



PONTIFICIA **UNIVERSIDAD CATÓLICA** DEL PERÚ

Esta obra ha sido publicada bajo la licencia Creative Commons
Reconocimiento-No comercial-Compartir bajo la misma licencia 2.5 Perú.

Para ver una copia de dicha licencia, visite
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

FACULTAD DE LETRAS Y CIENCIAS HUMANAS



**“COMPARACIÓN SOCIAL Y BIENESTAR SUBJETIVO ENTRE ESTUDIANTES
DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA”**

Tesis para optar el Título de Licenciada en Psicología
con mención en Psicología Social

MILAGRO BELÉN CORNEJO ÁLVAREZ

Lima – Perú

2005



PONTIFICIA **UNIVERSIDAD CATÓLICA** DEL PERÚ

Esta obra ha sido publicada bajo la licencia Creative Commons
Reconocimiento-No comercial-Compartir bajo la misma licencia 2.5 Perú.

Para ver una copia de dicha licencia, visite
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>



A la juventud universitaria



Agradecimientos

A Dios y María Auxiliadora, guías de mi vida.

A los docentes y personal administrativo que me abrieron las puertas de sus aulas para aplicar las pruebas, y de manera especial, a los alumnos que voluntariamente participaron de esta investigación.

A la Dra. Marcia de la Flor, por su apoyo, motivación y confianza en mí.

Al Prof. Bram Buunk, investigador incansable de la comparación social. Su entusiasmo por ampliar el conocimiento es y será motivación para el desarrollo de mi vida profesional. Gracias por hacer que esta tesis forme parte de una investigación transcultural.

A la Mag. Doris Argumedo, por darme el impulso fundamental para el inicio de esta investigación.

Al Prof. Arturo Calderón, por su valiosa ayuda en el análisis estadístico y su disposición desinteresada a responder a mis inquietudes.

A Hernán Chaparro y Mauricio Saravia, por su asesoría, consejo y apoyo. Gracias Conecta Asociados por enseñarme día a día sobre la investigación aplicada.

A Ernesto y Felipe Álvarez Villanueva, lectores minuciosos de esta investigación.

A Daniel Ita Nagy, compañero incondicional en esta aventura.

A mi familia, en especial a mis papás Gabriel y Milagro, por ser motivadores incondicionales y permanentes de este trabajo y de todos los emprendimientos de mi vida. A Cristi Ros, Ani, Rubén, Diego Alonso y Andrés Sebastián. Por su apoyo eterno, gracias.

Finalmente, a todas las personas que, de una u otra manera, me alentaron a seguir adelante.

INDICE

Introducción.....	i
1. La Comparación social	1
2. Bienestar subjetivo	6
3. Bienestar subjetivo y comparación social	10
4. Metodología.....	12
4.1 Planteamiento del problema	12
4.2 Objetivos.....	12
4.3 Nivel y tipo	13
4.4 Definiciones conceptuales de los constructos	13
4.5 Diseño muestral	14
4.6 Instrumentos	16
4.7 Procedimiento.....	21
4.8 Análisis Estadístico	22
5. Resultados.....	24
5.1 Comparación social	24
5.2 Bienestar subjetivo	31
5.3 Correlaciones entre variables.....	35
6. Discusión	37
Bibliografía	48

Anexo A: Instrumento51

Anexo B: Análisis de confiabilidad.....58



INTRODUCCIÓN

A menudo nos ocurren diversos procesos, de los cuales no siempre somos totalmente conscientes. Uno de ellos, es el proceso de comparación social. La mayoría de nosotros, en algún momento, nos hemos comparado con alguien y sea en el colegio o la universidad comparando nuestros logros académicos, la popularidad entre los amigos, o en general, las metas que hemos logrado a lo largo de nuestra vida en relación con otras personas o grupos. En varias ocasiones hemos experimentado la sensación de “estar mejor que otros”, mientras que otras veces hemos sentido el disgusto - por llamarlo de alguna forma - de “estar en desventaja”, y no haber cumplido metas, o no ser como alguno de los modelos valorados.

Ante la comparación con otros, existirán efectos positivos - alegría o satisfacción de vida, por ejemplo -, así como efectos negativos - envidia o ansiedad sobre el futuro - entre otros. Estos efectos o consecuencias dependerán de aquel con quien nos hemos comparado, y del sentimiento de ventaja o desventaja en relación con los grupos de comparación. Así, el modo en que interpretemos la comparación con los otros y el grupo con el que nos comparemos, pueden influir en el bienestar que sintamos con nosotros mismos.

El objetivo de la presente investigación es estudiar la relación entre el proceso de comparación social definido como *“el equipararse uno mismo con otros, en orden de evaluar o mejorar*

algunos aspectos del sí mismo” (Suls, Martín y Wheeler, 2002) y el bienestar subjetivo de las personas entendido como la evaluación cognitiva y afectiva que las personas realizan sobre sus vidas (Diener y Lucas, 2000; Cuadra y Fiorenzano, 2003; Diener y Biswas –Diener, 2000; Diener, 2000).

El primer capítulo presenta la revisión teórica del constructo de comparación social. Ésta abarca el concepto y dirección de la comparación social (hacia arriba y hacia abajo), la interpretación de ésta mediante las nociones de identificación – contraste y los efectos positivos o negativos que los procesos de comparación social pueden ocasionar en las personas.

El segundo capítulo hace referencia a los conceptos relacionadas con el bienestar subjetivo. Además de recoger sus diversas definiciones, se explicarán las variables relacionadas con el bienestar subjetivo.

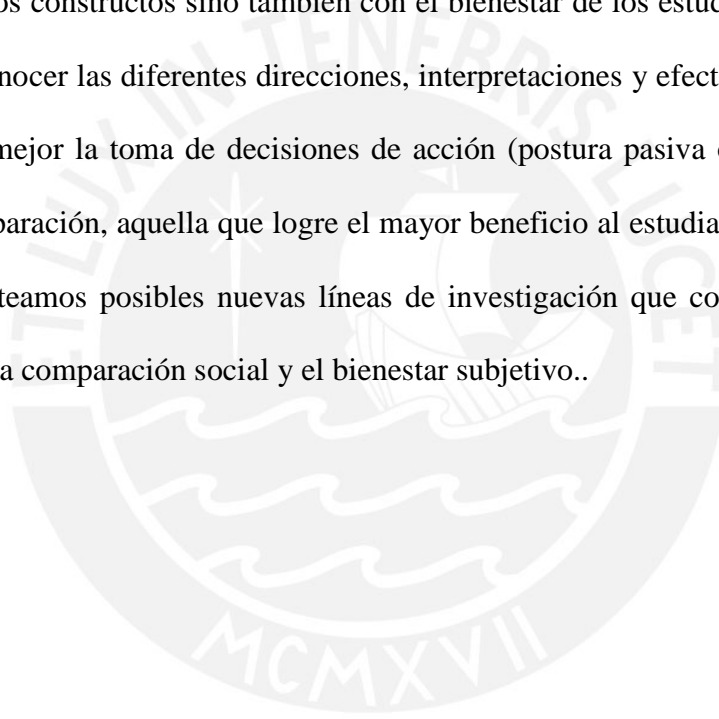
En el tercer capítulo, luego de revisar los constructos por separado, se muestra una integración de ambos, donde se recogen hallazgos de investigaciones anteriores sobre la relación de la comparación social y el bienestar subjetivo de los individuos.

Posteriormente, se describe la metodología, los resultados y la discusión de la presente investigación.

Como respuesta a la pregunta de investigación, se señala que la comparación social y el bienestar subjetivo serían variables relacionadas entre sí. A mayor nivel de orientación a la comparación social, menor bienestar subjetivo existirá o viceversa. Inclusive, los diferentes procesos de la comparación social estarían relacionados con el bienestar subjetivo y sus componentes.

Así, enfocarnos en las similitudes con quienes se encuentran en peor situación (identificación hacia abajo) y en las diferencias con nuestros modelos exitosos (contraste hacia arriba), guardaría relación con los sentimientos negativos, la menor satisfacción de vida y, por lo tanto, con el menor bienestar subjetivo. Asimismo, identificar los parecidos con quienes están en mejores condiciones (identificación hacia arriba) se relaciona positivamente con el bienestar subjetivo.

De esta forma queremos colaborar, a través de la presente investigación, no solo con el mejor entendimiento de estos constructos sino también con el bienestar de los estudiantes universitarios. Proponemos dar a conocer las diferentes direcciones, interpretaciones y efectos de la comparación social para orientar mejor la toma de decisiones de acción (postura pasiva o activa) frente a los resultados de la comparación, aquella que logre el mayor beneficio al estudiante. Finalmente, y en la misma línea, planteamos posibles nuevas líneas de investigación que contribuyan a entender mejor los efectos de la comparación social y el bienestar subjetivo..



1. COMPARACIÓN SOCIAL

1.1 Concepto de comparación social

La teoría de la comparación social fue formulada por Festinger (1954), quien propone que los individuos tienen un impulso fundamental para realizar evaluaciones de ellos mismos y compararse con otros. (En Buunk y Van der Laan, 2002; Van der Zee y cols., 1999; León, 1998; Goethals, 2000).

A partir de este hallazgo inicial y de sus propias investigaciones, Buunk y Van der Laan (2002) definen a la comparación social como un *“proceso cognitivo y motivacional mediante el cual los individuos relacionan la situación de otro individuo con su propia situación”*. Suls, Martín y Wheeler (2002) añaden a esta definición, la intención de mejora del individuo que realiza la comparación. Así, afirman: *“La comparación social consiste en equipararse uno mismo con otros, en orden de evaluar o mejorar algunos aspectos del sí mismo”*.

En este proceso de comparación las personas evalúan diversos aspectos de sí mismas. Aprecian sus opiniones y habilidades o capacidades con respecto a otros (Festinger, 1954 En Buunk y Van der Laan, 2002; Van der Zee y cols., 1999; León, 1998; Goethals, 2000; Van der Zee, 1996) así como sus características personales relacionadas con la salud, el atractivo, la renta o el salario. Cabe señalar, que en el caso de los estudiantes universitarios, la comparación de las opiniones y capacidades es una variable relevante para considerar la influencia de los pares (Suls y Miller, 1977; Suls y Wills, 1991, Wood, 1996 En Goethals, 2000).

1.2 Dirección de la comparación social: *Comparación hacia arriba y hacia abajo*

Un individuo se puede comparar con personas que se estén desempeñando mejor y tienen una posición o situación superior (*upward comparison* – comparación “hacia arriba”) o que tienen un peor desempeño y una posición o situación inferior (*downward comparison* – comparación “hacia abajo”) que el individuo en cuestión. (Van der Zee y cols., 1999, 2000; Reis –Bergan y cols., 2000).

Así, la comparación puede darse en dos direcciones: “hacia arriba” y “hacia abajo” y podría causar efectos tanto positivos como negativos en las personas. (Buunk y Ybema, 1997; Van der Zee y cols., 2000; Reis-Bergan y cols., 2000; Frieswijk, Buunk, Steverink y Slaets, 2004).

Investigaciones anteriores sugieren que la comparación “hacia abajo” genera afectos positivos - por ejemplo, alivio - y aumenta el bienestar subjetivo (Gibbons, 1986; Gibbons y Boney-McCoy 1991; Gibbons y Gerrard, 1989; Hakmiller; Taylor, Buunk & Aspinwall, 1990; Wills, 1981; Wood, Taylor & Lichtman, 1985 En Reis –Bergan y cols., 2000) aunque también podría ocasionar ansiedad o sensación de amenaza ante la posibilidad de un porvenir menos favorable. (Aspinwall, 1997; Buunk y otros, 1990; Major, Testa y Blysmá, 1997; Molleman, Pruyn, & VanKnippenberg, 1986; Ybema, Buunk y Heesink, 1996 En Reis-Bergan y cols., 2000; Van der Zee y cols., 2000)

La comparación “hacia arriba” ocasionaría sentimientos de envidia (Salovey y Rodin, 1984 En Reis-Bergan y cols., 2000) y baja autoestima (Morse y Gergen, 1970 En Reis-Bergan y cols., 2000) - algunos podrían concluir que son inferiores al grupo con el que se comparan - aunque también generaría afectos positivos y serviría como fuente de inspiración para las personas

(Taylor y Lobel, 1989; Buunk y cols., 1990; Helgeson y Taylor, 1993; Brewer y Weber, 1994; Ybema y Buunk, 1995; Collins, 1996; Gibbons y cols. 2000 En Reis-Bergan y cols., 2000).

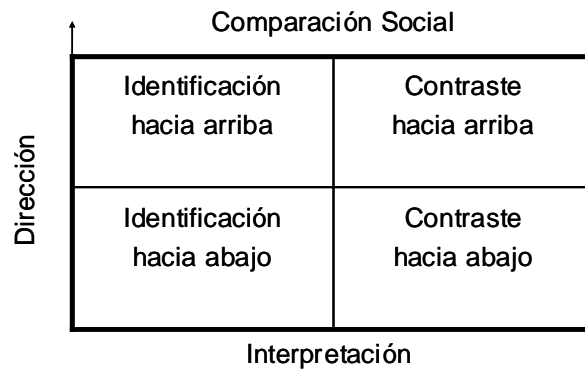
1.3 Interpretación de la Comparación Social: *Identificación y Contraste*

Los efectos de la comparación social pueden ser tanto positivos como negativos e independientemente de la dirección que ésta tome, las personas pueden identificarse o diferenciarse de la persona o grupo con el que se están comparando. (Buunk y Van der Laan, 2002; Reis-Bergan y cols., 2000 ; Van der Zee y cols., 1999; Van der Zee y cols., 2000).

