisfacer mediante el aprendizaje, direccionando este aprendizaje a situaciones reales de la vida.
- Se debe tomar en cuenta que cada individuo tiene una manera diferente de aprender, adicionado a una disponibilidad diferente también para hacerlo.
- En lo que refiere a la metodología a utilizar con los mayores, se basa especialmente en el análisis de su propia experiencia.

Hoy en día las tecnologías se asocian a la gente joven al igual que la internet se considera que está reservada a personas situadas dentro de un rango de edad, en la actualidad se propone la incorporación de estas tecnologías desde los primeros niveles de enseñanza y al mismo tiempo para las personas mayores y desarrollar así una interacción y aprendizaje significativo para este grupo en específico.

Al referirse a la palabra inclusión no solamente se hace hincapié a personas con algún tipo de discapacidad sino también a los adultos mayores, quienes tienen derecho a conocer y usar la tecnología para cumplir con sus atribuciones en un puesto de trabajo. El que sean adultos mayores no significa que no pueda aprender nuevas formas de hacer el trabajo o el seguir un procedimiento, la clave en esta etapa es tener paciencia.

Hasta 1985, las personas se retiraban cada vez más pronto del ámbito laboral, pero en la actualidad esto se ha invertido, las personas hoy en día antes de cesar por completo su vida laboral, intentan reducir sus horas o días hábiles o buscar un nuevo campo de trabajo, a esto se le conoce como “empleo puente”. La mitad de los adultos mayores buscan un empleo puente antes de retirarse por completo. Este cambio se ha generalizado para mantener una buena salud física y emocional, o sencillamente porque les gusta el estímulo del trabajo. En la actualidad muchas

personas siguen trabajando principalmente por motivos económicos, ya que no poseen los suficientes ahorros o no cuentan con algún tipo de pensión.

Papalia (2009) comenta que a lo que no se le da uso, se pierde, y afirma que el trabajo influye directamente en el funcionamiento cognoscitivo, estimulando una forma de pensar flexible, aumentando la capacidad de realizar trabajos complejos. Desafortunadamente, los trabajadores de más edad tienen menos probabilidades de participar en capacitaciones, ya que se tiene el pensar erróneo que los adultos no pueden aprovechar esas oportunidades por la edad que poseen, sin embargo, un estudio realizado en Seattle, dio a conocer que la reducción de las facultades cognoscitivas no ocurre hasta muy tarde en la vida, mucho después de los años laborales.

Asimismo, Papalia (2012) menciona que el ser humano puede hacer uso de dos tipos de inteligencia en la edad adulta, inteligencia cristalizada la cual es la capacidad para recordar y usar información aprendida en el transcurso de la vida y la inteligencia fluida la cual es la capacidad que el ser humano tiene de resolver problemas nuevos que requieren pocos conocimientos previos o ninguno.

Los adultos mayores pueden aportar e influir de manera activa con otros y conservar su agudeza mental lo cual lleva a la necesidad de capacitarse o aprender, sobre todo en el desarrollo de la tecnología, las habilidades en esta área cada vez son más necesarias para evitar que el adulto mayor sea desplazado del mercado laboral. Cabe mencionar que los adultos mayores que se sienten útiles tienen mayor probabilidad de permanecer vivos y saludables, la actividad productiva es clave y juega un papel importante en el envejecimiento exitoso.

Los adultos mayores que siguen laborando es porque les gusta su trabajo y no lo encuentran estresante, estas personas suelen contar con mayor educación y mejor salud que quienes ya no laboran. En este proceso las personas experimentan dos cosas en común: relaciones satisfactorias y el realizar cosas satisfactorias.

El Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE) (2011) en su estudio sobre el envejecimiento muestra los tres enfoques que el adulto mayor experimenta:

- El Enfoque Biologicista: El cual se basa en dos teorías, una la del envejecimiento programado, que respalda que los cuerpos envejecen como parte del desarrollo normal y la teoría del desgaste natural del envejecimiento, que afirma que los cuerpos envejecen debido al uso continuo, en pocas palabras es todo el uso que se le ha dado al cuerpo con el paso de los años. La diferencia entre ambas teorías es si las personas están programadas para envejecer de determinada manera, poco podrá hacerse para retardar el proceso y mantener la autonomía. Mientras que, si las personas envejecen debido al desgaste del cuerpo, hay oportunidad para intervenir y prevenir el estrés fisiológico, aumentar la esperanza de vida y su calidad.

- El Enfoque Psicológico: Este enfoque tiene como análisis el individuo y su forma de encarar el paso del tiempo, específicamente en como los individuos enfrentan las condiciones personales que les toca enfrentar para buscar una solución a los problemas que tienen, como puede ser el aceptar una pérdida irreparable o bien el encontrar un empleo que les provea de sustento económico. Según la teoría de la actividad, justifica que cuanto más activa se mantenga la población de edad avanzada, podrá envejecer de manera más satisfactoria.

- El Enfoque Social: Ésta muestra un enfoque e insistencia en la importancia de la adaptación personal y social del sujeto, analizando los problemas de las personas de edad mayor y las soluciones que pueden ofrecerse haciéndolos parte de la sociedad, por medio de herramientas que le hagan sentir valorado.

Por su parte, Hansen (2003) explica que los colaboradores de mayor edad tienen sentimientos positivos sobre su trabajo, más que los jóvenes, incluso los indicadores de ausentismo son bastante bajos en lo que respecta a los adultos y en el porcentaje que existe de ausentismo éste es en periodos más cortos y esporádicos que en el de los jóvenes. También destaca la responsabilidad con la que estos realizan sus atribuciones comparado con el de los jóvenes.

Según Robbins (2009) definen la participación en el trabajo como el grado en el que un colaborador se identifica con su trabajo, participa activamente en él y considera importante su

propio desempeño. Mientras que el compromiso organizacional lo definen como el grado en el que un empleado se identifica con una organización en particular, y desea mantener su membresía en la organización.

Además, puntualiza que las personas de la tercera edad son un recurso valioso para la sociedad, por lo que se debe tomar las medidas apropiadas para lograr el mejor aprovechamiento de sus capacidades, mediante el desempeño de roles que le produzcan satisfacción personal e ingresos económicos para garantizar su seguridad económica y social, para lograr que continúen participando en el desarrollo del país.

En la colección de estudios realizada por el Ministerio de Educación de España (2008) se da a conocer cómo las sociedades industrializadas y modernas, tienen el concepto del adulto mayor con mucha estima y respeto, mientras que en otros países ocupa un último lugar de importancia en la estructura social debido a la desvalorización que estos han tenido con el paso de los años.

