

Las rutas de acceso al bienestar. Relaciones entre bienestar hedónico y eudaemónico. Un estudio en población argentina ¹

The three routes of access to well-being.
Relations between hedonic and eudemonic well being.
A study in Argentine population

ALEJANDRO CASTRO SOLANO ²

RESUMEN

El presente trabajó tuvo como objetivo el diseño y la validación de un instrumento para evaluar las tres rutas de acceso al componente cognitivo del bienestar con el propósito de establecer la relación de las mismas con la satisfacción vital. De forma adicional se establecieron las relaciones entre bienestar hedónico y eudaemónico. Participaron del estudio 430 sujetos que residían en la ciudad de Buenos Aires (n= 226 mujeres y n= 204 varones). Se utilizaron los instrumentos: la escala de tres rutas de acceso al bienestar (ERBIEN), la escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), el Cuestionario de Sentido en la Vida, el Personal Well-being Index (PWI) y el Inventario de Virtudes y Fortalezas (IVIF). Los resultados per-

¹ Proyecto de investigación financiado por la Universidad de Buenos Aires. Programación UBACYT 2010-2012. Desarrollo de instrumentos para evaluar el bienestar y la calidad de vida en adolescentes y adultos desde las propuestas de la psicología positiva.

² Dr. en psicología. Miembro de la Carrera del Investigador del CONICET (Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas), Buenos Aires, Argentina.

Dirección: Paraguay 5337 – 5to. “A”. Buenos Aires. Arg. Te. (54-11) 4771-6029. E-mail: a.castro@fibertel.com.ar

mitieron identificar que la vida placentera y la vida con significado eran las rutas preferidas para el acceso a una vida plena. Sin embargo, la satisfacción con la vida está más relacionada con el bienestar eudamónico que con el hedónico.

Palabras Claves: psicología positiva - bienestar hedónico - bienestar eudamónico – satisfacción.

ABSTRACT

This study aimed to design and validate an instrument to assess the three routes of access to the cognitive aspect of well-being in order to determine the contribution of each of the routes to the explanation of life satisfaction. Additionally, relations were established between hedonic and eudemonic well-being. 430 participants were included in this study, residing in the city of Buenos Aires (n = 226 Women n = 204 men). Instruments used: the scale of three routes of access to welfare (ERBIEN), the scale of Satisfaction with Life (SWLS), the Questionnaire of Meaning in Life, Personal Well-being Index (PWI) and the Inventory of Virtues and Strengths (IVIF). The results helped identify that pleasant life and meaningful life were the preferred routes for access to a fulfilling life. However, life satisfaction is explained better by the eudemonic than by hedonic well being

Key Words: positive psychology – well-being – hedonic well-being – eudemonic well-being – life satisfaction