Las personas se identifican con el grupo de comparación si aparecen, encuentran o toman atención a aspectos similares o comunes que tienen con el grupo, respecto a la situación o posición que ocupan (identificación). Por otro lado, cuando aparecen o toman en cuenta las diferencias existentes entre ellos y el grupo de comparación -cómo y en qué difiere de los otros-, aparece el contraste. (Buunk y Ybema, 1997; Buunk y Van der Laan, 2002).

La identificación y el contraste pueden ocurrir en las dos direcciones de la comparación social: “hacia arriba” o “hacia abajo”, y cada combinación de los procesos tendrá distintos efectos en las personas. Es posible identificar, entonces, cuatro procesos (Vand der Zee y cols., 2000; Frieswijk y cols., 2004): identificación hacia arriba (*upward identification*), identificación hacia abajo (*downward identification*), contraste hacia arriba (*upward contrast*) y contraste hacia abajo (*downward contrast*).

Figura 1. : Procesos de la comparación social



1.4 Efectos de comparación social

Diversos estudios (Buunk y Ybema, 1997; Van der Zee y cols., 1999, 2000) señalan que las consecuencias afectivas de la comparación social dependen de si el individuo se identifica o contrasta con el grupo de comparación.

Si la persona se identifica con un grupo de comparación “hacia arriba” (personas que están mejor que ella), puede darse cuenta de que es posible mejorar. Por otro lado, si se contrasta a sí misma con un grupo de comparación “hacia arriba”, el resultado puede ser la percepción amenazadora de que la persona en cuestión está peor que el grupo o persona de comparación. Por otro lado, si se identifica con un grupo de comparación “hacia abajo” (personas que están peor que ella), aparece la toma de conciencia de que es posible empeorar. Mas, si el individuo se contrasta con un grupo de comparación “hacia abajo”, puede tener la sensación de que está mejor que el grupo de comparación. (Van der Zee y cols., 2000)

Asimismo, la interacción de estos cuatro procesos de la comparación social conformarían dos factores básicos: interpretación positiva e interpretación negativa (Van der Zee y cols., 2000; Frieswijk y cols., 2004). Los análisis factoriales realizados por Van der Zee y cols. (2000) señalan que la identificación

hacia arriba y el contraste hacia abajo conforman el primero; mientras que la identificación hacia abajo y el contraste hacia arriba constituyen la interpretación negativa de la comparación social. Como se ha expuesto, los efectos de los componentes del primer factor serían positivos: posibles mejoras o toma de conciencia de que se está mejor que el grupo o que no se está tan mal, mientras que los del segundo, negativos: es posible empeorar o se está peor que el grupo de comparación.

Figura 2. : Algunas interpretaciones de la comparación social

Hacia arriba	a. Es posible mejorar +	c. Está en peor situación -
Hacia abajo	b. Es posible empeorar -	d. Está en mejor situación +
	Identificación	Contraste

a. y d. = Interpretación positiva de la comparación social.

b. y c. = Interpretación negativa de la comparación social.

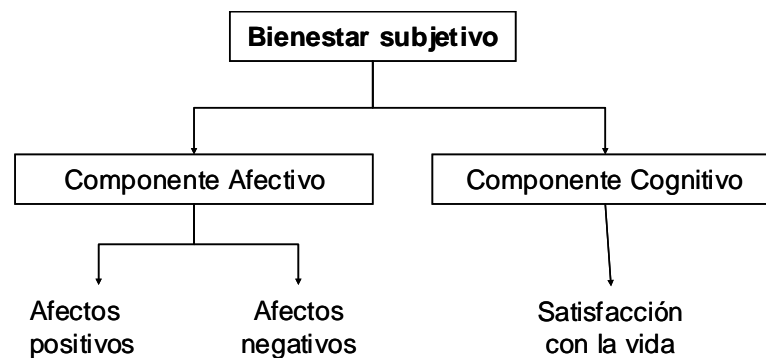
2. BIENESTAR SUBJETIVO

2.1 Concepto de Bienestar Subjetivo

El bienestar subjetivo (*subjective well-being, SWB*) se define como la evaluación que realizan las personas sobre sus vidas (Diener y Lucas, 2000; Cuadra y Fiorenzano, 2003; Diener y Biswas – Diener, 2000; Diener, 2000) y es experimentado cuando existen más emociones placenteras, satisfacción con la vida y una relativa ausencia de emociones displacenteras. (Cuadra y Fiorenzano, 2003; Biswas –Diener y Diener, 2000). El bienestar subjetivo representa una medida de cuán bien un individuo se siente sobre su vida, según Scott y Isaacowitz (2002),

En la evaluación que las personas realizan, interviene lo que ellas piensan y sienten sobre sus vidas al pensar en los logros obtenidos. Así, el bienestar subjetivo estaría compuesto por elementos tanto cognitivos como afectivos. La satisfacción con la vida es el componente cognitivo y las emociones o afectos positivos junto con las emociones o afectos negativos conformarían el componente afectivo del SWB. Algunos se refieren a este constructo como “felicidad”. (Cuadra y Fiorenzano, 2003; Scott y Isaacwitz, 2002).

Figura 3. : Componentes del bienestar subjetivo



Muchas personas, a nivel mundial, señalan estar moderadamente felices independientemente de la edad y el género (Myers, 2000 En Alarcón, 2001 y En Cuadra y Fiorenzano, 2003). La mayoría asegura encontrarse satisfecha con su vida (Avia, 1995 en Ly, 2004).

2.2 Variables relacionadas con el bienestar subjetivo

Variables sociodemográficas

El bienestar subjetivo tendría relación con el género, aunque la literatura es controversial en este aspecto. Varios autores (Word, Rhodes y Whelan, 1989; Mookherjee, 1997; Lu, 1996; Francis, 1999 En Alarcón, 2001; Robinson y Jhonson, 1997; Robinson, Jhonson y Shields, 1998 En Diener y Biswas-Diener, 2000) señalan que sí existen diferencias en el nivel de SWB entre un género y otro - las mujeres serían más felices que los hombres -. Sin embargo, otras investigaciones señalan lo contrario, entre ellos dos estudios realizados en Lima, Perú (Alarcón, 2001; Ly, 2004) y en Buenos Aires, Argentina (Casullo y Castro, 2000).

El matrimonio es una variable que influenciaría en el nivel de SWB. Las personas casadas serían más felices que quienes no lo están. (Diener y Such, 1998 En Alarcón, 2001; Alarcón, 2001; Myers, 2000 En Cuadra y Fiorenzano, 2003).

La edad no influenciaría en el nivel de SWB (Diener y Such, 1998 En Alarcón, 2001; Casullo y Castro, 2000; Inglehart, 1990 En Frieswijk y cols., 2004). Sin embargo, hay investigaciones como las realizadas por Scott y Isaacowitz (2002) que sugieren algunas diferencias en ciertos componentes del bienestar subjetivo según se avanza en edad. Sus resultados señalan que el adulto medio experimentaría más afectos positivos y menor cantidad de afectos negativos que el adulto joven mientras que no existirían diferencias significativas en los niveles de satisfacción con la vida

en ninguno de los grupos de edad adulta. No se identificaron diferencias entre los participantes jóvenes entre dieciocho y veinticinco años.

Cabe señalar que algunos autores proponen que los afectos negativos disminuyen (Cartesen, Pasupathi, Mayr y Nesselrode, 2000 En Scott y Isaacowitz, 2002) y la satisfacción con la vida se mantiene, por lo menos, en el mismo nivel mientras se ingresa a la vejez o tercera edad (Diener y cols., 1999 En Scott y Isaacowitz, 2002).

Por otro lado, la relación del incremento de ingresos económicos con el bienestar sería tenue aunque varios se aferran, como señalan Cuadra y Fiorenzano (2003) a la idea de que mayores ingresos redundan en mayor felicidad. Por otro lado, la disminución de los ingresos produciría infelicidad o disminución de la felicidad.

El estado económico de la nación influenciaría en determinar qué tan buen predictor es el ingreso económico en el bienestar subjetivo. Según Diener y Biswas – Diener (2000), este ingreso pronosticaría mejor el bienestar subjetivo en las naciones pobres que en las naciones ricas. Casullo y Castro (2000) añaden que se verificarían diferencias de bienestar entre los países cuyas condiciones de vida mínimas no han sido satisfactoriamente alcanzadas y los países desarrollados. Si las necesidades básicas están satisfechas, no existirían diferencias significativas entre la satisfacción con la vida de las naciones, afirman los autores (Veenhoven, 1991, Avia y Vásquez, 1998 En Casullo y Castro, 2000).

En general, la gente de naciones más desarrolladas tendería a estar más satisfecha que quienes pertenecen a naciones pobres. Éstos, al comparar su estilo de vida con las naciones más ricas, pueden darse más cuenta de su pobreza relativa.(Diener, 2000 En Cuadra y Fiorenzano, 2003).

Es preciso mencionar que autores como Diener y Biswas-Diener (2000) especifican que las variables demográficas no son tan poderosas al explicar las variaciones en el nivel del bienestar subjetivo.

Variables de personalidad / psicológicas

La personalidad es uno de los predictores más fuertes y consistentes en el bienestar subjetivo (Cuadra y Fiorenzano, 2003) y está relacionado positivamente con variables como extroversión (Diener y Lucas, 2000; Diener y Biswas – Diener, 2000; Francis, 1999 en Alarcón, 2001; Diener y Fujita, 1995 y Argyle y Lu, 1990 En Cuadra y Fiorenzano, 2003), neuroticismo, autoestima (Diener, Oishi y Lucas, 2003; Diener y Lucas, 2000), optimismo (Diener y Lucas, 2000). Sin embargo, Diener y Diener (1995) señalan que estas relaciones pueden variar interculturalmente, aspecto que se debe tener en cuenta para futuras investigaciones (En Diener y Biswas – Diener, 2000).

Variables culturales

La cultura es un factor que influencia el bienestar subjetivo (Diener, Oishi y Lucas, 2003). Por ejemplo, las culturas latinoamericanas otorgarían mayor importancia a los aspectos positivos mientras que las culturas asiáticas tienen menor predisposición a recordar sólo las cosas buenas – recuerdan tanto buenas como malas – ; características que influenciarían en el nivel de satisfacción con la vida que reporten. (Diener y Biswas – Diener, 2000).

Cabe mencionar, de manera específica, que los factores que influyen en el bienestar de las personas variarían dependiendo si la cultura es predominantemente individualista o colectivista. En el primer caso, la autonomía es un fuerte predictor del bienestar mientras que la calidad de las relaciones con los otros lo es para las culturas colectivistas (Diener y Diener, 1995; Kwan y cols.,

1997, Radhakrishnan y Chan, 1997; Suh y cols., 1998 En Cuadra y Fiorenzano, 2003). Algunas naciones donde prima el individualismo son: Estados Unidos de América, Australia y Alemania mientras que en el Perú así como en las naciones asiáticas (como China, Corea, Taiwán o Japón) predomina el colectivismo (Cuadra y Fiorenzano, 2003).

Metas y valores

Obtener las metas propuestas o el progreso para alcanzarlas también incrementa el bienestar subjetivo. Emmons (1986) precisa que las personas experimentan este bienestar, si sus metas son importantes y alcanzables. (En Diener y Biswas – Diener , 2000).

3. BIENESTAR SUBJETIVO Y COMPARACIÓN SOCIAL

El bienestar subjetivo es, en parte, determinado por las comparaciones que las personas realizan respecto a modelos o estándares. Éstos, numerosas veces provienen de observar a la gente alrededor de la persona o recordar cómo eran tales personas en el pasado. Si los individuos sienten que superan a estos estándares u objetivos de comparación, se sentirán satisfechos y felices pero si no logran alcanzarlos, experimentarán niveles bajos de bienestar subjetivo (Michalos, 1985 En Diener y Lucas, 2000). Asimismo, quienes están menos satisfechos con las situaciones de la vida tenderían a reportar mayor relación o compromiso con el proceso de comparación social. (Gibbons y Buunk, 1999 En Buunk y Van der Laan, 2002).

La dirección de la comparación social estaría relacionada con el bienestar subjetivo. Como se ha expuesto anteriormente, la teoría sobre la comparación hacia abajo sugiere que el compararse con otros que se encuentran en peor situación puede generar afectos positivos e incrementar el

bienestar subjetivo (Wills, 1981 En Reis-Bergan y cols., 2000; Gibbons, 1986; Gibbons y Boney-McCoy1991; Gibbons y Gerrard, 1989; Hakmiller; Taylor, Buunk & Aspinwall, 1990; Wills, 1981; Wood, Taylor & Lichtman, 1985 En Reis –Bergan y cols., 2000). Reconocer que la situación puede empeorar pero sentir que no sería el caso, animaría a quienes están teniendo dificultades (Gibbons, 1999; Gibbons y Gerrard, 1001 En Reis-Bergan y cols., 2000).