Dependiendo del país, la terminología de adulto mayor puede referirse o entenderse también como: ciudadano de tercera edad o anciano. Siendo este un proceso vital y dinámico en que se va ganando edad con implicaciones multidimensionales, en ocasiones pueden ser biológicas sociológicas y culturales. Desde un punto de vista científico, envejecer supone una transformación física y biológica irreversible. Desde el punto de vista de la sociología y cultura, envejecer supone el poder ocupar un estrato social específico desempeñando una serie de funciones y roles.

Para poder entender la etapa adulta de la vida, CELADE (2011) da a conocer el paradigma tradicional y el paradigma emergente que se tiene respecto al empoderamiento para la persona adulta.

Paradigma tradicional	Paradigma emergente
Las personas mayores son concebidas como beneficiarias de la asistencia social.	Las personas mayores son concebidas como sujetos de derecho.
Se reproducen prácticas heterónomas.	Se impulsan procesos de autonomía.
Los roles sociales que las personas mayores pueden desempeñar son restringidos.	Las personas mayores tienen oportunidades para desarrollarse como individuos y contribuir a su sociedad.
Se aplica una perspectiva homogeneizante sin considerar las bases de diferenciación social.	Se promueve un tratamiento especial para las personas mayores en razón de la edad.
La igualdad formal no considera que la edad puede dificultar el disfrute de los derechos.	Se busca eliminar las barreras jurídicas, institucionales y físicas que limitan la igualdad en la vejez.
Se produce una segregación generacional en la vida privada y pública.	Se fomenta la solidaridad generacional como un proyecto de largo plazo.

Imagen extraída del Centro Latinoamericano y Caribeño (CELADE, 2011)

A pesar de las normas y leyes que se promueven en la sociedad, estas resultan escasas ya que no existe un contexto que propicie y facilite la inclusión del adulto mayor en trabajos formales. Promoviendo que estas personas experimenten desigualdades y discriminación.

Ley y el adulto mayor

Actualmente Guatemala cuenta con el decreto número 80-96, en su artículo 51, donde promueve la protección hacia el adulto mayor, declara: que El Estado debe proteger la salud física, mental de los ancianos, garantizando el derecho que estos tienen a la alimentación, salud, educación, seguridad y previsión social además de adoptar al grupo de personas mayores como uno de los grupos objetivo para las políticas de focalización con el fin de mejorar sus condiciones de vida.

El congreso de la República de Guatemala, define como de la tercera edad o anciano, a toda persona de cualquier sexo, religión, raza o color que tenga 60 años o más de edad. Se consideran ancianos en condiciones de vulnerabilidad aquellos que careciendo de protección

adecuada, sufran o estén expuestos a sufrir trastornos en su estado físico o mental y los que se encuentren en situación de riesgo. En su artículo 4 declara que todos los ancianos guatemaltecos son beneficiarios de la ley mencionada, de conformidad a lo que establece la Constitución Política de la República de Guatemala, sin distinción de ninguna naturaleza, por credo político o religioso, etnia o condición social. La ley será aplicada a todas las personas de la tercera edad, en todo el territorio nacional de la República de Guatemala.

En su capítulo II de Derechos y Obligaciones menciona que toda persona de la tercera edad tiene derecho a que se le de participación en el proceso de desarrollo del país y a gozar de sus beneficios, quedando obligados El Estado y sus instituciones en contribuir a la realización del bienestar social satisfactorio de las personas de la tercera edad.

Los adultos mayores que sean objeto de malos tratos, ofensas, humillaciones o lesiones, tendrán derecho a solicitar protección ante juez competente contra el o los responsables de los mismos. Actuaciones a las cuales la autoridad les dará prioridad.

En el artículo 20 de La Constitución menciona que toda persona de la tercera edad, debe tener acceso a la educación formal e informal sin que la edad sea un limitante, con el objeto de que siga cooperando con el desarrollo del país.

En el artículo 22 enfatiza que toda persona de la tercera edad tiene el derecho a tener un ingreso económico seguro, mediante el acceso sin discriminación al trabajo, siempre y cuando la persona se encuentre en buen estado de salud, así como pensiones decorosas a su retiro, que le permitan un nivel de vida adecuado y a la satisfacción de sus necesidades mínimas.

En el artículo 23 el Ministerio de Trabajo y Previsión Social, vigilará porque los trabajadores del sector público y privado, cuando sean despedidos se contemple lo que establece el Código de Trabajo en materia de edades, a razón de no ser forzados a renunciar por motivo de edad, siempre y cuando se encuentre en buen estado de salud y, cuando así suceda, sea con la aprobación del colaborador y se le reconozcan las justas prestaciones que le corresponden, que su capacidad, funcionalidad y necesidad lo ameriten, dándole preferencia a los que no gocen de ningún beneficio.

Adicionalmente en el artículo 24 el Ministerio de Trabajo y Previsión Social promoverá programas de reinserción laboral y capacitación empresarial a las personas de tercera edad.

Impacto psicológico en la falta de empleo

Buendía (1990) indica que el desempleo es uno de los eventos que en las etapas de la vida es el más estresante y causa efectos psicológicos entre los que destacan:

- Depresión.
- Inseguridad.
- Pérdida de autoestima.
- Deterioro en relaciones familiares y sociales.

Entre los aspectos que se menciona sobresale el apoyo social que facilita los problemas y afirma la identidad del individuo, aumentando su capacidad para hacer frente a la situación, desde la niñez se establece una expectativa que se refuerza en la escuela, continúa en la familia donde muestra como un empleo puede generar una identidad social, mientras que el desempleo crea un sentimiento de derrota y fracaso. El desempleo llega a perturbar a la persona causando en él sentimientos de inferioridad ante la pérdida de autoestima y la disminución del estatus social.

En el adulto mayor la falta de empleo crea sentimientos de inutilidad, disminución de la autoestima y angustia, lo que provoca principalmente depresión. Al encontrarse ante la falta de empleo el adulto mayor pasa por las siguientes etapas:

- Fase de impacto: En esta existe un sentimiento de perplejidad, escepticismo y miedo, ya que la persona se encuentra desorientada y confundida con una sensación de fracaso e incapacidad de hacer planes para el futuro, esta etapa puede durar alrededor de una semana.
- Fase de ligera recuperación: Existe un ligero optimismo, donde el individuo busca la manera de arreglárselas por sí mismo llevando a cabo pequeños trabajos de arreglo o mejora, esto durante varias semanas.

- En esta tercera fase, el individuo siente temor y empieza a realizar acciones para encontrar un empleo, de no encontrarlo aparecerán sentimientos de pesimismo, ansiedad, melancolía e irritabilidad, esta fase puede durar varios meses.
- En la cuarta fase el individuo puede mostrarse fatalista y sin esperanza de éxito, interpretando la falta de empleo como un fracaso personal y social que lo conduce a aislarse, dormir todo el día, ver la televisión y tener una sensación de vacío y falta de sentido.

