BIENESTAR PSICOLÓGICO Y NIVEL DE INVERSIÓN EN LA RELACIÓN DE PAREJA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA

Los estudios en torno al *Bienestar Psicológico* se inscriben en la vertiente eudaimónica de la felicidad, que alude a la actualización del potencial de la persona. De esta manera, el bienestar psicológico está estrechamente ligado a la autorrealización, que tiene que ver con desarrollar actividades orientadas a un propósito mayor, coherente con uno mismo (Hauser, Springer & Pudrovska, 2005; Ryff & Singer, 2008; Springer, Pudrovska & Hauser, 2011)

Por otro lado, el constructo de compromiso desde el *Modelo de Inversión* es frecuentemente usado para el estudio de la satisfacción y la persistencia en las relaciones interpersonales, especialmente las de pareja. El compromiso responde a qué tan funcional es la estructura de una relación en términos de *nivel de satisfacción*, *deseabilidad de otras opciones* y *recursos invertidos*, así como a la lealtad forjada respecto a la fuente de dependencia (Rusbult, Martz & Agnew, 1998).

De esta manera, los niveles de bienestar psicológico y de compromiso dan cuenta del desarrollo intrapersonal e interpersonal de un individuo, respectivamente. Como señaló Erikson (1983), el tránsito por las diferentes etapas del ciclo vital supone una serie de adaptaciones, reformulación de metas y aceptación de pérdidas y de nuevos retos. El éxito o fracaso en la resolución de las tareas del desarrollo dependerá de características personales, de la calidad de los vínculos, así como del interjuego entre ambos.

Desde esta perspectiva, la presente investigación pretende describir la relación entre *Bienestar Psicológico* y *Compromiso* (desde el Modelo de Inversión) en una muestra de estudiantes universitarios de 20 a 27 años de edad de Lima Metropolitana. Asimismo, se consideraron como factores a analizar el sexo, el estar o no en una relación de pareja y el tiempo de duración de la misma, a fin de ver cuál es su relación con el nivel de bienestar psicológico y de compromiso.

Considerando estos objetivos, se seleccionaron dos instrumentos: la escala del Modelo de Inversión propuesta por Rusbult, Martz y Agnew (1998) y la escala de Bienestar Psicológico desarrollada por Carol Ryff (Ryff, 1989). En ambos casos se usaron las versiones validadas en nuestro país (Cubas, 2003, Ottazzi, 2009).

La escala del Modelo de Inversión está compuesta por 37 ítems, divididos en 4 escalas: Nivel de Satisfacción, Calidad de Alternativas, Tamaño de Inversión y Compromiso (Rusbult et al., 1998, Rusbult & Buunk, 1993, Rusbult & van Lange, 2003). En cuanto a la escala de Bienestar Psicológico, consta de 84 ítems agrupados en seis dimensiones, alineadas con la perspectiva eudaimónica del bienestar: Autoaceptación, Relación

positivas con otros, Autonomía, Dominio Ambiental, Propósito en la vida y Crecimiento personal (Ryff, 1982, 1989, Ryff & Keyes, 1995; Ryff & Singer, 1998, 2008).

Seguidamente, se procedió a la selección de los participantes. La muestra estuvo conformada por 116 adultos jóvenes, 52 hombres (44.8%) y 64 mujeres (55.2%), en un rango de edades entre los 20 y 27 años, quienes accedieron a responder a los cuestionarios voluntariamente. Para este propósito, se adjuntó el consentimiento informado en el protocolo de aplicación de los instrumentos. La aplicación se realizó de manera colectiva en salones de clase.

Adicionalmente se incluyó una pregunta respecto a estar o no en una relación de pareja, frente a lo cual se obtuvo que 48 personas (41.4%) se encontraban en una relación y 68 (58.6%) no lo estaban. El grupo que se encontraba en una relación de pareja consignó el tiempo de duración en meses.

En cuanto a los resultados, se encontró que las mujeres mostraron medias superiores en las dimensiones de Satisfacción y Compromiso del Modelo de Inversión, así como en Dominio Ambiental, Relaciones positivas con otros y el Bienestar Psicológico global.

Por otro lado, las personas que tenían una relación de pareja mostraron medias mayores en Satisfacción, Inversión y Compromiso. Asimismo, el tiempo de relación consignado correlacionó positivamente con las mismas áreas del Modelo de Inversión.

Finalmente, se encontraron correlaciones positivas y significativas entre el Bienestar Psicológico global y sus áreas y las dimensiones de Satisfacción y Compromiso del Modelo de Inversión.

En resumen, se puede concluir que el Bienestar Psicológico y el modelo de Inversión de Rusbult se asocian significativamente en ciertas dimensiones. Esto implica que diferentes aristas del bienestar psicológico se relacionan con ciertas cualidades relacionales que determinan el deseo de persistencia en una relación, tales como satisfacción, tamaño de inversión y compromiso . No obstante, no se ha determinado si un alto bienestar predice una mayor capacidad para comprometerse o si es el compromiso el que aumenta el bienestar psicológico experimentado, lo cual podría ser el objetivo de una investigación futura. De cualquier manera, se ha podido comprobar la alta consistencia interna de la escala del Modelo de Inversión, lo que contrasta con el poco uso dado a la misma en el ámbito clínico. Por este motivo, se alienta a continuar con su uso y difusión.

Extraído del estudio de Sonia Meza (2009). Bienestar psicológico y nivel de inversión en la relación de pareja en estudiantes universitarios de Lima metropolitana. Tesis no publicada para optar al grado de Licenciada en psicología con mención en psicología clínica. Pontificia Universidad Católica del Perú

Datos de la autora:

Lic. Sonia Meza
a20051086@pucp.pe

Referencias

Cubas, M. (2003) Bienestar y rendimiento académico en universitarios. Lima: Universidad de Lima

Erikson, E. (1983) Identity: youth and crisis. London: Faber and Faber.

Hauser, R., Springer, K., Pudrovska, T. (2005) Temporal Structures of Psychological Well-Being: Continuity or Change? Presentado en los 2005 Meetings of the Gerontological Society of America, Orlando, Florida.

Ottazzi, A. (2009) Estilos de amor, satisfacción y compromiso en relaciones de pareja estables. Lima: PUCP.

Rusbult, C. E., y Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: an interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, (10), 175-204.

Rusbult, C. E., Johnson, D. J., Morrow, G. D. (1986) Predicting Satisfaction and Commitment in Adult Romantic Involvements: An Assessment of the Generalizability of the Investment Model. *Social Psychology Quarterly*, Vol. 49, No. 1, 81-89.

Rusbult, C. E., Martz, J. M., Agnew, C. R. (1998) The Investment Model Scale: measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size. *Personal Relationships*, 5, 357-391.

Rusbult, C. E. y Van Lange, P. A. M. (2003). Interdependence, interaction and relationships. *Annual Review of Psychology*, 54: 351-375.

Ryff, C. D. (1982) Successful aging: A developmental approach. *The Gerontologist* 22, pp. 209–214.

Ryff, C. D. (1989) Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), pp. 1069–1081.

Ryff, C. D., Keyes, C. (1995) The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology,* Vol. 69, No. 4,719-727.

Ryff, C. D. y Singer, B. H. (1998). The contours of positive human health. *Psychology Inquiry*, 9(1), 1-28.

Ryff, C. D., Singer, B. (2008) Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to Psychological Well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9:13–39.

Springer, K., Pudrovska, T., Hauser, R. (2011) Does psychological well-being change with age? Longitudinal tests of age variations and further exploration of the multidimensionality of Ryff's model of psychological well-being. *Social Science Research*, 40, 392–398.