Por otro lado, la comparación hacia arriba con personas que se encuentran en mejor situación puede influir en inspiración y afectos positivos (Taylor y Lobel, 1989; Buunk y cols., 1990; Helgeson y Taylor, 1993; Brewer y Weber, 1994; Ybema y Buunk, 1995; Collins, 1996; Gibbons y cols. 2000 En Reis-Bergan y cols., 2000) - uno de los componentes del bienestar subjetivo - .

En este sentido, García (2004) al postular la relación de los efectos de la comparación social y el bienestar subjetivo, concluye que *“la comparación social es un proceso fundamental del día a día y nos provee con información en nuestra seguridad, estabilidad y bienestar subjetivo”*.

4. METODOLOGÍA

4.1 Planteamiento del problema

La pregunta de investigación es la siguiente:

- ¿Cuál es la relación entre la comparación social y el bienestar subjetivo en los estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima?

4.2 Objetivos

Objetivos Generales

- Identificar cuál es el grado de comparación social de los estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima.
- Identificar cuál es el grado de bienestar subjetivo de los estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima.
- Identificar cuál es la relación entre la comparación social y el bienestar subjetivo en estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima.

Objetivos Específicos

- Identificar si existen diferencias o no en el grado de comparación social entre los estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima, con respecto al sexo (hombres y mujeres).
- Identificar si existen diferencias o no en el grado de bienestar subjetivo entre estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima, con respecto al sexo (hombres y mujeres).

- Identificar si existen diferencias o no en el grado de comparación social entre los estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima, que van al área de Letras y Ciencias.
- Identificar si existen diferencias o no en el grado de bienestar subjetivo entre los estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima, que van al área de Letras y Ciencias.

Para la realización de los objetivos, se midieron los constructos con las escalas correspondientes. Los puntajes fueron los promedios de los ítems de las diversas escalas. Además, en el caso de bienestar subjetivo, se obtuvo un puntaje general. Para ello, en primer lugar, se estandarizaron los puntajes de satisfacción con la vida, afectos positivos y afectos negativos. Luego, se sumó el puntaje de la satisfacción con la vida con el obtenido en afectos positivos y se restó el puntaje de los afectos negativos. (Sheldon y cols, 2004)

4.3 Nivel y tipo

Exploratorio – Descriptivo. Correlacional en algunos aspectos (Hernández, 1998). No experimental (Kerlinger, 1989). Se realizó en un ambiente de campo, en las aulas de la unidad académica en cuestión. Cabe señalar que aunque el estudio es primordialmente descriptivo, como hemos comentado, existen análisis correlacionales.

4.4 Definiciones conceptuales de constructos

Comparación Social: Es un proceso mediante el cual los individuos relacionan la situación de otro individuo con su propia situación (De Buunk y Van der Laan, 2002)

Bienestar subjetivo: Se refiere a la propia evaluación afectiva y cognitiva que realizan las personas sobre sus vidas. (Cuadra y Fiorenzano, 2003)

4.5 Diseño muestral

Población

Estudiantes de los dos primeros años, hombres y mujeres, de una universidad privada de Lima.

Muestra

Para calcular la muestra se tomó en cuenta el sexo y la orientación académica del estudiante: si éste pertenece a Estudios Generales Letras (EEGGLL) o Ciencias (EEGGCC). El tamaño de la muestra se definió a partir de las estadísticas poblacionales de ambas unidades académicas.

Cuadro 1.: Distribución de la población según EEGG

	N	%
EEGGLL	2995	53
EEGGCC	2637	47

Fuente: Dirección de Informática de la universidad en cuestión

Es posible observar que la población estaría distribuida de manera similar. Ambas unidades académicas reunirían alrededor del 50%, con tres puntos porcentuales de diferencia.

Cuadro 2.: Distribución de la población según sexo y EEGG

	EEGGLL		EEGGCC	
	N	%	N	%
Hombres	1468	49	2031	77
Mujeres	1528	51	607	23

En el caso de la distribución según sexo, las proporciones varían significativamente según el área académica. En los EEGLL, existe similar proporción de hombres y mujeres mientras que en EEGCC predomina el sexo masculino.

Tipo de muestreo

Se realizó un muestreo no probabilístico intencional. La unidad de análisis fueron los estudiantes de los distintos salones de cada unidad académica.

Tamaño de la muestra

306 estudiantes de los primeros años de una universidad privada de Lima. La muestra está distribuida según el área académica de pertenencia y el sexo. Así:

Cuadro 3.: Distribución de la muestra según sexo y EEG

	EEGLL	EEGCC
	n	n
Hombres	75	118
Mujeres	78	35
TOTAL	153	153

N= 306

4.6 Instrumento

Las escalas que se presentan a continuación formaron un solo cuestionario, que los integrantes de la muestra completaron de manera autoaplicada. (ver anexo A)

Comparación social

- a) Escala de Comparación Social: *Iowa – Netherlands Comparison Orientation Measure (INCOM)* de Buunk y Gibbons (1999). Está compuesta por 11 ítems que miden la orientación hacia la comparación social. Indagan en qué medida la persona tiende a compararse con los otros. La escala de calificación consta de 5 puntos, donde 1 es “Muy en desacuerdo” y 5 es “Muy de acuerdo”.

Los análisis de confiabilidad realizados fueron de consistencia interna y de estabilidad en el tiempo. El Alfa de Cronbach fue de .83 en la muestra original - estudios en Estados Unidos y Holanda - y se mantuvo luego de aplicarlo a diez muestras norteamericanas (entre .78 y .85) y en doce muestras holandesas (entre .78 a .84). Asimismo, se realizó el análisis ítem – test, donde el puntaje obtenido por todos los ítems fue mayor que .36. La estabilidad temporal fue evaluada en seis ocasiones en muestras estadounidenses y once ocasiones en muestras holandesas. La correlación fue de .72 (para 3-4 semanas) y de .60 (para un año) (Buunk y Gibbons, 1999).

Asimismo, los autores realizaron validez discriminante y de relación con criterios (*criterion – related validity*). Por ejemplo, se encontró relación con la orientación interpersonal, la percepción del estrés y los afectos negativos, variables que para los autores de la escala estarían relacionadas con la necesidad de saber sobre uno mismo (Buunk y Gibbons, 1999).

Todo ello permite afirmar que las personas que tienen un nivel de orientación a la comparación alto, están más comprometidas con la comparación social que aquellos que tienen menor puntaje en la escala (Buunk y Gibbons, 1999).

En esta muestra, la confiabilidad de la escala es similar a las identificadas en muestras anteriores. El coeficiente de Alpha de Cronbach evidencia que el INCOM sería una escala confiable ($\alpha=,78$) (ver anexo B1)

- b) Escalas de medición de Identificación hacia arriba, Identificación hacia abajo, Contraste hacia arriba y Contraste hacia abajo, de Van der Zee, Buunk, Sanderman, Botke y Van den Bergh (2000)

Cada escala consta de 3 ítems que consideran el grupo de comparación y el enfoque de ésta. Así, los ítems “hacia arriba” hacen referencia a la comparación con personas que están mejor que uno, mientras que los pertenecientes a la escala “hacia abajo” consideran, como grupo de comparación, a quienes están peor que uno. En ambos casos, se indaga si el individuo se enfoca en las similitudes (identificación) o diferencias (contraste) que percibiría con respecto a tales grupos. La escala de calificación consta de 5 puntos, donde 1 es “Nunca” y 5 es “Muy a menudo”.

En estudios anteriores la consistencia interna y la estabilidad de las escalas han demostrado ser altas (Frieswijk y cols., 2004). Diversos autores (Van der Zee y cols, 2000; Van der Zee, Buunk, Sanderman, Botke y Van den Bergh, 1999; En Frieswijk y cols, 2004) también demuestran tal hallazgo en investigaciones previas entre pacientes con cáncer.

Para el presente estudio, se realizó el análisis de confiabilidad en esta muestra. Los coeficientes de Alpha de Cronbach determinaron que las cuatro escalas son confiables ($\alpha=0,89$, Identificación hacia arriba; $\alpha=0,87$, Identificación hacia abajo; $\alpha=0,83$, Contraste hacia arriba; $\alpha=0,85$, Contraste hacia abajo) (Ver anexo B2, B3, B4 y B5, respectivamente).

Bienestar subjetivo (SWB)

- c) Índice de satisfacción con la vida: *Satisfaction with Life Scale (SWLS)* de Diener, Emmons, Larsen y Griffin 1985. Escala compuesta por cinco ítems. Mide qué tan satisfechos se encuentran los participantes respecto a sus vidas. La calificación consta de 7 puntos (Diener, 1985; Cuadra y Fiorenzano, 2003; Sagiv y Schwartz, 2000). Los rangos de puntuaciones son :

35 –31 pts	Muy satisfecho
26 –30 pts	Satisfecho
21-25 pts	Algo satisfecho
20 pts	Neutral
15-19 pts	Algo insatisfecho
10-14 pts	Insatisfecho
5 – 9 pts	Muy insatisfecho

Para la medición de Satisfacción con la vida, existen investigaciones previas que han demostrado que el uso de encuestas de auto-reporte (*self – report*) tiene consistencia interna, estabilidad en el tiempo y convergencia con mediciones de dicho constructo que provienen de técnicas distintas al auto-reporte, como por ejemplo, conteo de expresiones faciales y entrevistas a familiares o personas cercanas al sujeto evaluado. (Diener y Lucas, 2000). Adicionalmente, el auto-reporte tampoco estaría contaminado por la deseabilidad social (Diener, Sandvik, Pavot, y Gallagher, 1991 En Diener y Lucas, 2000) ni por el

estado de ánimo de la persona al momento de responderlo (Pavot y Diener, 1993 en Diener y Lucas, 2000).

Se han registrado diversos análisis donde los coeficientes de confiabilidad oscilan entre .79 y .89 (Pavot y Diener, 1993 En Ly, 2004). Por otro lado, se han encontrado niveles bajos de satisfacción con la vida en los grupos donde se esperaba tal resultado (p.e. pacientes psiquiátricos o prisioneros). Asimismo, se identificaron correlaciones positivas con la escala de afectos positivos e inversas con la escala de afectos negativos (Diener y cols., 1995 En Ly, 2004).

En la presente investigación, esta escala representa la medición del componente cognitivo del bienestar subjetivo. La confiabilidad fue examinada en la muestra total de este estudio. El coeficiente de Alpha de Cronbach de la escala de Satisfacción con la vida (Diener et al., 1985) es de .85, demostrando ser un instrumento confiable (ver anexo B6).

- d) Escala de afectos positivos y negativos: *Positive Affective Negative Affective Schedule (PANAS)* de Watson, Tellegen, y Clark (1988) (En Sheldon y cols, 2004). En esta escala los participantes indican en qué medida han sentido cada emoción (negativa o positiva) en el mes pasado. Sheldon y cols. (2004) emplearon una escala de Likert desde 1 (muy ligeramente o casi nada – *very slightly or not at all*) hasta 5 (extremadamente – *extremely*). Los puntajes de afectos negativos y positivos se calcularon promediando los ítems correspondientes.

PANAS es una herramienta actual que se utiliza para medir los afectos positivos y negativos que forman parte del bienestar subjetivo, “... se emplea como la medición

afectiva del bienestar subjetivo”, señalan los autores. (Shelvin, Brunsten y Miles, 1998 En Richenson, 2002)

En esta muestra, el análisis de confiabilidad correspondiente demuestra que la escala PANAS es confiable. El coeficiente de Alpha de Cronbach en esta investigación es de .78 (ver anexo B7).

Para medir el bienestar subjetivo, cabe señalar que Sheldon y cols (2004) basados en investigaciones previas (Bettencourt y Sheldon, 2001; Elliot, Sheldon, y Church, 1997; Sheldon y Elliot, 1999 En Sheldon y cols, 2004) utilizaron un cálculo adicional para obtener un puntaje agregado del SWB. Emplearon los puntajes obtenidos en la SWLS de Diener (1985) y PANAS (Watson, Tellengen y Clark, 1988). Ambas escalas constaron de cinco puntos. En primer lugar, todos los puntajes fueron estandarizados. Luego, se restó los afectos negativos de la suma de afectos positivos y satisfacción de vida.

Para el cálculo del constructo bienestar subjetivo, en la presente investigación, se utilizó el procedimiento anteriormente descrito. Debido a que la SWLS y el PANAS constaron de escalas con diferentes puntuaciones (siete y cinco puntos, respectivamente), la primera se reescaló a una escala de cinco puntos.

Es preciso señalar que el INCOM, la escala de identificación hacia arriba, la escala de identificación hacia abajo, la escala de contraste hacia arriba, la escala de contraste hacia abajo y la SWLS, son áreas incluidas en el “Cuestionario sobre sí mismo y los demás”, elaborado por la Universidad de Groningen (Holanda) y la Universidad de Valencia (España).

Datos generales

- e) Además, se consideran datos generales como: sexo y área de estudios (Letras o Ciencias).

4.7 Procedimientos

El contacto inicial se realizó con la Coordinación de Psicología de una universidad privada de Lima para exponer los lineamientos principales del proyecto. Luego se concertó una cita con los responsables de las unidades académicas implicadas (EEGGLL y EEGGCC) para, además de presentarle el proyecto, solicitar permiso para la recolección de datos.