Buendía (1990) resalta la importancia del apoyo social como principal factor amortiguador ante la adaptación que el adulto mayor vive al encontrarse falto de empleo, al sentirse sin apoyo el individuo manifiesta un estado físico y psicológico complicado, la falta de apoyo causa falta de motivación para buscar un nuevo empleo, al mismo tiempo que aparecen síntomas depresivos.

Finalmente, se resalta el importante rol que desempeña el adulto mayor en la sociedad si se aprovechan sus habilidades y experiencia adquiridas. Además el bienestar psicológico mejora si se incluye a esta población en un empleo formal, obteniendo mejores ingresos económicos y satisfacción personal por contribuir al desarrollo del país.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Guatemala cuenta con un alto nivel de desempleo debido a causas multidimensionales que se manifiestan en la falta de oportunidades laborales que existe en el país. El adulto mayor no es la excepción, ya que en la actualidad para muchas personas éste ha perdido su valor, siendo excluido e ignorado por empresas e instituciones que constantemente cuentan con disponibilidad de plazas destinadas a una población más joven. Sin embargo, el adulto mayor mantiene la esperanza de insertarse en el campo laboral formal, devengar un salario para su manutención, mejorar su bienestar psicológico y sentirse productivo desempeñando un rol en el trabajo. Muchos de ellos cuentan con la experiencia adquirida con el paso de los años para llevar a cabo una labor, capacidad física y mental, pero en la mayoría de casos quienes salen en busca de empleo les es negado por su edad porque consideran que no son aptos para cumplir con eficiencia sus atribuciones.

Actualmente algunos reclutadores consideran valiosa la inserción laboral de estas personas por los valores y experiencia que aportan a la organización, destacando en ellos, la puntualidad, responsabilidad, tolerancia, lealtad y respeto hacia los demás. Eso genera un aporte de ideas, opiniones y experiencias en donde el adulto mayor desempeña una labor. Además es importante comprender que los adultos mayores crecieron en una época distinta y no solamente deben adaptarse al cambio de edad, sino a las nuevas tecnologías. Esto exige una serie de acciones como campañas de sensibilización, concientización y formación hacia los empleadores que intentan incluir al adulto mayor en el área laboral. Por esta razón los adultos mayores tienen derecho a actualizarse y conocer la tecnología para optar a mejores oportunidades laborales y así cumplir con sus atribuciones en un puesto de trabajo formal.

Para el adulto mayor estar desempleado genera efectos psicológicos negativos, como depresión y baja autoestima, afectando su capacidad para sobresalir ante la adversidad y la problemática económica y social que impera en Guatemala. Esto lleva a muchos de ellos a sentirse poco útiles y optar por un empleo informal para subsistir.

Surge así la importancia de identificar el bienestar psicológico del adulto mayor, para luego proponer acciones, por ello surge la siguiente interrogante:

¿Cuál es el nivel de bienestar psicológico que presenta un grupo de adultos mayores pensionados que realizan trabajo informal y asisten a un programa de beneficios en una institución de seguridad social en la ciudad de Guatemala?

2.1. Objetivos

2.1.1. Objetivo general

Establecer el nivel de bienestar psicológico que presenta un grupo de adultos mayores que se encuentran trabajando en el área informal en la ciudad de Guatemala.

2.1.2. Objetivos específicos

- Determinar el bienestar psicológico subjetivo de los adultos mayores y su satisfacción personal con la vida.
- Identificar el bienestar material según la percepción de cada adulto mayor respecto a sus posesiones materiales cuantificables.
- Determinar el bienestar laboral de los adultos mayores de acuerdo al ingreso económico obtenido por parte de un empleo informal.
- Dar a conocer si las relaciones de pareja contemplan la felicidad para una relación satisfactoria.

2.2. Elementos de estudio

- Bienestar Psicológico

2.3. Definición de elementos de estudio

2.3.1. Definición conceptual

Bienestar Psicológico

De acuerdo con Diener (1994) 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.

2.3.2. Definición operacional

Bienestar Psicológico

Es la capacidad del ser humano de estar bien consigo mismo, afrontar los problemas de forma eficaz y mejorar la situación presente y futura. También abarca el bienestar de las siguientes subescalas:

Subescala de Bienestar psicológico subjetivo.

Subescala de Bienestar Material.

Subescala de Bienestar Laboral.

Subescala de Relaciones de pareja.

2.4. Alcances y límites

El presente estudio abarcó exclusivamente a un grupo de adultos mayores, hombres y mujeres mayores de 60 años de edad, con distintos grados de escolaridad, que sabían leer y escribir, que estuviesen pensionados y laborando en el área informal en la ciudad de Guatemala, por ello los resultados no fueron generalizados a otras muestras o poblaciones.

Dentro de las limitantes que se encontraron fueron, la disponibilidad de las personas para realizar el estudio, la cantidad de adultos mayores que requirió el estudio para cumplir con los objetivos y la atención personalizada que llevó cada adulto mayor evaluado. Además de no contar con una igualdad de género de adultos mayores como muestra. El tiempo estimado de la prueba varió de acuerdo al nivel de escolaridad de la persona.

2.5. Aporte

Se creará conciencia a los estudiantes de la carrera de Psicología Industrial Organizacional de la Universidad Rafael Landívar, acerca de la dificultad por la que atraviesan los adultos mayores al momento de solicitar empleo formal, evidenciando los aspectos en que su bienestar psicológico se encuentra vulnerable.

Asimismo, la investigación servirá como material para estudios futuros de los estudiantes de Psicología Industrial Organizacional de la Universidad Rafael Landívar y otras universidades del país, demostrando la afinidad y apoyo de las empresas que toman en cuenta reclutar y brindar una oportunidad laboral formal a los adultos mayores. También dará a conocer los elementos del bienestar psicológico que atraviesan los adultos mayores que llegan a esta etapa de desarrollo humano para que sirva como referente a las empresas, universidades, instituciones públicas y privadas de Guatemala de la necesidad de emplear a un adulto mayor.

Con los resultados de dicho estudio, se podrá crear y mejorar programas que beneficien al adulto mayor en la reinserción laboral en la ciudad de Guatemala. Así como crear conciencia a la sociedad guatemalteca, empresas e instituciones públicas y privadas para que brinden oportunidades laborales formales a estas personas.

III. METODO

3.1. Sujetos

El estudio se realizó con un grupo de 30 adultos mayores (60-64 años de edad), pensionados con empleo informal y que asistieron a programa de beneficios en una institución de seguridad social.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2010) la muestra que se utilizó fue no probabilística, debido a que la elección de los sujetos dependió de las características de la investigación.