Se realizó una muestra piloto en ambos EEGG (10 casos) para calcular el tiempo requerido para completar la prueba. Asimismo, se buscó identificar la posible presencia de ítems difíciles de entender. Si bien la traducción de las escalas fue realizada por la Universidad de Valencia, España y verificada por sus creadores en el idioma original, se evaluó la existencia de posibles diferencias en los significados entre el español ibérico y el español hablado en el Perú. En las variables pertinentes a la presente investigación, la comprensión de los ítems fue fluida y no se encontraron dificultades de entendimiento. Los cuestionarios piloto no formaron parte de la muestra final.

Los cuestionarios fueron repartidos y aplicados en las aulas de ambas unidades académicas por una persona encargada y previamente capacitada. De manera general, se explicó a los participantes el objetivo general de la prueba y las instrucciones de ésta. La participación fue voluntaria. Se guardaron las condiciones de confidencialidad necesarias para los alumnos.

4.8 Análisis estadístico

Para la presente investigación se utilizaron:

- Análisis estadístico descriptivo: Se identifica los valores obtenidos mediante la media (\bar{x}), la desviación estándar (S) y la varianza (S^2).
- Prueba de Kolmogorov-Smirnov: Para verificar la normalidad de las variables.
- Coeficiente de asimetría Skewness: Para verificar la simetría o asimetría de las variables.
- Prueba t de Student de diferencia de medias para muestras independientes: Para identificar si existen o no diferencias significativas entre los puntajes obtenidos entre las muestras independientes evaluadas.
- Prueba t de Student de diferencia de medias para muestras relacionadas: Para identificar si existen o no diferencias significativas entre los puntajes obtenidos entre las muestras relacionadas evaluadas.
- Correlación de Pearson: Para identificar si existe asociación o no entre los puntajes de ambas variables dentro de cada segmento evaluado.
- Análisis de consistencia interna y confiabilidad (ítem – test; Alfa de Cronbach)

Para determinar los estadísticos a utilizar, se realizó - en primer lugar - la prueba de Kolmogorv – Smirnov para definir la normalidad de la muestra. Algunas variables no tenían distribución normal. Sin embargo, al aplicar el coeficiente de asimetría y observar los histogramas, se apreció que todas las variables tienden a ser simétricas.

Por otro lado, Glass y Stanley (En Ly, 2004) indican que los resultados de los análisis de varianza no se verían afectados si una población no tiene distribución normal. *“La probabilidad de encontrar diferencias donde no las hay sería prácticamente la misma en variables con distribución normal y no normal”*, concluye Ly (2004).

Por tal afirmación y debido a que todas las variables tienden a ser simétricas, se optó por utilizar la prueba t de Student considerando - además - que las pruebas paramétricas brindan una mayor probabilidad de encontrar diferencias reales entre grupos (Ly, 2004).



5. RESULTADOS

En el presente capítulo se presentan los resultados obtenidos en la investigación. En primer lugar, se expondrán los resultados en el constructo de comparación social así como los identificados en el área de identificación o contraste. Seguidamente, se mostrará el nivel de la satisfacción con la vida de los participantes y el bienestar subjetivo que presentan. Finalmente, se describirán las relaciones entre los diferentes constructos.

Durante la descripción de los resultados, se presentará el promedio general del constructo en cuestión. Luego se explicitará si existen o no diferencias significativas según sexo y área académica, respectivamente. Asimismo, se observará el comportamiento de los hombres y las mujeres dentro de cada área académica. **En el caso de presentarse tales diferencias significativas, se mostrarán mediante un cuadro.** De lo contrario, se insertarán en el texto correspondiente.

5.1 Comparación social

En general, existiría una cierta tendencia hacia la comparación social en los participantes. El promedio obtenido en la escala se ubica ligeramente por encima del punto medio de ésta ($M=3.3$)

Comparación social según sexo

Al parecer, la orientación a la comparación social se comporta de manera similar entre los varones y las mujeres que cursan los dos primeros años de una universidad privada de Lima. No se han

identificado diferencias significativas según sexo a partir de la prueba t de Student para muestras independientes. ($t=-,475$, Sig. bilateral = ,635*).

Asimismo, al investigar los valores intragrupalmente tampoco se perciben diferencias según sexo en el grupo de Letras ($t=-,287$, Sig. Bilateral = ,775) o entre quienes pertenecen al área de Ciencias ($t=-,1490$, Sig. bilateral = ,138).

Comparación social según área académica

Cuadro 4.: Comparación Social según área académica

*	EEGGLL			EEGGCC			t	Sig. bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Comparación Social	153	3,3	,66	153	3,46	,61	-2,169	,034

Por otro lado, quienes desean estudiar carreras de ciencias (ingenierías, química, física, matemáticas) tendrían mayor orientación a la comparación social que quienes han optado por especialidades de letras.

5.1.1 Interpretación y dirección de la comparación social

En la comparación social, se presenta la interpretación y la dirección que los individuos le otorguen a este proceso. En la interpretación, los sujetos pueden enfocarse en las similitudes con el modelo de comparación (identificación) o en las diferencias con éste (contraste). Por otro lado,

* n=muestra, M= media, DE=desviación estándar, t= t de Student, Sig. Bilateral=significancia bilateral.

la dirección se refiere a la elección del grupo de comparación. Pueden estar más orientados a compararse con grupos que se encuentran en mejor situación (hacia arriba) o en peores condiciones (hacia abajo) que ellos. (Frieswijk y cols., 2004).

Cuadro 5.: Interpretación de la Comparación Social

	Identificación			Contraste			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Interpretación de la CS	306	3,13	,73	306	2,98	,59	3,249	,001

En general, los estudiantes se concentrarían más en las semejanzas con el grupo de comparación que en las diferencias con éste. Los participantes tienden hacia la identificación en mayor medida que hacia el contraste.

Cuadro 6.: Dirección de la comparación social

	Hacia arriba			Hacia abajo			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Dirección de la CS	306	3,19	,65	306	2,93	0,70	5,494	,000

Al examinar las direcciones que la comparación social presenta (hacia arriba o hacia abajo), la prueba t de Student para muestras relacionadas evidencia diferencias significativas para esta muestra. Los alumnos, en general, estarían más orientados hacia una comparación hacia arriba que hacia abajo. Se compararían, en mayor medida, con personas que se encuentran en mejores condiciones que ellos.

A continuación, se presentarán los resultados de la interacción de la interpretación y la dirección de la comparación social: identificación hacia arriba, identificación hacia abajo, contraste hacia arriba y contraste hacia abajo.

Identificación hacia arriba (positiva)

El promedio de la identificación hacia arriba se encuentra ligeramente por encima del punto medio de la escala ($M=3.38$).

Cuadro 7.: Identificación hacia arriba según sexo

	Varones			Mujeres			t	Sig. bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Identificación hacia arriba	193	3,26	1,07	113	3,58	0,9	-2,788	,006

Cuadro 8.: Identificación hacia arriba según área académica

	EEGGLL			EEGGCC			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Identificación hacia arriba	153	3,63	,92	153	3,13	1,06	4,337	,000

Las mujeres tenderían a enfocarse en las similitudes de personas que se encuentran en mejor situación que ellas. Señalarían, en mayor medida que los varones, que a ellas también les podría ir bien y les alegraría pensar que su mejora es posible.

El comportamiento de los estudiantes de Letras es similar. Tendrían identificaciones más positivas (percepción de posibilidad de mejora) que los integrantes de Ciencias.

Al observar en el interior de los grupos, no se identifican diferencias de sexo. ($t=-,927$, Sig. bilateral =,357, Ciencias; $t=-1,346$, Sig. bilateral = ,180 Letras).

Identificación hacia abajo (negativa)

La media de la identificación hacia abajo se ubica por debajo del punto medio de la escala (M=2.58).

Cuadro 9.: Identificación hacia abajo según sexo

	Varones			Mujeres			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Identificación hacia abajo	193	2,77	1,08	113	2,27	0,87	4	0,000

Cuadro 10. : Identificación hacia abajo según área académica

	EEGGLL			EEGGCC			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Identificación hacia abajo	153	2,16	0,78	153	3,01	1,08	-7.904	,000

Los promedios de identificación hacia abajo difieren de manera significativa según el sexo y el área académica de pertenencia. Aunque la mayoría de los grupos se ubican por debajo del punto medio de la escala, los varones y los alumnos de EEGGCC se centrarían, en mayor medida que las mujeres y los estudiantes de EEGLL, en el parecido que encuentran con personas que están en peor situación que ellos.

Cuadro 11. : Identificación hacia abajo según sexo en EEGLL

	Varones			Mujeres			T	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Identificación hacia abajo	118	2.32	0.83	35	2	0.7	2.563	0,11

Asimismo, al indagar por el comportamiento intragrupal, se identifica que los varones de Letras presentan mayor identificación hacia abajo que sus compañeras mujeres. Sin embargo, en Ciencias, no habría diferencias significativas en este proceso ($t=1,042$, Sig. bilateral =,301).

Contraste hacia arriba (negativo)

El promedio del contraste hacia arriba se ubica en el punto medio de la escala ($M=3,00$). El comportamiento sería similar entre varones y mujeres en esta variable ($t=,097$, Sig. bilateral =,923).

Cuadro 12.: Contraste hacia arriba según área académica

	EEGGLL			EEGGCC			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Contraste hacia arriba	153	2,79	0,9711	153	3,22	0,9338	-3,931	,000

Mientras los alumnos de EEGGLL tienden a pensar que podrían mejorar (mayor identificación hacia arriba), quienes pertenecen a EEGGCC optarían por concentrarse en las diferencias que tendrían con quienes se encuentran en mejor estado que ellos (mayor contraste hacia arriba). Así, los alumnos de Ciencias presentan significativamente mayor contraste hacia arriba que sus pares de Letras.

En el caso de Contraste hacia arriba, al observar si existen diferencias según el sexo al interior de cada unidad académica, los resultados demostrarían que el comportamiento es similar entre los hombres y las mujeres del área de Letras ($t=,197$, Sig. bilateral $=,844$).

Cuadro 13.: Contraste hacia arriba según sexo en EEGGCC

	Varones			Mujeres			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Contraste hacia arriba	118	3,13	,96	35	3,49	,97	-1,997	0,48

En Ciencias, como se aprecia en el cuadro 13, las mujeres enfocarían su atención en las diferencias que tendrían con modelos que se encuentran en mejor situación.

Contraste hacia abajo (positivo)

El promedio del contraste hacia abajo se ubica ligeramente por encima del punto medio de la escala ($M=3,2$) y, en general, el comportamiento de esta variable es similar en los segmentos evaluados.

La prueba t de Student indica que no hay diferencias significativas entre varones y mujeres ni entre alumnos del área de Letras o Ciencias ($t=-,794$, Sig. bilateral $=,428$, Sexo; $t=1,743$, Sig. bilateral $=,082$, EEGG). Asimismo, tampoco se observan diferencias según sexo dentro de cada área académica ($t=-,499$, Sig. bilateral $=,618$, Letras; $t=-1,148$, Sig. bilateral $=,253$, Ciencias).

Los estudiantes se enfocarían - con frecuencias parecidas - en las diferencias que tendrían con quienes se encuentran en un escenario menos favorable.

5.2 Bienestar subjetivo

El bienestar subjetivo (SWB) está compuesto de dos componentes: cognitivo y afectivo. Su valor es identificado a partir de la interrelación entre la satisfacción con la vida (componente cognitivo) y los afectos positivos – negativos (componente afectivo). Así, como se menciona en la metodología (ver p20), se obtendrá un puntaje agregado del SWB a través de las escalas de Satisfacción con la Vida (Diener, 1985) y PANAS (Watson, Tellegger & Clark, 1988). En esta investigación, el puntaje de la escala de Satisfacción con la vida se ha reescalado a cinco puntos para poder calcular el valor del SWB.

A continuación se presentarán los resultados de los componentes del bienestar subjetivo y su valor agregado.

Satisfacción con la vida

En general, los estudiantes estarían ligeramente satisfechos con su vida actual. El puntaje promedio se encuentra ligeramente por encima del punto medio de la escala de cinco puntos ($M=3,14$) (Myers, 2000 En Sheldon y cols., 2004).

Al indagar, mediante la prueba t de Student, la existencia de diferencias significativas según sexo y área de estudio, se identifica que los varones y las mujeres así como los pertenecientes al área de Letras y Ciencias presentarían niveles similares de satisfacción con la vida ($t=-,673$, Sig. bilateral $=,502$, Sexo; $t=,888$, Sig. bilateral $=,375$, EEGG).

Asimismo, al observar al interior de cada unidad académica, el comportamiento sería parecido entre las mujeres y los varones ($t=-1,903$, Sig. bilateral $=,59$, Letras; $t=1,747$, Sig. bilateral $=,083$, Ciencias). Cabe señalar que los valores de significación son mayores pero cercanos al nivel mínimo requerido para determinar que existen diferencias (Sig. bilateral $< ,05$).

Afectos positivos y negativos

Cuadro 14.: Afectos positivos y negativos

	A. Positivos			A. Negativos			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
PANAS	306	3,12	,64	306	2,4	,74	12,175	,000

Los participantes habrían sentido afectos positivos con mayor frecuencia que sentimientos negativos, durante el mes anterior a la realización de la prueba. El promedio de los primeros se ubica ligeramente por encima del punto medio de la escala ($M=3,1$) mientras que la media correspondiente a los afectos negativos descendería por debajo de éste ($M=2,4$).

De manera específica, la frecuencia de experimentar afectos positivos entre los varones y mujeres así como entre los estudiantes de Letras y Ciencias sería similar. ($t=,988$, Sig. bilateral $=,324$, Sexo; $t=-1,65$, Sig. bilateral $=,869$, EEGG). Tampoco se observan diferencias según sexo dentro del área de Letras.

Cuadro 15.: Afectos Positivos según sexo en EEGCC

	Varones			Mujeres			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Afectos Positivos	118	3,2	,64	35	2,8	,54	3,208	,002

Sin embargo, como se aprecia en el Cuadro 15, se observan diferencias significativas - respecto a los afectos positivos - al interior del área de Ciencias. Los varones experimentarían sentimientos positivos con mayor frecuencia que las mujeres.

En el caso de los afectos negativos, la media se encuentra por debajo del punto medio de la escala ($M=2,4$). No existe ninguna diferencia significativa entre los segmentos evaluados. ($t=-1,029$, Sig. bilateral $=,304$, Sexo; $t=-,657$, Sig. bilateral $=,512$, EEGG). Asimismo, el comportamiento es similar entre los varones y las mujeres en el interior de las áreas académicas ($t=-,665$, Sig. bilateral $=,507$, Letras; $t=-1,166$, Sig. bilateral $=,245$, Ciencias).

Bienestar Subjetivo (puntaje agregado)

En general, los participantes tienden a estar felices. El promedio de la satisfacción con la vida y de los afectos positivos se encuentra por encima del punto medio de la escala mientras que los afectos negativos evidencian un promedio por debajo de éste.

Para poder comparar el nivel del bienestar subjetivo entre las distintas muestras se expondrán los valores del puntaje agregado de esta variable. El bienestar subjetivo sería similar, entre varones y mujeres así como entre estudiantes de Letras y Ciencias ($t=,636$, Sig. bilateral $=,525$, Sexo; $t=-,651$, Sig. bilateral $=,515$, EEGG). Al igual que los resultados de sus componentes, el bienestar no presentaría diferencias significativas según sexo y área académica de pertenencia.

Por otro lado, al examinar el comportamiento dentro de EEGLL, se observa que tanto hombres como mujeres presentan similares puntajes ($M =-,06$ y $M =,13$, hombres y mujeres respectivamente; $t =-1,240$, Sig. bilateral $=,217$, Letras).

Cuadro 16.: Bienestar Subjetivo (agregado) según sexo en EEGGCC

	Varones			Mujeres			t	Sig. Bilateral
	n	M	DE	n	M	DE		
Bienestar Subjetivo (pje Z)	118	,088	,95	35	-,45	,95	2,976	,003

Las diferencias significativas aparecen al indagar si existen puntajes distintos según el sexo de quienes pertenecen al área de Ciencias. Al igual que en la variable de afectos positivos, los hombres de EEGGCC evidencian mayor bienestar subjetivo que las mujeres.



5.3 Correlaciones entre variables

Cuadro 17.: Correlaciones entre variables

		Comparación social	PANAS Positivo	PANAS Negativo	Satisfacción con la vida (reescalado)	Bienestar subjetivo (agregado)
Comparación social	<i>r</i>	1	-,069	,262(**)	-,196(**)	-,249(**)
	<i>Sig.bilateral</i>	,	,228	,000	,001	,000
	<i>n</i>	306	306	306	305	306
Bienestar Subjetivo (agregado)	<i>r</i>	-,249(**)	,721(**)	-,602(**)	,798(**)	1
	<i>Sig.bilateral</i>	,000	,0	,000	,000	,
	<i>n</i>	306	306	306	305	306
PANAS Positivo	<i>r</i>	-,069	1	-,059	,471(**)	,721(**)
	<i>Sig.bilateral</i>	,228	,	,304	,000	,000
	<i>n</i>	306	306	306	305	306
PANAS Negativo	<i>r</i>	,262(**)	-,059	1	-,214(**)	-,602(**)
	<i>Sig.bilateral</i>	,000	,304	,	,000	,000
	<i>n</i>	306	306	306	305	306
Satisfacción con la vida (reescalado)	<i>r</i>	-,196(**)	,471(**)	-,214(**)	1	,798(**)
	<i>Sig.bilateral</i>	,001	,000	,000	,	,000
	<i>n</i>	305	305	305	305	305
Identificación hacia arriba	<i>r</i>	,142(*)	,169(**)	-,088	,101	,169(**)
	<i>Sig.bilateral</i>	,013	,003	,126	,077	,003
	<i>n</i>	306	306	306	305	306
Identificación hacia abajo	<i>r</i>	,111	,024	,142(*)	-,192(**)	-,147(*)
	<i>Sig.bilateral</i>	,052	,678	,013	,001	,010
	<i>n</i>	306	306	306	305	306
Contraste hacia arriba	<i>r</i>	,285(**)	-,099	,295(**)	-,280(**)	-,318(**)
	<i>Sig.bilateral</i>	,000	,084	,000	,000	,000
	<i>n</i>	306	306	306	305	306
Contraste hacia abajo	<i>r</i>	,297(**)	,065	,117(*)	-,052	-,049
	<i>Sig.bilateral</i>	,000	,259	,041	,363	,390
	<i>n</i>	306	306	306	305	306

Al analizar las correlaciones entre las variables observadas, aparece una relación negativa entre el nivel de orientación a la comparación social y el bienestar subjetivo de los participantes. Así, quienes más se comparan tendrían menor bienestar o viceversa.

En este sentido, la comparación social también se relaciona con los componentes del bienestar subjetivo. A mayor orientación hacia la comparación social, existiría menor satisfacción con la vida o viceversa. En el caso de los afectos negativos, la relación sería positiva. Mientras exista mayor orientación a comparación social, la presencia de afectos negativos sería más frecuente o viceversa. No se presentan correlaciones significativas entre los afectos positivos y la comparación social.

Por otro lado, la interpretación de la comparación social se relacionaría con el bienestar de las personas. Así, la identificación hacia arriba presenta una correlación positiva y significativa con la escala de afectos positivos. Por el contrario, la identificación hacia abajo y el contraste hacia arriba se vinculan con la presencia de afectos negativos. Asimismo, estos últimos estarían inversamente relacionados con la satisfacción con la vida. Según estos resultados, el identificarse con grupos o personas en mejor situación que uno se relaciona con los afectos positivos mientras que enfocarse en los parecidos que existirían con personas que se encuentran mal o en las diferencias con quienes sí logran mejores condiciones se vincula con la presencia de sensaciones negativas.

De manera específica, existen relaciones dentro de los componentes del bienestar subjetivo. La satisfacción con la vida se vincula con los afectos positivos y, de manera inversa, con los afectos negativos. El experimentar sensaciones positivas y satisfacción de vida está altamente vinculado con el nivel de bienestar subjetivo. Asimismo, la presencia de afectos negativos se relaciona negativamente con el bienestar.

6. DISCUSIÓN

En este capítulo comentamos los resultados de la investigación en función de la teoría presentada inicialmente. En primer lugar, se observará la confiabilidad de las escalas utilizadas. Seguidamente analizaremos las relaciones entre los constructos, los segmentos involucrados y las diferencias percibidas así como las posibles consecuencias de éstas.

Los instrumentos

Los dos constructos principales de esta investigación son: la comparación social y el bienestar subjetivo. En el caso de la comparación social existen cuatro procesos: la identificación hacia arriba y hacia abajo así como el contraste en ambas direcciones. Por otro lado, el bienestar subjetivo consta de la satisfacción de vida como componente cognitivo mientras que los afectos positivos y negativos conforman su componente afectivo. Para cada constructo se utilizó una escala específica y se evaluó la confiabilidad de las mismas mediante el coeficiente de Alpha de Cronbach. Se encontró que todas las escalas serían confiables.

En el caso del INCOM (*Iowa – Netherlands Comparison Orientation Measure*, de Buunk y Gibbons, 1999), instrumento utilizado para medir la Orientación a la Comparación Social, el coeficiente de Alpha de Cronbach en este estudio es de .78. Tal valor es similar a la confiabilidad identificada en la muestra original y en veintidós muestras distintas, entre norteamericanas y holandesas. Entre ellas, diez muestras de estudiantes universitarios (Buunk y Gibbons, 1999).

De igual modo, las escalas de identificación hacia arriba, identificación hacia abajo, contraste hacia arriba y contraste hacia abajo son confiables. Los valores de sus coeficientes oscilan entre

.83 y .89. Investigaciones anteriores han demostrado que la confiabilidad de estas escalas es alta (Van der Zee y cols.,1999; Van der Zee y cols., 2000 En Frieswijk y cols.,2004; Frieswijk y cols., 2004).

Para medir el bienestar subjetivo, se aplicó la escala PANAS (*Positive Affective Negative Affective Schedule* de Watson, Tellegen y Clark, 1988) y la escala de Satisfacción con la Vida (SWLS de Diener y cols., 1985). Los coeficientes de Alpha de Cronbach fueron de .78 y .85, respectivamente. Tales valores se encuentran dentro de los rangos de confiabilidad identificados en muestras de estudiantes universitarios pertenecientes a cuatro países: Estados Unidos de América, China, Sur Korea y Taiwán (entre .60 y .83, PANAS; entre .75 y .81, SWLS En Sheldon y cols., 2004). Inclusive la SWLS presentaría, en esta investigación, un coeficiente de Alpha de Cronbach ligeramente superior que el encontrado en tales naciones. Asimismo, la confiabilidad de esta escala es similar que la expuesta por Ly (2004) en una muestra de adultos limeños.

Es preciso mencionar que la escala de Satisfacción con la Vida se ha utilizado en diferentes muestras peruanas (p.e. Ly, 2004; Alarcón, 2001) así como en estudios latinoamericanos con estudiantes universitarios (p.e. Casullo, 2000 en Argentina; Cuadra y Fiorenzano, 2003 en Chile). Es una escala utilizada internacionalmente y diferentes estudios han demostrado su validez y fiabilidad (Diener y cols., 1985; Diener, Larsen y Emmons, 1985; Diener y Larsen, 1991; Castro Solano, 1999, 2000 En Casullo, 2000; Scott y Isaacwitz, 2002).

Probablemente sería la primera vez que los instrumentos utilizados - con excepción de la SWLS - se apliquen en muestras peruanas o incluso latinoamericanas pues no se ha encontrado bibliografía que evidencie lo contrario. De ser el caso, es grato ratificar la confiabilidad de estas escalas en una muestra distinta a las aplicadas anteriormente.

En suma, las escalas utilizadas son confiables y los coeficientes identificados en la presente investigación son similares a los registrados en diferentes naciones. Éstas constituyen herramientas importantes para ampliar el conocimiento de los constructos en cuestión y presentar diversas perspectivas hacia éstos, principalmente, si la mayoría de estudios han sido realizados en países que no son latinoamericanos o que tienen mayor desarrollo. Queremos presentarles estos instrumentos y motivar su uso.

Los constructos

Entre los dos constructos evaluados, el bienestar subjetivo es el único que estaría formado por componentes medidos a través de escalas independientes. Según los resultados del presente estudio, las correlaciones entre ambos - constructo y componentes - concordarían con la teoría presentada inicialmente. El bienestar subjetivo se relaciona positivamente con la satisfacción de vida y los afectos positivos mientras que evidencia una correlación inversa con los sentimientos negativos. Precisamente, estos resultados coincidirían con - y podrían ratificar - el concepto teórico señalado en Cuadra y Fiorenzano (2003): el bienestar subjetivo se formaría a partir de un mayor nivel de afectos positivos y satisfacción con la vida e implicaría una menor presencia de afectos negativos.

En esta investigación, además de identificar el grado de comparación social y bienestar subjetivo que presentan los estudiantes de una universidad privada de Lima, se indagó si existe o no alguna relación entre tales variables. Efectivamente, ambas se relacionan entre sí.

La comparación social se relacionaría con el bienestar subjetivo de manera inversa. Así, a mayor nivel de orientación a la comparación social, menor bienestar subjetivo existiría, o viceversa. La

comparación social tendría efectos en el bienestar subjetivo, así como éste podría tenerlos en el proceso de comparación que vivenciamos (Sig. Bilateral =,000).

Los efectos en el bienestar subjetivo dependerán de la dirección e interpretación de la comparación social que experimentemos. Nuestro bienestar podría incrementarse positivamente si nos concentramos en los parecidos con nuestros modelos exitosos. Por el contrario, tanto nuestra satisfacción como el bienestar general se afectarían si sólo nos enfocáramos en cuán diferentes somos respecto a los se encuentran mejor que nosotros o en las similitudes que tengamos con quienes se encuentran en peores condiciones.

La relación entre ambas variables también se manifiesta en las correlaciones entre la comparación social y los componentes del bienestar subjetivo. La comparación social se relaciona positivamente con la vivencia de afectos negativos y, negativamente, con la satisfacción con la vida. Nuestra orientación a compararnos socialmente podría incrementar la experiencia de sentimientos negativos y disminuir la satisfacción con la vida y, por lo tanto, el bienestar subjetivo o viceversa.