La muestra no probabilística que se empleó en el estudio fue una muestra de casos-tipo ya que según Hernández et. al, “el objetivo es analizar los valores, ritos y significados de un determinado grupo social”. (p.397).

El tamaño de la muestra de casos-tipo que se abordó estuvo conformado por 30 adultos mayores, hombres y mujeres con diferentes grados de escolaridad y pensionados que residían en el área metropolitana de la ciudad de Guatemala.

Características de la muestra:

	Escolaridad				Total
	Primaria	Básicos	Diversificado	Universitario	
Mujeres	10	2	8	0	20
Hombres	5	1	4	0	10

Edades	Mujeres	Hombres
60	4	2
61	3	3
62	4	2
63	3	1
64	6	2
Total	20	10

	Estado Civil	
	MUJERES	HOMBRES
Viudo	5	3
Casado	9	3
Soltero	3	4
Divorciado	1	0
Separado	2	0
Total	20	10

3.2. Instrumento

Para el presente estudio se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de José Sánchez-Cánovas, la cual consta de 65 ítems, con valoraciones que van desde 1 a 5. Con el objetivo de lograr una mayor especificación la prueba cuenta también con 10 ítems referidos al bienestar laboral y 15 a las relaciones de pareja como integrantes de la escala total. De este modo se han diferenciado cuatro subescalas: bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y relaciones con la pareja. La escala brinda, una puntuación combinada que puede ser interpretada como un índice general de bienestar psicológico. Cuando se aplican las cuatro subescalas se obtiene una valoración global (Total Escala Bienestar Psicológico). La prueba tiene una duración estimada de 20-25 minutos, la prueba puede ser aplicada individualmente o colectiva.

Para interpretar los resultados de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP), se toma el criterio de la curva normal, en donde el percentil 50 corresponde al centro de la distribución normal. Los resultados que se encuentran entre los percentiles de 20 a 40 se consideran bajos, percentiles de 41 a 60 se consideran medios, ya que están al centro de la curva normal. Percentiles de 61 a 80 se consideran medio altos. Finalmente los percentiles de 81 a 99 se consideran altos.

Las puntuaciones máximas posibles son las siguientes:

Subescala de Bienestar psicológico subjetivo: 150

Subescala de Bienestar material: 50

Subescala de Bienestar laboral: 50

Subescala de Relaciones con la pareja 75

Total escala de bienestar psicológico: 325

Sánchez-Cánovas, describe las subescalas incluidas en la prueba:

- a) Subescala de bienestar psicológico subjetivo: Distingue entre felicidad y los aspectos positivo y negativo. La escala tiene el sentido de la felicidad o bienestar, es decir a mayor puntuación mayor percepción subjetiva de bienestar. Las instrucciones subrayan que se explora la etapa concreta vital que está atravesando el sujeto en cuestión (adolescencia, juventud, edad mediana, senectud)
- b) Subescala de bienestar material: Se basan generalmente en los ingresos económicos, posesiones materiales cuantificables y otros índices semejantes, según la percepción subjetiva de cada persona y no según índices externos.
- c) Subescala de bienestar laboral: Esta guarda una estrecha relación con la satisfacción general, unida a la del matrimonio y la familia, descubriendo que la insatisfacción laboral era la causa mayor de infelicidad, insatisfacción y preocupaciones.
- d) Subescala de relaciones con la pareja: Considera que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja son uno de los componentes importantes del bienestar general de la felicidad.

En cuanto a validez y confiabilidad de la escala, las escalas mencionadas anteriormente fueron analizadas para hallar los coeficientes de consistencia interna, alfa de Cronbach y coeficientes alfa para los ítems impares y pares. Este análisis permitió eliminar aquellos ítems que no cumplían los siguientes criterios: a) Correlación superior a 0,30 con el total, excluido el propio ítem y b) Suficiente poder discriminativo.

3.3. Procedimiento

Se describe a continuación los pasos que se llevaron a cabo para el desarrollo de esta investigación:

- Se determinó el instrumento a utilizar.
- Se seleccionó la muestra de estudio.
- Se concretaron citas con los sujetos de la muestra para aplicar el instrumento.
- Se obtuvieron los resultados de la aplicación del instrumento.
- Se analizaron los resultados y se elaboraron las respectivas tablas y gráficas.
- Se establecieron las conclusiones y recomendaciones finales.

3.4. Tipo de investigación diseño y metodología estadística

La presente investigación de tipo descriptiva, buscó identificar rasgos importantes de un grupo o población, así mismo especificó cómo estos se relacionan. Hernández, Fernández y Baptista (2014).

La metodología estadística que se utilizó fueron las medidas de tendencia central: media, mediana y moda. Hernández, Fernández y Baptista (2010) las definen como valores medios o centrales de una distribución que sirve para ubicarla dentro de la escala de medición, estos resultados se presentaron por medio de gráficos circulares y de columnas.

IV. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

La investigación tuvo como objetivo principal, determinar el nivel de bienestar psicológico en un grupo de adultos mayores que se encontraban trabajando en el área informal y que asistían a un programa de beneficios en una institución de seguridad social en la ciudad de Guatemala. Se tomaron en cuenta las variables de bienestar material, bienestar laboral, bienestar de pareja y bienestar subjetivo. Dichas variantes integran en su totalidad el bienestar psicológico general. De esta manera, se determinó que sí existe una estrecha relación entre varias de estas variables con el bienestar psicológico general. A continuación se presentan los resultados y el análisis correspondiente.

Tabla Estadísticos Descriptivos

Tabla No. 1 – Escala de Bienestar Psicológico

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO	
Media	240.5
Mediana	233.5
Moda	236
Desviación estándar	37.60
Varianza de la muestra	1413.7
Rango	167
Mínimo	140
Máximo	307
Cuenta	30

En la tabla general del bienestar psicológico, se encuentra un máximo de 307 y un mínimo de 140, con una media de 240.5 que equivale a un percentil de 60.

Tabla No. 2 – Bienestar Psicológico Subjetivo.

BIENESTAR PSICOLÓGICO SUBJETIVO	
Media	11.47
Mediana	134
Moda	144
Desviación estándar	14.26
Varianza de la muestra	203.36
Rango	69
Mínimo	81
Máximo	150
Cuenta	30

Según la respuesta de la muestra, de acuerdo a los factores que determinan el nivel de bienestar psicológico subjetivo, se encuentra en un máximo de 150 y un mínimo de 81, con una media de 131.47 que equivale a un percentil de 90.

Tabla No. 3 – Bienestar Material.