Inclusive, al observar los cuatro procesos de la comparación social, vemos que - al igual que el constructo general - se relacionan con el bienestar subjetivo. Identificamos dos tipos de relación: directa o indirecta. La identificación y el contraste hacia arriba se relacionan directamente con el bienestar subjetivo mientras que la identificación hacia abajo, al relacionarse de manera inversa sólo con uno de los componentes del constructo - la satisfacción con la vida -, poseería una relación indirecta con éste. De manera específica, los procesos de la comparación social - con excepción del contraste hacia abajo - estarían relacionados también, directa o indirectamente, con el bienestar subjetivo.

A través de la presente investigación, mostramos los diferentes procesos de comparación social y sus efectos correspondientes, positivos o negativos. Si bien la comparación social es un impulso fundamental en el ser humano, éste como tal es capaz de tomar conciencia de ello, ampliar su ámbito de comparación y reflexionar sobre las consecuencias que la dirección y la interpretación de este constructo podrían ocasionarle. Por lo tanto, es necesario e importante saber que la identificación hacia arriba contribuiría con el bienestar mientras que la identificación hacia abajo y el contraste hacia arriba lo afectarían.

Por otro lado, consideramos que es posible decidir la realización o no de acciones para cambiar una determinada situación. En nuestra opinión, es posible tomar actitudes o posturas activas o pasivas ante los efectos de la comparación social. Esto nos motiva a especular que la realización de acciones para revertir los efectos de la identificación hacia abajo, por ejemplo, podría repercutir en mejoras de nuestro bienestar. De lo contrario, si asumimos posturas pasivas en casos como éste, probablemente se afiancen los efectos de sentir que podríamos empeorar o parecernos a quienes se encuentran en inferiores condiciones. Aunque la personalidad de cada ser humano es distinta y la decisión de asumir una postura activa o pasiva depende de cada cual, consideramos relevante dar a conocer las posibilidades que uno tiene para incrementar - o no - su propio bienestar.

Por ejemplo, si una persona aprueba con dificultad un curso, podría enfocarse en el parecido que tiene con los que tienen notas menores, sentir que desaprobó la asignatura, no tomar acción ante ello y esperar a llevar el curso en el siguiente semestre -postura pasiva- o matricularse en cursos de soporte o reforzamiento, -postura activa-.

En general, es necesario a futuro realizar los análisis correspondientes en investigaciones concluyentes para poder determinar la dirección de la interacción entre la comparación social y el

bienestar subjetivo con sustento estadístico. En este sentido, es preciso hacer referencia a los hallazgos de Stiles y Kaplan (2004) quienes señalan que los afectos negativos podrían ser un antecedente de la comparación social aunque, podrían ser también consecuencias de tal constructo.

Asimismo, sería interesante incluir otras variables que estarían relacionadas con los constructos como por ejemplo el estrés, la autoestima, la tolerancia a la frustración, entre otros. Algunas investigaciones señalan la relación entre ellas (Buunk y Gibbons, 1999) y además, creemos que estarían presentes dentro de un ambiente universitario donde la evaluación es continua.

Los segmentos evaluados

En general, hemos apreciado que habría cierta tendencia a la comparación social entre los participantes.

Los varones estarían orientados hacia la comparación social en la misma medida que las mujeres. Sin embargo, la diferencia aparece en la dirección y la interpretación de este constructo. Si bien prima, en general, la identificación hacia arriba, las mujeres tenderían a identificar los parecidos que tendrían con modelos exitosos mientras que los hombres se enfocarían en las similitudes con personas que están peor que ellos, en mayor medida que el género femenino. Ellas mirarían “hacia arriba”, mientras que ellos, “hacia abajo”.

De igual modo, encontramos diferencias según el área académica de estudio. Al parecer, los participantes tendrían un perfil diferente según el área de estudios que han elegido. Quienes van al área de Ciencias, estarían más orientados a compararse socialmente. Se identificarían hacia abajo y se contrastarían hacia arriba con mayor frecuencia que quienes desean seguir carreras de Letras.

Así, los estudiantes de Ciencias, además de ver los parecidos con quienes están en peores condiciones, se concentrarían en las diferencias que tendrían con sus referentes exitosos. Por el contrario, sus pares de Estudios Generales Letras, optarían - al igual que las mujeres - por identificarse con quienes se encuentran mejor que ellos.

El indicador que más llamaría la atención es que los participantes de Estudios Generales Ciencias son quienes más tienden a compararse y más alto puntúan en los dos procesos que forman parte de la interpretación negativa de la comparación social: la identificación hacia abajo y el contraste hacia arriba. Al identificar similitudes con modelos que están peor que uno aparecería en estos estudiantes la amenazante toma de conciencia de que es posible empeorar mientras que, al contrastarse hacia arriba, percibirían frecuentemente que están en peores condiciones que los otros. Los efectos serían negativos. Más aún, si observamos que estos procesos - sobre todo la comparación social en general y el contraste hacia arriba - están relacionados negativamente con el bienestar subjetivo.

En este sentido, es necesario evaluar las variables situacionales que podrían estar causando tales resultados. Probablemente la competitividad y el estrés son mayores en el área de Ciencias. Inclusive, quizás las relaciones interpersonales se producen de manera diferente que en el área de Letras. Estas variables pueden constituir temas de futuras investigaciones para determinar qué influye en la comparación social y en sus diferentes interpretaciones. De esta manera, se facilitaría la creación de líneas de acción más concretas para fomentar el bienestar de los estudiantes.

Dentro del área de Ciencias, quienes evidencian los resultados menos positivos son las mujeres. Ellas presentarían mayores niveles de contraste hacia arriba y, significativamente, menor bienestar subjetivo y afectos positivos que sus pares varones. Probablemente, a las alumnas de esta área les

suponga mayor dificultad el sobresalir o adaptarse dentro de un ambiente primordialmente masculino. En Ciencias, a diferencia de los Estudios Generales Letras donde la distribución según sexo es homogénea, los hombres constituyen casi el 80% de su población.

Estos resultados nos conducen a sugerir que sería necesario realizar el perfil de los estudiantes según el área académica e identificar sus necesidades. Se podría conocer las diferencias o particularidades de cada segmento y dirigir las acciones de mejora con mayor precisión.

Asimismo consideramos pertinente dar a conocer a los estudiantes en general las diversas formas de comparación y sus efectos. Al intentar que tomen conciencia del proceso, de la postura activa o pasiva que pueden adoptar ante la comparación social así como de motivar su interpretación positiva, creemos que es posible colaborar con el desarrollo del bienestar subjetivo de los estudiantes universitarios.

Por otro lado, queremos analizar nuestros resultados correspondientes al bienestar subjetivo respecto a otras investigaciones. En este estudio, los participantes en general, sentirían bienestar y estarían satisfechos con sus vidas. No hay diferencias entre segmentos, salvo en el caso de las mujeres de Ciencias. La tendencia es similar respecto a la identificada por Alarcón (2001) pero distinta que la identificada por Ly (2004), ambas investigaciones peruanas.

La muestra de Alarcón (2001) está compuesta por estudiantes universitarios de nivel socioeconómico (NSE) medio mientras que Ly (2004) considera a adultos, tanto de NSE medio como bajo. En estas investigaciones, la edad y el NSE son diferentes. La teoría señala que la primera variable no influenciaría determinadamente en la satisfacción, por lo que nos inclinamos a suponer que, en los casos presentados, el NSE ocasionaría las diferencias en este constructo.

Al comparar nuestros resultados con los de Sheldon y cols. (2004), los estudiantes de una universidad privada de Lima tendrían mayor bienestar que sus pares universitarios en los países de Sur Korea, Taiwán y, probablemente, China. En estas naciones se experimentaría mayor cantidad de afectos negativos y menor satisfacción con la vida. Podríamos explicar tales resultados recordando que las culturas asiáticas estarían predispuestas a recordar tanto elementos buenos como malos, a diferencia de los latinos que le brindarían mayor importancia a los aspectos positivos (Diener y Biswas Diener, 2000). Por el contrario, los estudiantes de Estados Unidos tendrían mayor bienestar subjetivo.

Mediante los resultados y discusión expuestos, queremos responder - y aunarnos - al llamado de los investigadores del bienestar subjetivo y la comparación social (Diener y Biswas-Diener, 2000; Reis-Bergan y cols., 2000; Suls, Martín y Wheeler, 2002; Frieswijk y cols., 2004; Ly, 2004; entre otros) convocando a nuevos autores a seguir investigando, sobre todo en diferentes muestras – como pueden serlo, las naciones en vías de desarrollo -, para colaborar con el desarrollo de estos constructos.

Asimismo, con esta investigación deseamos colaborar con la creación de líneas de acción en pro del bienestar de los estudiantes universitarios. Consideramos que en primer lugar se debería comentar a quien corresponda (p.e. responsables de área, encargados de orientación del estudiante) las diferencias que existirían entre ambas unidades académicas, tomando en cuenta los resultados como aproximaciones a la realidad. Habría que observar el por qué de tales diferencias e indagar qué se puede hacer para incrementar el bienestar de los estudiantes, especialmente de las mujeres de EEGCC. Motivamos la realización de investigaciones concluyentes para afirmar estadísticamente tales diferencias.

Luego, es relevante dar a conocer a los alumnos las diferentes formas de comparación social que existen, sus efectos y la relación con el bienestar subjetivo. Debemos comunicarles que pueden ampliar su ámbito de comparación, que es posible tomar conciencia de los efectos que la interpretación de la comparación social genera y tomar una postura activa o pasiva ante ellos. Asimismo, es importante promover el conocimiento de los componentes de la interpretación positiva de la comparación social. Los alumnos deben saber con claridad que se puede mirar hacia otros lados y actuar para mejorar. Habría que evaluar cuáles son los canales más adecuados para comunicar esta información.

De la misma forma, sugerimos realizar un diagnóstico según área académica. Éste debería incluir el perfil de los estudiantes, así como las variables situacionales particulares de cada área. En el primer caso, se podrían observar variables de personalidad (p.e. autoestima, sociabilidad) así como de estilos de vida (p.e. realizar actividades extracurriculares). El rendimiento académico probablemente constituye también un factor relevante en la medición de estos constructos. Por otro lado, las variables situacionales a considerar pueden ser el estrés, la competencia entre los alumnos, la exigencia académica, las relaciones con los profesores, la motivación de logro, entre otros. Hay algunos autores que trabajan estas variables, por ejemplo, Brenninkmeijer, VanYperen y Buunk (2000) consideran al estrés en sus investigaciones; Blanton, Crocker y Miller (2000) y Vohs y Todd (2004) incorporan a la autoestima mientras que Huguet y cols. (2001) investigan sobre el impacto en el desempeño. Motivamos su inclusión en el desarrollo de futuros estudios para entender mejor las relaciones que podrían presentar con la comparación social y el bienestar subjetivo. Se podría indagar cuál es la dirección de la relación entre estas variables e, incluso, si existe causalidad entre ellas.

Finalmente, queremos compartir la afirmación de Brenninkmeijer, VanYperen y Buunk (2000):

“La comparación social debe pasar de ser una fuente de estrés a convertirse en una herramienta para el fortalecimiento o realce del self”. En suma, a través de esta investigación, se busca contribuir con el desarrollo de los estudiantes y de las personas en general.



BIBLIOGRAFÍA

Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, genero, edad y estado conyugal. *Revista de Psicología de la PUCP*, Vol XIX, 1.

Brenninkmeijer, V; VanYperen, N.W. y Buunk, B. (2000). *Burnout, social comparison orientation and the affective consequences of social comparison information*. Manuscript submitted for publication.

Buunk, B.y Ybema, J. (1997). Social comparison and ocupational stress: The identification - contrast model. En B.P. Buunk & F.X. Gibbons (Eds). *Health, coping and well – being : Perspectives from social comparison theory*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Buunk, B. y Gibbons, F.(1999) Individual differences in Social Comparison: Developmnet of a Scale of Social Comparison Orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol, 76, 1, 129- 142.

Buunk, B. y Van der Laan, V. (2002). Do women need female role models? Subjective social status and the effects of same-sex and opposite sex comparisons. *Revue Internationale de Psychologie Sociale* 2002. Num 3- 4; 129-155.

Casullo, M. y Castro, A. (2000) Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*. Vol XVIII, No. 1, 36-68.

Cuadra, H. y Fiorenzano, R. (2003) El bienestar subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*. Vol XII, No. 1, 83-96.

Diener, E. (2000) Subjective well – being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*. 55; 334-343.

Diener, E (2000) *Satisfaction with life scale cutting edge*. University of Illinois Pacific University. Recuperado el 01 de octubre del 2004, de <http://www.psych.uiuc.edu/ediener/>

Diener, E. y Biswas – Diener, R. (2000) *New directions in Subjective Well – Being Research: The cutting edge*. University of Illinois Pacific University. Recuperado el 01 de octubre del 2004, de <http://www.psych.uiuc.edu/ediener/>

Diener, E. y Lucas, R. (2000) Subjective Emocional Well – Being. Capitulo en M. Lewis & J. M. Havilando (Eds) (2000). *Handbook of Emotions* , 2da ed, New York: Guilford. 325 – 337.

Diener, E. Oishi, S. y Lucas, R. (2003). Personality, culture, and subjective web – being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.

Frieswijk, N., Buunk, B., Steverink,N., Slaets, J. (2004). The interpretation of social comparison and its relations to life satisfaction among elderly people: Does frailty make a difference?. *Journal of Gerontolog: Psychological Sciences*. Vol 59B, 250-257.

García, S. (2004) *Social comparison on the Cruve of Success: Differential Satisfaction with Disadvantageously Unequal Payoffs*. Ford School of Public Policy, University of Michigan and Avshalom Tor, Olin Center of Law, Economics and Business, Harvard University. Recuperado el 10 de octubre, de http://www.npc.umich.edu/opportunities/research_grants/garcia04/index.shtml.

Goethals, George R. (2000). *Social comparison and peer effects at an elite college*. Discussion Paper No. 55. Williams Project on the Economics of Higher Education. Denison Gablehouse. Williams College. Williamstown, MA 0120.

Hart B., Crocker, J. y Miller T. (2000). The Effects of In-Group versus Out-Group Social Comparison on Self-Esteem in the Context of a Negative Stereotype. *Journal of Experimental Social Psychology* 36, 519–530.

Vohs, K. y Todd F. (2004) Ego Threat Elicits Different Social Comparison Processes Among High And Low Self-Esteem People: Implications For Interpersonal Perceptions. *Social Cognition*, Vol. 22, No. 1, 168-191

Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (1998). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill, México D.F., 2da ed. 501p.

León, Ramón (1998). Situaciones de comparación social y afectos negativos en universitarios: un reporte de investigación. En: *Persona* (1), 163-177.

Ly, G. (2004) *Atribuciones causales de la satisfacción con la vida en un grupo de adultos de Lima*. Tesis para optar el grado de Licenciado en Psicología con mención en Psicología Clínica. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, 135p.

Mc Sweeney Arent, P. (2003). *Exploring the use of social comparison by individuals recovering from traumatic brain injury*. Doctor of Philosophy, Ohio States University. Dissertation presented in Partial Fulfillment of the Requirements for The Degree Doctor of Philosophy in the Graduate School of the Ohio State University. p89 Recuperado el 15 de setiembre en <http://www.ohiolink.edu/etd/view.cgi?osu1058809047>

Moreno, E. (2002). *Tratamiento de datos en la investigación psicológica con SPSS*. Programa de doctorado del departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento. Departamento de Metodología. Facultad de Psicología. Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), España. Material de consulta en la Unidad Técnica de Calidad de la Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla. España.

Huguet, P., Dumas, F., Monteil, J. y Genestoux, N. (2001). Social comparison choices in classroom: further evidence for students' upward comparison tendency and its beneficial impact on performance. *European Journal of Social Psychology*. 31, 557-578

Reis-Bergan, Gibbons, Gerrard y Ybema, J. (2000). The impact of reminiscence on socially active elderly women's reactions to social comparisons. *Basic and applied Social Psychology*, 22 (3), p225-236.

Richenson, N. (2002). *The use of subjective well-being as an outcome measure in therapeutic recreation. Paper* presentado en el VI Simposio Internacional de Recreación Terapéutica. Universidad de Missouri.

Sagiv, L. y Schwartz, S. (2000). Value priorities and subjective well – being: direct relations and congruity effects. *European Journal of Social Psychology*. 30, 177-198.

Scott, B. y Isaacwitz, D. (2002). Does Subjective Well-Being increase with age? *Perspectives in Psychology*, Primavera, 20-p26.

Sheldon, K., Elliot, A., Ryan, R., Chirkov, V., Kim, Y., Wu, C., Demir, M., Sun, Z. (2004). Self-concordance and subjective well-being in four cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. Vol 35, No.2, Marzo, 209-233.

Stiles, Beverly y Kaplan, Howard (2004). Adverse social comparison processes and negative self-feelings: A test of alternative models. *Social Behavior and Personality*. Vol 32, No.1, 31-44.

Suls, J; Martin, R; Wheeler, L (2002). Social comparison: Why, with whom, and with what effect? *Current directions in psychological science*. Vol 11, No. 5, Octubre. 159-163.

Van der Zee, K; Buunk, B; DeRuiter, J; Tempelaar, R; VanSonderen, E; Sanderman, R. (1996). Social comparison and the Subjective Well Being of Cancer Patients. *Basic and Applied Social Psychology*, 18 (4), 453-468.

Van der Zee, K; Buunk, B; Sanderman, R; Botke, G; Van den Bergh, F (1999). The big five and identifications – contrast processes in social comparison in adjustment to cancer treatment. *European Journal of Personality*. 13, 307-326.

Van der Zee, K; Buunk, B; Sanderman, R; Botke, G; Van den Bergh, F (2000). Social comparison and coping with cancer treatment. *Personality and Individual Differences*. 28, 17-34.

Anexo A : Instrumento



Estimado(a) colaborador (a):

Este cuestionario es la forma en que las personas se ven a sí mismas y a los demás. Se ha desarrollado en colaboración con la Universidad de Groningen (Holanda) y la Universidad de Valencia (España) para aprender más sobre cómo estudiantes en general piensan de sí mismo y de su carrera. Asimismo, es parte de una tesis de licenciatura de la especialidad de Psicología de la PUCP.

Para conseguir estos objetivos hemos elaborado el cuestionario que adjuntamos, el cual nos permitirá conocer sus opiniones al respecto. Este cuestionario es absolutamente anónimo. Usted no tendrá que indicar su nombre, ni firmarlo y sus respuestas únicamente serán objeto de análisis estadísticos de carácter general. Por todo ello, usted puede responder con toda sinceridad a las preguntas que le formulamos.

Para contestar las preguntas sólo tiene que seguir las indicaciones que aparecen al principio de cada parte y elegir la alternativa de respuesta que refleje del modo más preciso su opinión. No hay respuestas buenas o malas. Una vez contestado el cuestionario, por favor entréguelo a la persona encargada.

Por favor, cualquier duda o interrogante sobre el cuestionario, pregúntele a la persona encargada en su aula.

Su colaboración es muy importante. Valoramos en gran medida la colaboración que nos presta y se la agradecemos por anticipado. Gracias por su participación.

Primeramente queremos saber unos datos generales:

Sexo: Masculino 1 Femenino 2
 Edad: años
 EEGG: Letras 1 Ciencias 2
 Año de ingreso a la universidad: _____
 Carrera que desea seguir: _____

La mayoría de la gente se compara de vez en cuando con otros. Por ejemplo, pueden comparar sus sentimientos, opiniones, capacidades y/o su situación con los de otras personas. No hay nada particularmente bueno o malo en este tipo de comparación y algunas personas lo hacen con mayor frecuencia que otras.

Nos gustaría conocer la frecuencia con que usted se compara con otros. Por ello, indíquenos, por favor, en qué medida está de acuerdo con cada una de las frases que le presentamos a continuación.

P1. A menudo comparo cómo actúan mis seres queridos (novio/a, familia, etc.) en relación a cómo lo hacen otras personas

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P2. Siempre pongo mucha atención a la forma en que hago las cosas y la comparo con la forma en que las hacen los demás

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P3. Si quiero averiguar lo bien que estoy haciendo algo, comparo lo que he hecho con lo que han hecho los otros

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P4. A menudo comparo cómo me estoy desarrollando socialmente (p.e.: relacionarme con las personas, popularidad) en relación a otras personas

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P5. No soy una persona que se compara frecuentemente con otras

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P6. A menudo, me comparo con otros respecto a lo que he conseguido en la vida

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P7. A menudo, me gusta hablar con otros sobre opiniones y experiencias mutuas

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P8. A menudo, trato de averiguar lo que otros piensan cuando afrontan problemas parecidos a los míos

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P9. Siempre me gusta saber lo que harían otras personas en mi lugar

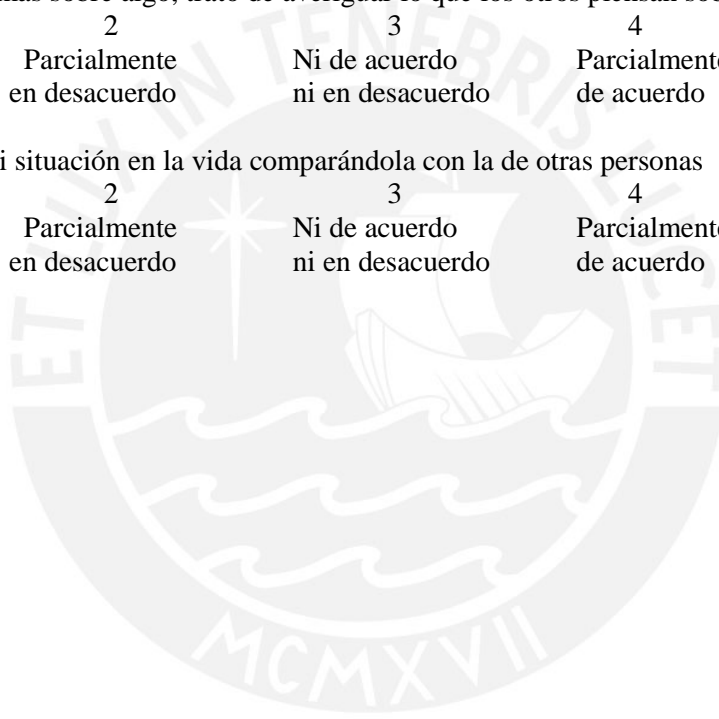
1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P10. Si quiero aprender más sobre algo, trato de averiguar lo que los otros piensan sobre ello

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo

P11. Nunca considero mi situación en la vida comparándola con la de otras personas

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Muy de acuerdo



En nuestra vida diaria, solemos valorar lo que hacemos o nuestra situación comparándonos con los demás (amigos, familiares, compañeros de trabajo, etc.). Así, por ejemplo, si nos encontramos con una persona que hace tiempo que no veíamos y nos cuenta cómo le ha ido, a veces podemos valorar si a nosotros nos ha ido mejor, igual o peor en función de la situación de esa persona. Estas valoraciones no son buenas ni malas, sino sólo una forma de evaluar nuestra situación.

Le vamos a presentar una serie de pensamientos o sentimientos que se refieren a cómo reacciona usted al encontrarse con otros estudiantes parecidos a Ud. Marque la alternativa que mejor define las veces que usted piensa o siente cada una de las afirmaciones que le describimos. No existen respuestas correctas o incorrectas sólo nos interesa saber cómo se siente o qué piensa usted.

☒ Estas primeras seis afirmaciones expresan lo que uno siente o piensa sobre otros estudiantes que hacen todo *mejor* que usted, que parecen hacerlo todo bien, que parecen brillantes, y que siempre obtienen buenas notas. Por favor, trata de pensar, por un rato, sobre estudiantes que son de esa forma. Ahora, teniendo esos estudiantes en mente contesta las siguientes preguntas.

Cuando pienso en otros que están MEJOR que yo....

P12. Cuando veo a otros en mejor estado que el mío, me alegra imaginar que yo también puedo mejorar.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P13. Me alegra saber que yo también podré ir bien.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P14. Tengo esperanzas de que yo también podré ir a mejor.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P15. Me siento asustado al notar que yo no estoy tan bien.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P16. Me siento disgustado por mi propia situación.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P17. Cuando me encuentro con otros que están en mejor estado que el mío, me doy cuenta de que no estoy tan bien y eso me deprime.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

☒ Las seis afirmaciones siguientes expresan lo que uno siente o piensa sobre otros estudiantes que hacen todo *peor* que usted, que parecen hacer todo mal, que parecen no ser brillantes y que siempre obtienen mala notas. Por favor, trata de pensar, por un rato, sobre estudiantes que son de esa forma. Ahora, teniendo esos estudiantes en mente contesta las siguientes preguntas.

Cuando pienso en otros que están PEOR que yo....

P18. Tengo miedo de que yo vaya a empeorar más.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P19. Pienso que yo podría estar así en el futuro.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P20. Tengo miedo de que yo también pueda estar así.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P21.Me alegra que yo no esté tan mal.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P22.Me siento aliviado por mi propia situación.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

P23.Me doy cuenta de que estoy bastante bien.

1. Nunca 2. Rara vez 3. De vez en cuando 4. A menudo 5. Muy a menudo

A continuación, le presentaremos una serie de palabras que describen diferentes sentimientos y emociones. Lea cada ítem y luego circule la respuesta que considere más apropiada. Por favor, indique en qué medida Ud. se ha sentido de esa manera durante el último mes.

Use la siguiente escala para dar su respuesta:

(1) = Ligeramente o nada en absoluto (2) = Un poco (3) = Moderadamente (4) = Bastante (5) = Extremadamente

En el último mes en qué medida Ud. se ha sentido...

	Ligeramente o nada en absoluto	Un poco	Moderadamente	Bastante	Extremadamente
P24.Interesado	1	2	3	4	5
P25.Angustiado	1	2	3	4	5
P26.Emocionado	1	2	3	4	5
P27.Disgustado	1	2	3	4	5
P28.Fuerte	1	2	3	4	5
P29.Culpable	1	2	3	4	5
P30.Asustado	1	2	3	4	5
P31.Hostil	1	2	3	4	5
P32.Entusiasta	1	2	3	4	5
P33.Orgulloso	1	2	3	4	5
P34.Irritable	1	2	3	4	5
P35.Alerta	1	2	3	4	5
P36.Avergonzado	1	2	3	4	5
P37.Inspirado	1	2	3	4	5
P38.Nervioso	1	2	3	4	5
P39.Decidido	1	2	3	4	5
P40.Atento	1	2	3	4	5
P41.Inquieto	1	2	3	4	5
P42.Activo	1	2	3	4	5
P43.Temeroso	1	2	3	4	5

Ahora, le presentamos cinco afirmaciones con las que puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Utilizando la escala que le presentamos a continuación, donde 1 es “muy en desacuerdo” y 7 es “Muy de acuerdo”, indique qué tan de acuerdo o en desacuerdo está con cada frase. Por favor, circule la respuesta que considere más apropiada.