BIENESTAR MATERIAL	
Media	41.7
Mediana	42.5
Moda	43
Desviación estándar	6.61
Varianza de la muestra	43.67
Rango	29
Mínimo	21
Máximo	50
Cuenta	30

La tabla muestra el bienestar material, en un máximo de 50 y un mínimo de 21, con una media de 41.7 que equivale a un percentil de 75.

Tabla No. 4 – Bienestar Laboral.

BIENESTAR LABORAL	
Media	43.17
Mediana	43.5
Moda	42
Desviación estándar	5.31
Varianza de la muestra	28.21
Rango	20
Mínimo	30
Máximo	50
Cuenta	30

La respuesta de la muestra, de acuerdo a los factores que determinan el nivel de bienestar laboral, se encuentra en un máximo de 50 y un mínimo de 30, con una media de 43.17 que equivale a un percentil de 85.

Tabla No. 5 – Relaciones con la Pareja.

RELACIONES CON LA PAREJA	
Media	24.17
Mediana	0
Moda	0
Desviación estándar	30.31
Varianza de la muestra	918.83
Rango	69
Mínimo	0
Máximo	69
Cuenta	30

La tabla muestra las relaciones con la pareja en un máximo de 69 y un mínimo de 0, con una media de 24.17 que equivale a un percentil de 1.

Tabla No. 6 – Ingreso mensual/Bienestar laboral.

	INGRESO MENSUAL	BIENESTAR LABORAL
INGRESO MENSUAL	1	
BIENESTAR LABORAL	0.050	1

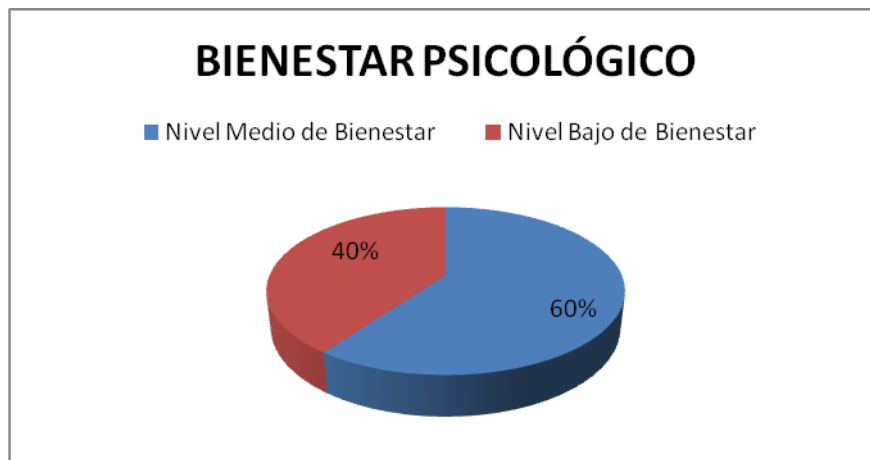
Adicional, se realizó una comparación entre el ingreso mensual y el bienestar laboral para verificar si el ingreso afectaba significativamente el bienestar laboral de los encuestados. La comparación anterior demostró que no existe una relación significativa entre dichas variables.

4.2 Graficas de Resultados

Los resultados se presentan en porcentajes y percentiles, mismos que se dividen en 4 grupos con un rango de 20 puntos entre sí y se distribuyen e interpretan de la siguiente manera:

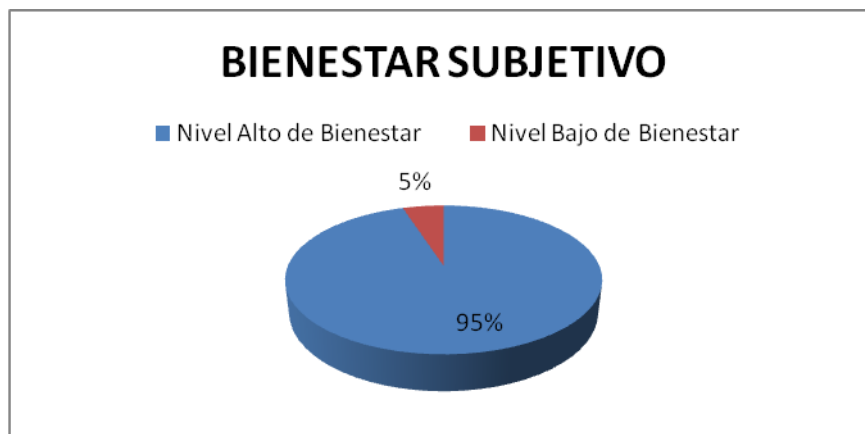
- 20-40 **Bajo**
- 41-60 **Medio**
- 61-80 **Medio alto**
- 81-99 **Alto**

Gráfica No.1 Bienestar Psicológico



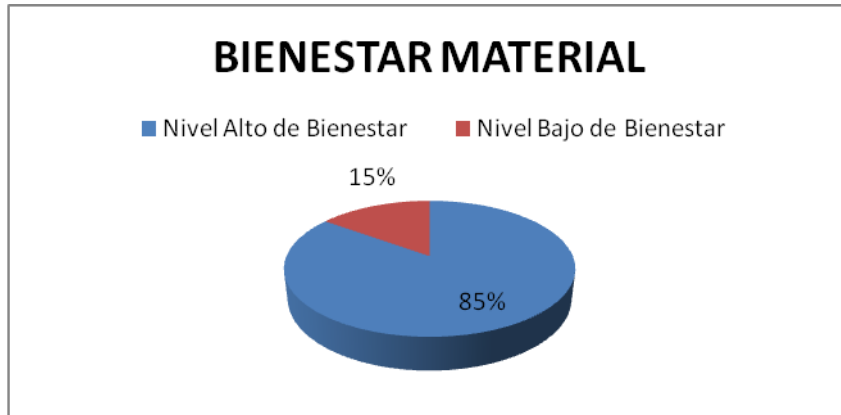
En la gráfica No. 1 se muestra el bienestar psicológico general, el 60% de la población encuestada cuenta con un nivel medio, mientras que el 40% tiene un nivel bajo de bienestar.

Gráfica No.2 Bienestar Subjetivo.