Use la siguiente escala para dar su respuesta

(1) =	(2) =	(3) =	(4) =	(5) =	(6) =	(7) =
Muy en desacuerdo.	En desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	De acuerdo.	Muy de acuerdo

P44. Generalmente mi vida esta muy próxima a mis ideales.

1 2 3 4 5 6 7

P45. Las condiciones de mi vida son excelentes.

1 2 3 4 5 6 7

P46. Estoy satisfecho(a) con mi vida.

1 2 3 4 5 6 7

P47. Hasta ahora, he tenido las cosas importantes que deseo en la vida.

1 2 3 4 5 6 7

P48. Si pudiese vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casi nada.

1 2 3 4 5 6 7

Muchas gracias por su participación

Anexo B : Análisis de Confiabilidad



Anexo B1

Análisis de confiabilidad: Escala de Orientación a la Comparación Social (INCOM - Buunk y Gibbons, 1999)

Estadísticas del Item – Total

	Media escalar si el item es borrado	Varianza escalar si el item es borrado	Correlación corregida item - total	Alfa si el item es borrado
P1	34,0262	42,8940	,3817	,7791
P2	33,9443	40,4146	,5745	,7567
P3	33,8525	40,9617	,4976	,7655
P4	34,1475	40,8433	,5021	,7650
P5 INV	34,2098	41,7124	,4820	,7675
P6	34,0066	42,2829	,4594	,7701
P7	33,0721	47,0145	,2166	,7919
P8	33,3869	42,8761	,4795	,7685
P9	33,6361	41,3441	,5218	,7630
P10	33,7836	43,2359	,3963	,7769
P11 INV	34,0984	44,1811	,3323	,7837

Coefficientes de confiabilidad

N = 305,0

Número de Items = 11

Alpha = ,7883

Anexo B2**Análisis de confiabilidad: Escala de Identificación hacia arriba**

Estadísticas del Item – Total

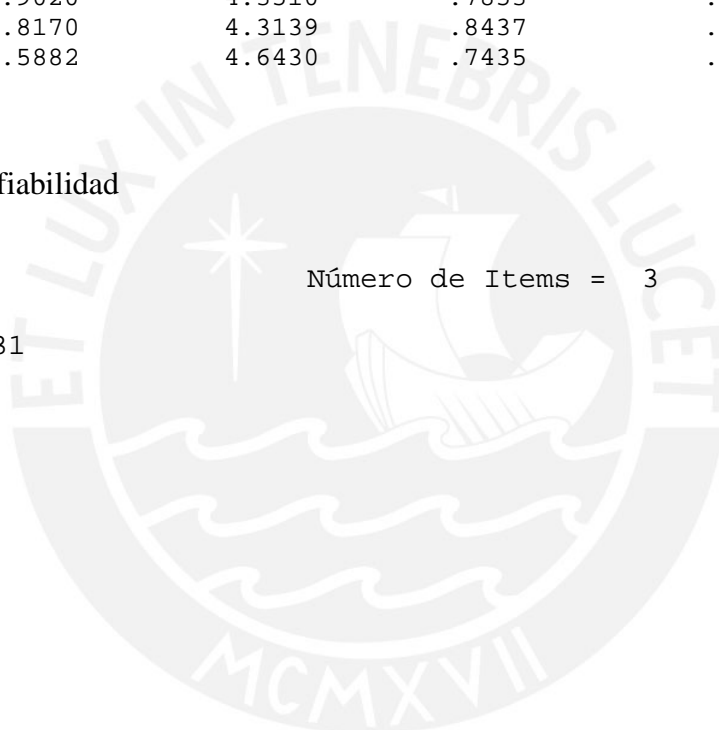
	Media escalar si el item es borrado	Varianza escalar si el item es borrado	Correlación corregida item - total	Alfa si el item es borrado
P12	6.9020	4.3510	.7853	.8523
P13	6.8170	4.3139	.8437	.8010
P14	6.5882	4.6430	.7435	.8872

Coeficientes de confiabilidad

N = 306.0

Número de Items = 3

Alpha = .8931



Anexo B3**Análisis de confiabilidad: Escala de Identificación hacia abajo**

Estadísticas del Item – Total

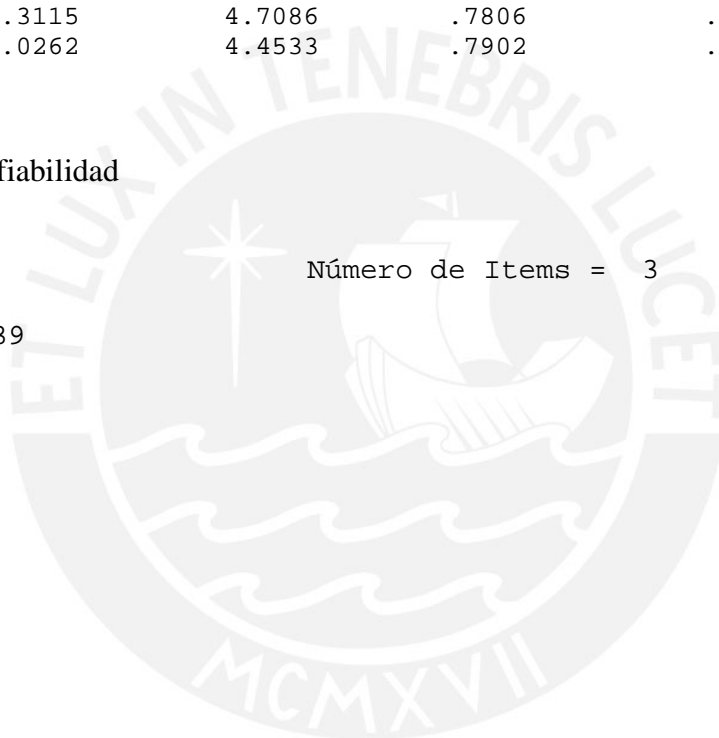
	Media escalar si el item es borrado	Varianza escalar si el item es borrado	Correlación corregida item - total	Alfa si el item es borrado
P18	5.1770	4.5738	.7070	.8704
P19	5.3115	4.7086	.7806	.8036
P20	5.0262	4.4533	.7902	.7921

Coeficientes de confiabilidad

N = 305.0

Número de Items = 3

Alpha = .8739



Anexo B4**Análisis de confiabilidad: Escala de Contraste hacia arriba**

Estadísticas del Item – Total

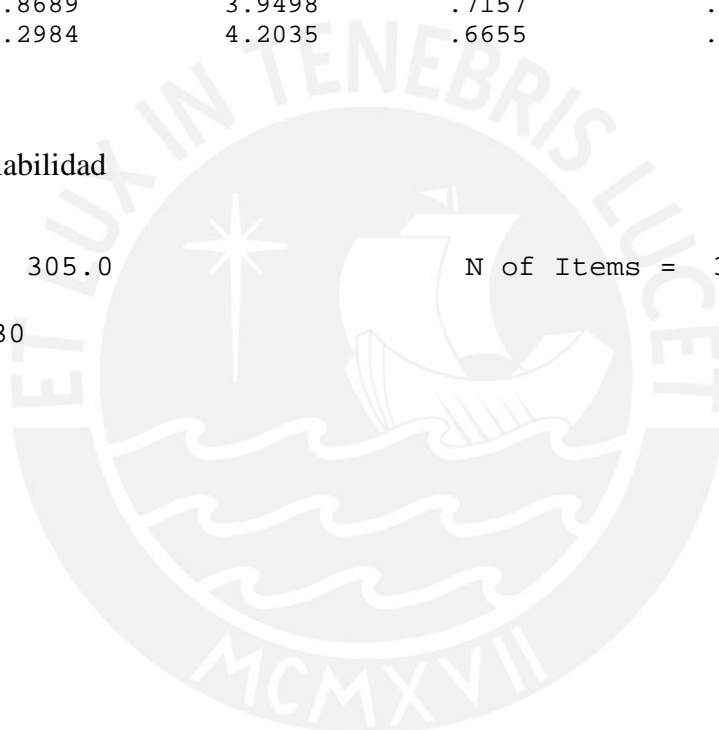
	Media escalar si el ítem es borrado	Varianza escalar si el ítem es borrado	Correlación corregida ítem - total	Alfa si el ítem es borrado
P15	5.8656	4.2352	.6994	.7633
P16	5.8689	3.9498	.7157	.7461
P17	6.2984	4.2035	.6655	.7958

Coeficiente de confiabilidad

N of Cases = 305.0

N of Items = 3

Alpha = .8330



Anexo B5**Análisis de confiabilidad: Escala de Contraste hacia abajo**

Estadísticas del Item – Total

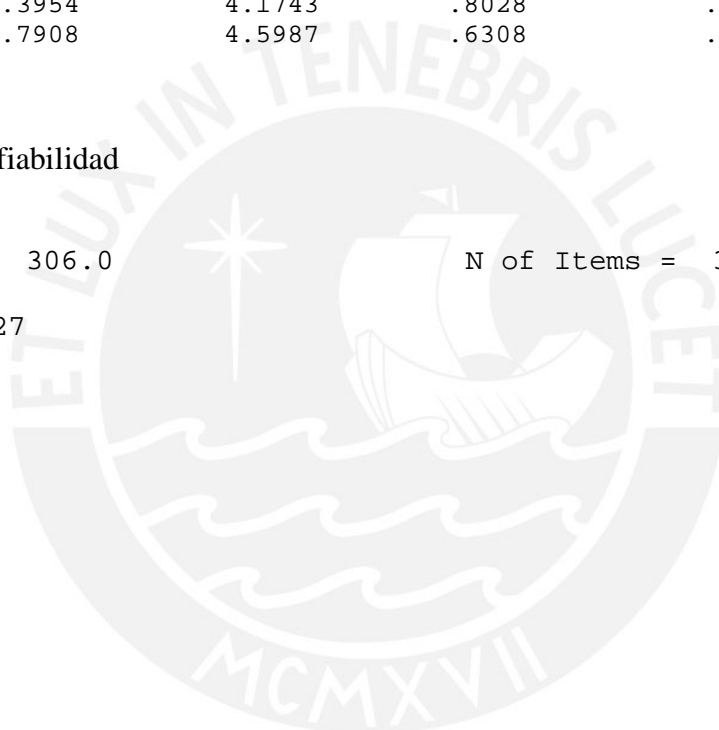
	Media escalar si el ítem es borrado	Varianza escalar si el ítem es borrado	Correlación corregida ítem - total	Alfa si el ítem es borrado
P21	6.4412	4.0703	.7451	.7735
P22	6.3954	4.1743	.8028	.7207
P23	6.7908	4.5987	.6308	.8793

Coeficientes de confiabilidad

N of Cases = 306.0

N of Items = 3

Alpha = .8527



Anexo B6

Análisis de confiabilidad: Escala de Satisfacción con la vida (Diener y cols., 1989)

Estadísticas del Item – Total

	Media escalar si el item es borrado	Varianza escalar si el item es borrado	Correlación corregida item - total	Alfa si el item es borrado
P44	17,4323	26,1072	,5895	,8381
P45	17,7954	26,2560	,6619	,8231
P46	17,4851	23,6744	,7541	,7962
P47	17,3795	24,4747	,7056	,8094
P48	18,0396	21,2236	,6541	,8338

Coefficientes de confiabilidad

N = 303,0

Número de Items = 5

Alpha = ,8508

Anexo B7

**Análisis de confiabilidad: Escala de Afectos Positivos y Afectos Negativos
(PANAS - Watson, Tellegen, y Clark, 1988)**

Estadísticas del Item – Total

	Media escalar si el item es borrado	Varianza escalar si el item es borrado	Correlación corregida item - total	Alfa si el item es borrado
P24	52,3525	86,8209	,2782	,7797
P25	52,6678	84,1886	,3549	,7752
P26	52,2678	85,6253	,3311	,7767
P27	52,8373	85,5449	,3011	,7786
P28	52,5356	87,3652	,2249	,7830
P29	53,3559	82,8627	,3740	,7740
P30	53,3017	81,8168	,4536	,7684
P31	53,5525	84,5814	,3778	,7739
P32	52,2678	87,1559	,2743	,7799
P33	52,5627	84,5122	,3520	,7754
P34	53,0068	82,9795	,3628	,7748
P35	52,5458	84,5141	,3495	,7756
P36	53,4407	84,5194	,3380	,7763
P37	52,4407	85,4242	,2905	,7794
P38	52,7966	81,4959	,4748	,7670
P39	52,2407	87,4215	,2317	,7825
P40	52,2068	86,7496	,2960	,7787
P41	52,4407	82,2065	,4396	,7694
P42	52,0576	84,6191	,3809	,7738
P43	53,3322	83,2838	,4051	,7719

Coeficientes de confiabilidad

N = 295,0

Número de Items = 20

Alpha = ,7846