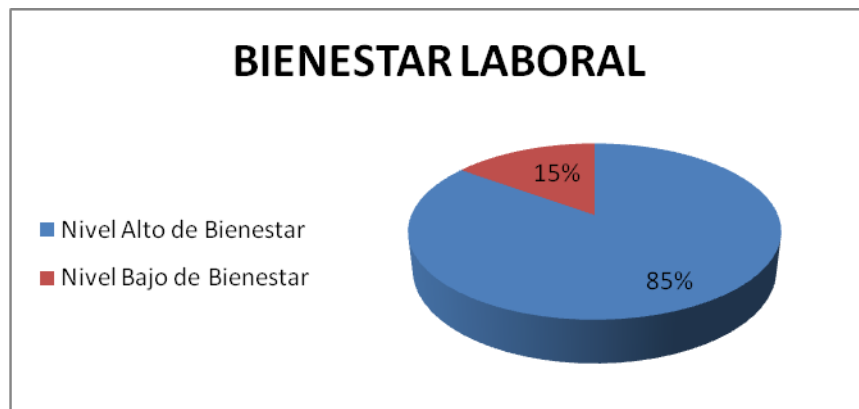
El 95% de la muestra cuenta con un nivel alto de bienestar subjetivo, mientras que el 5% muestra un nivel bajo de bienestar.

Gráfica No.3 Bienestar Material.



En la gráfica No. 3 el 85% de la muestra cuenta con un nivel alto de bienestar material, mientras que el 15% tiene un nivel bajo de bienestar.

Gráfica No.4 Bienestar Laboral.



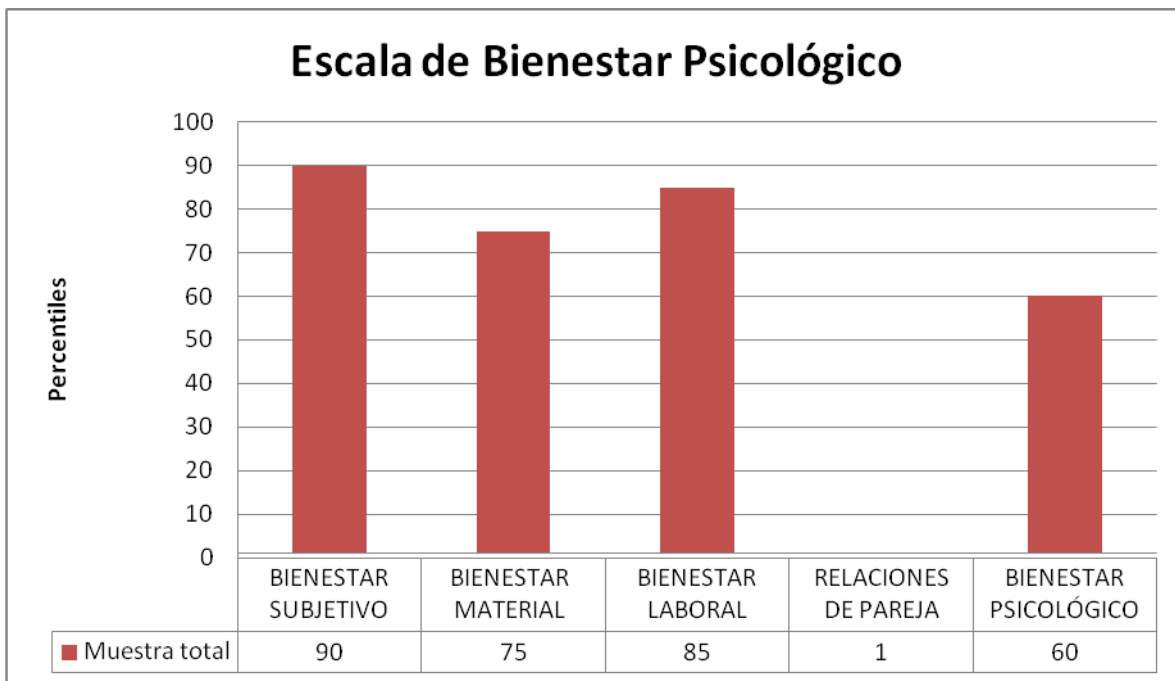
El 85% de la muestra presenta un nivel alto de bienestar laboral, mientras el 15% tiene un nivel bajo de bienestar.

Gráfica No.5 Relaciones de Pareja.



En la siguiente gráfica se muestra el 1% de la muestra con nivel alto de bienestar en sus relaciones de pareja, mientras que el 99% cuenta con un nivel bajo.

Gráfica No. 6 – Escala de Bienestar Psicológico por sexo en percentiles.



Teniendo en cuenta la tabla global y sus resultados, en la tabla No. 6 se puede evidenciar que el total de la escala de bienestar psicológico muestra al total de los encuestados con un percentil de 60. Por otra parte, el bienestar subjetivo se muestra con un percentil de 90, mientras que en la escala de bienestar material un percentil de 75. En la escala de bienestar laboral obtuvieron un percentil de 85. Por último, en las relaciones de pareja obtuvieron un percentil de 1.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

A continuación se presenta la discusión de resultados de esta investigación, la cual tuvo como objetivo determinar el nivel de bienestar psicológico en un grupo de adultos mayores que se encontraban trabajando en el área informal y que asistían a un programa de beneficios en una institución de seguridad social en la ciudad de Guatemala. La Organización Mundial para la Salud OMS, (2007) define el bienestar psicológico como el estado en el que el individuo es consciente de sus capacidades y puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de manera productiva y fructífera y además es capaz de contribuir a su comunidad.

Sánchez-Cánovas (1998) describe que el bienestar psicológico se encuentra compuesto por: bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y relaciones de pareja. Estas subescalas fueron tomadas en cuenta en la presente investigación como los indicadores de bienestar psicológico.

En la escala general se observa que el total de bienestar psicológico de la muestra encuestada se encuentra en un nivel medio de bienestar. Esto difiere con lo investigado por Lopez (2013) quien en su investigación indica que el bienestar psicológico se encuentra en promedio alto. Lo que indica que la muestra tiene un bienestar psicológico sano, lo cual pudo variar posiblemente por el rango de edad utilizado de veinticuatro a sesenta y tres años.

La escala de bienestar subjetivo se encuentra en un nivel alto de bienestar. Esto evidencia que la muestra percibe su vida de manera positiva, con logros satisfactorios, experiencias y emociones agradables que lo motivan. Lo anterior descrito, concuerda con lo propuesto por Arias y Soliverez (2009) quienes dan a conocer que el bienestar subjetivo está constituido por tres elementos fundamentales e interrelacionados; satisfacción con la vida, afecto positivo y niveles bajos de afecto negativo. En otras palabras, una persona que tenga experiencias emocionales positivas probablemente perciba su vida de manera satisfactoria y positiva.

El resultado obtenido en esta investigación del bienestar subjetivo también coincide con Satorres (2013) quien en sus resultados da a conocer que el mantener un mayor nivel de independencia aporta a la persona a desarrollar una capacidad para determinar objetivos en la vida, tener una auto aceptación y propósito de vida para desarrollar actividades básicas de la vida.

De igual manera en la escala de bienestar material, los resultados obtenidos fueron altos, esto significa que la muestra tiene una apreciación adecuada respecto al ingreso económico y las posesiones que le brindan tranquilidad y comodidad en el presente y futuro. De manera que concuerda con lo propuesto por Sánchez-Cánovas (1998) quien se refiere a este bienestar como la percepción del sujeto en cuanto a tener lo necesario para vivir con cierto desahogo y bienestar, así como la evaluación que hace la persona acerca de la comodidad que le proporciona las condiciones en que vive. Sintiendo en cierta forma que su vida está asegurada y sin grandes riesgos en el aspecto material y económico.

Por otro lado, en el bienestar laboral se obtuvo un resultado alto. Es decir que los sujetos disfrutaban de su trabajo así como de la independencia que éste les proporciona. Además, encuentran apoyo y afecto, aspectos que les da sentido a su vida. Los adultos mayores valoran tener un empleo debido a que no solo les brinda un soporte económico sino realización y satisfacción personal. Lo anterior concuerda con lo que Morales (2011) quien cita a Cornachione menciona, la edad influye en el significado e importancia que las personas le dan al trabajo, ya que las personas mayores valoran más los aspectos relacionados con la realización personal y la amistad, que con los económicos. Definen el trabajo como una actividad humana, que cumple varias funciones psicosociales positivas, que pueden modelar la identidad personal y social de los individuos.

En la escala de bienestar en las relaciones de pareja Sánchez-Cánovas (1998) afirma que la mayor parte de estudios consideran que las relaciones satisfactorias entre los miembros de una pareja es uno de los componentes importantes del bienestar general. Un adecuado ajuste con la pareja es un elemento importante a considerarse en el bienestar psicológico de las personas que comparten con una pareja. Sin embargo, lo anterior propuesto difiere con los resultados obtenidos en esta investigación debido a que gran cantidad de la muestra encuestada era soltera, viuda o

divorciada, esto no permite que el sujeto pueda tener una relación la cual pueda evaluar como satisfactoria o no, como lo hicieron los que si se encontraban en una relación de pareja, que en su mayoría resalta la privación sexual y falta de afecto que tenían con su pareja lo cual afecta directamente el bienestar que puedan tener en este ámbito.

En la investigación de Giménez (2010) sus resultados destacan el importante papel que la familia juega en el bienestar psicológico general del adolescente, la estrecha relación entre el rendimiento y fortalezas que éste brinda al ser humano. Lo anterior no se ve reflejado con los resultados, debido a que la mayor parte de la muestra era soltera, viuda o divorciada. En otras palabras la muestra encuestada no cuenta con un apoyo familiar que favorezca sus relaciones de familia y bienestar psicológico general, la cual obtuvo un resultado medio.

Finalmente, se puede decir que la muestra que participó en esta investigación se encuentra dentro del rango de bienestar psicológico medio. Por lo tanto se sienten satisfechos con su situación material y laboral, no así en sus relaciones de pareja, en donde se muestran en un nivel bajo.

VI. CONCLUSIONES

- De acuerdo a los resultados se concluye que la media de los puntajes obtenidos sitúan a la muestra encuestada dentro de un nivel medio de bienestar psicológico general.
- En relación al bienestar subjetivo se concluye de acuerdo al puntaje alto obtenido, que la muestra cuenta con un sentido de felicidad hacia sí misma y hacia los demás.
- Asimismo, en el bienestar material se concluye que la muestra se siente satisfecha con los ingresos que perciben, considerando que cuentan con lo necesario para vivir y tienen una aceptación adecuada de sus posesiones materiales cuantificables.
- En el área de bienestar laboral se concluye que, la muestra disfruta de su trabajo y la independencia que éste le proporciona. Por lo tanto, se presenta motivada en su trabajo sin importar que sea un empleo informal y lo considera una parte fundamental de su vida.
- En el bienestar de relaciones de pareja la muestra presentó un nivel de bienestar bajo, debido a que la mayoría de los sujetos no cuenta con una relación de convivencia que les permita establecer un nivel de intimidad o pertenencia necesaria para generar el nivel de bienestar adecuado en esta área.

VII. RECOMENDACIONES

- Se recomienda realizar estudios cualitativos para profundizar en el tema del adulto mayor y la problemática que experimentan al momento de buscar un empleo formal.
- Se recomienda realizar estudios sobre bienestar psicológico con grupos más amplios de personas para respaldar la información obtenida.
- Se recomienda a otros investigadores estudios de bienestar psicológico por medio de una comparación con adultos mayores que laboran en un área formal y los que laboran en el área informal.
- Se recomienda a las empresas del sector público y privado implementar nuevos programas de inclusión laboral para el adulto mayor.
- A las empresas que ya cuentan con un programa de inclusión laboral para el adulto mayor, se recomienda realizar actividades que incluyan la participación de familiares para fortalecer la autoestima del adulto mayor.
- Se recomienda a las entidades públicas, implementar talleres y capacitaciones que preparen al adulto mayor para enfrentar las nuevas tecnologías.

VIII. REFERENCIAS

- Arias, C., Solievez, C. (2009) El bienestar psicológico en la vejez. Recuperado de: http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/46891/Documento_completo.pdf?sequence=1
- Barra, E. (2010). Bienestar psicológico y orientación de rol sexual en estudiantes universitarios. (Tesis de Licenciatura, Universidad de Concepción, Chile). Concepción, Chile. Recuperada de: <http://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v28n1/art11.pdf>
- Buendía, J. (1990). *Psicopatología del desempleo*. Universidad de Murcia. Recuperado de: http://www.um.es/analesps/v06/v06_1/03-06_1.pdf
- Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE). (2011). *Los derechos de las personas mayores*. Modulo 1. Hacia un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez. Recuperado de: http://www.cepal.org/celade/noticias/documentosdetrabajo/2/43682/Modulo_1.pdf
- Chávez, A. (2006). Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior. (Tesis de Maestría, Universidad de Colima). Colima, Colombia. Recuperada de: http://digeset.uco.mx/tesis_posgrado/Pdf/ALFONSO_CHAVEZ_URIBE.pdf
- Congreso de la República, *Ley de Protección del adulto mayor*. Decreto número 80- 96. Fecha de emisión 19/09/1996. Recuperado de: <http://fiapam.org/wp-content/uploads/2013/05/DECRETO-N%C3%9AMERO-80.pdf>
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003) El Bienestar Subjetivo. Hacia una Psicología Positiva. Revista de Psicología de la Universidad de Chile. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/264/26400105/>
- Del Moral, T. (2015). El adulto mayor frente a las nuevas tecnologías. Recuperado de: http://www.prensa.com/tecnologia/TECNOLOGIA-ABUELO-EDUCACION-INFORMATICA-SOCIEDAD-FAMILIA_0_4318818254.html
- Díaz, G. (2001) El bienestar subjetivo. Actualidad y perspectivas. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252001000600011
- Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo, Barcelona, Editorial Paidós.

- Flores, M., Vega, M. y González, G. (2011). Condiciones sociales y calidad de vida en el adulto mayor. México, Chile y Colombia. Recuperado de: http://www.cucs.udg.mx/revistas/libros/CONDICIONES_SOCIALES_Y_CALIDAD_DE_VIDA_ADULTO_MAYOR.pdf
- Gamarro, U. (2016). Cifras confirman cómo el desempleo golpea. Recuperado de: <http://www.prensalibre.com/economia/economia/desempleo-golpea-a-jovenes>
- García-Viniegras, C., González, I. (2000) Categoría de bienestar psicológico. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252000000600010&script=sci_arttext&tlng=pt
- Garduño, E., Salinas, B. y Rojas, M. (2005) Calidad de vida y bienestar subjetivo en México. 5ta. Edición, Editorial Plaza y Valdes.
- Giménez, M. (2010). La medida de las fortalezas psicológicas en adolescentes (via-youth): relación con clima familiar, psicopatología y bienestar psicológico (Tesis de Maestría, Universidad Complutense de Madrid, España). Madrid, España. Recuperada de: <http://eprints.ucm.es/11578/1/T32253.pdf>
- González, A. (2014). *Perfil del adulto mayor*. Prensa Libre. Recuperado de: <http://www.prensalibre.com/revista-d/Maltrato-en-la-vejez-adultos-mayores-cifras-adultos-mayores-Guatemala-0-1156084585>
- Gonzalvo, M. (2014). Bienestar psicológico y resiliencia en adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados. (Tesis de Licenciatura, Universidad Abierta Interamericana, Argentina). Buenos Aires, Argentina. Recuperada de: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC114143.pdf>
- Guerra, M. (2015). Bienestar psicológico (estudio realizado con el adulto mayor en el hogar de Beneficencia Sor Herminia ubicado en Santa Cruz del Quiché, Quiché. Tesis inédita. Universidad Rafael Landívar. Campus Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala.
- Hansen, B. (2003). Desarrollo físico y envejecimiento. Desarrollo en la edad adulta. México D.F: Manual Moderno.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación*. (5ª ed.). México: McGraw-Hill.

- Lopez, A. (2013). Factores de bienestar psicológicos en los empleados contratados bajo el renglón 029 de una institución gubernamental al existir cambios de autoridades. Tesis inédita. Universidad Rafael Landívar. Guatemala.
- Madrid, E. (2016). *¿Por qué los adultos mayores tienen problemas de adaptación con la edad?* Prensa Libre. Recuperado de: <http://www.prensalibre.com/vida/salud-y-familia/por-que-los-adultos-mayores-tienen-problemas-de-adaptacion-con-la-edad>
- Martínez, M. (2014). Bienestar psicológico en guardias de seguridad de una empresa privada. Tesis inédita. Universidad Rafael Landívar. Guatemala.
- Ministerio de Educación de España. (2008). *La participación social de las personas mayores*. España. Recuperado de: <http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/11005partsocialmay.pdf>
- Navarro, S. (2005) Test de personalidad. España: LIBSA.
- Morales, L. (2011). Bienestar psicológico en mujeres y hombres profesionales solteros entre 30 y 40 años. Tesis inédita. Universidad Rafael Landívar. Guatemala.
- Noriega, G. (2012). Bienestar Psicológico de personas que laboran en capillas funerarias. Tesis inédita. Universidad Rafael Landívar. Guatemala.
- Oramas, A., Santana, S., y Vergara, A. (2007). El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. Recuperado de: http://bvs.sld.cu/revistas/rst/vol7_1-2_06/rst06106.html
- Organización Mundial para la Salud OMS (2007) Salud Mental. Recuperado de: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
- Organización Mundial para la Salud OMS (2005). Adulto mayor en el mundo. Recuperado de: <https://mayoresdehoy.com/2012/11/07/el-adulto-mayor-en-el-mundo-parte-1/>
- Ortiz, G. (2015). Qué duro ser anciano. La Hora. Recuperado de: <http://lahora.gt/que-duro-ser-anciano-solo-el-17-por-ciento-de-adultos-mayores-recibe-seguridad-social/>
- Papalia, D., Duskin, R. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. (12^a ed.). McGraw-Hill Education.
- Papalia, D. Wendkos, S. y Duskin, R. (2009). *Desarrollo Humano*. (11^a ed.). McGraw-Hill Education.

- Pavón, F. y Castellanos, A. (2000) *Aprendizaje de las personas mayores y nuevas tecnologías: El aprendizaje de los mayores ante los retos del nuevo milenio*, Madrid.
- Pérez, J. y Nogareda, C. (s/f). *Envejecimiento y trabajo: la gestión de la edad. Fichas técnicas*. Recuperado de: http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/FichasTecnicas/NTP/Ficheros/301a400/ntp_367.pdf
- Real Academia Española. (2017). *Diccionario de la lengua española*. España: Espasa Calpe. (Homepage). Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=5TwfW6F>
- Robbins, S. (2009). *Personalidad*. Recuperado de: <http://cursoco.weebly.com/uploads/3/9/6/9/3969131/personalidad.pdf>
- Sánchez-Cánovas, J. (1998). *Escala de Bienestar Psicológico*. Madrid, España: TEA Ediciones, S.A.
- Satorres, E (2013). Bienestar psicológico en la vejez y su relación con la capacidad funcional y la satisfacción vital. (Tesis de Doctorado, Universidad de Valencia, España). Valencia, España. Recuperada de: <http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/26298/envejecimiento%20y%20bienestar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Victoria, C., y López, V. (2003). Consideraciones teóricas sobre el bienestar y la salud. Recuperado de: http://www.ucmh.sld.cu/rhab/articulo_rev7/carmen.html

ANEXOS

Ficha técnica

Nombre:	EBP. Escala de Bienestar Psicológico.
Autor:	J. Sánchez-Cánovas.
Procedencia:	TEA Ediciones (1988). Universidad del Valle de Guatemala.
Aplicación:	Individual y colectiva.
Ambito de aplicación:	Adolescentes y adultos con edades comprendidas entre los 17 y los 90 años. La escala de Relaciones con la pareja sólo se aplicará a partir de los 26 años.
Duración:	20-25 minutos.
Finalidad:	Evaluación del bienestar psicológico subjetivo, del bienestar materia, del bienestar laboral y de las relaciones de pareja.
Baremación:	Baremos en percentiles por rango de edad y sexo para cada escala.
Material:	Manual, cuadernillo y hoja de respuestas autocorregible.