



# APERTURA A LA EXPERIENCIA

EN RELACIÓN CON LOS AFECTOS DEL BIENESTAR SUBJETIVO EN  
LA ADULTEZ

## INTRODUCCIÓN:

En los últimos años, el interés por el bienestar ha crecido debido a cambios sociales y de salud, afectando la forma en que las personas conceptualizan su bienestar individual. El bienestar subjetivo, que evalúa cómo las personas perciben sus vidas a nivel cognitivo y afectivo, se ha convertido en un área de estudio importante. Este se divide en afecto positivo, que incluye emociones como entusiasmo y satisfacción, y afecto negativo, que abarca emociones como tristeza e insatisfacción.

Dentro de los factores de la personalidad, la apertura a la experiencia es crucial, ya que implica curiosidad intelectual, creatividad y búsqueda de nuevas experiencias. Este rasgo se potencia con el apoyo familiar y se asocia con el crecimiento personal y la inteligencia emocional (Ortiz, 2006). Del mismo modo, las personas con mayor inteligencia emocional y relacional muestran más cualidades positivas o fortalezas de carácter (Ros Morente, et al., 2018) que, a su vez, se han asociado con un mayor bienestar (Park et al., 2004). Los investigadores concluyeron que las buenas relaciones sociales serían necesarias para incrementar el bienestar creando emociones positivas ligando esto con la apertura a la experiencia.



El objetivo es relacionar la apertura a la experiencia con el afecto positivo del bienestar subjetivo y la edad según el desarrollo psicosocial de Erikson (2000), diferenciando entre la etapa de 18-40 años (Intimidad vs. Aislamiento) y la de 40-65 años (Generatividad vs. Estancamiento).

## MÉTODO:

### Preguntas de investigación:

1. ¿Cuál es el perfil de la apertura a la experiencia?
2. ¿Cuál es el perfil del afecto positivo?
3. ¿Se relaciona la apertura a la experiencia con el afecto positivo?
4. ¿Existen diferencias en estas relaciones de acuerdo con los grupos de edad: grupo 1: 18-39 años y grupo 2: 40-59 años?

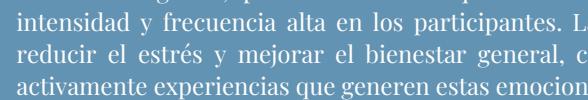
### Participantes.

El método de aplicación fue de manera no aleatoria utilizando lápiz y papel, excluyendo a estudiantes de la licenciatura en psicología. Se contó con un total de 208 participantes residentes de León, Guanajuato, siendo 84 hombres (40.4%) y 124 mujeres (59.6%), con edades entre 18 y 59 años.

### Instrumento.

Se les otorgó a los participantes un cuestionario acompañado de un consentimiento informado, asegurando que comprendieran los objetivos de la investigación y su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias. Tras firmar el consentimiento, se procedió a aplicar las pruebas de manera individual; Estas pruebas se llevaron a cabo en espacios públicos y centros educativos.

Para esta investigación, se seleccionaron específicamente dos pruebas del cuestionario original: la escala de los Cinco Grandes Rasgos de la Personalidad con un total de 60 reactivos, de los cuales fueron utilizados solo 12 reactivos en escala tipo Likert, que van desde (1) Total desacuerdo hasta (5) Totalmente de acuerdo, los cuales están enfocados únicamente en el factor de Apertura a la Experiencia. Y, en cuanto a la escala del Bienestar Subjetivo, se consideró solamente el factor de Afecto Positivo en escala tipo Likert de frecuencia, el cual se divide en: un total de 19 reactivos en frecuencia que van desde el (1) Nunca y (7) Siempre y 19 reactivos en intensidad, que va desde (1) Nada y (7) Mucho. Los datos recolectados se analizaron para verificar los supuestos de la investigación utilizando el software estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences).



- De manera global, podemos denotar que los afectos positivos son inclinados a percibirse con una intensidad y frecuencia alta en los participantes. Las emociones positivas frecuentes e intensas pueden reducir el estrés y mejorar el bienestar general, creando un ciclo positivo donde las personas buscan activamente experiencias que generen estas emociones (Lyubomirsky et al., 2005).
- La intensidad tiene una mayor presencia que la frecuencia en el afecto positivo para los participantes. Esta diferencia, podría deberse a que los eventos positivos intensos, aunque menos frecuentes, pueden sobresalir más y dejar una impresión duradera. Según Diener et al. (2006), la intensidad de una experiencia emocional puede tener un impacto significativo en cómo se percibe y se recuerda esa experiencia. Talarico & Rubin (2003) demostraron que las experiencias emocionales intensas, ya sea positivas o negativas, se codifican de manera más profunda en la memoria.

- En cuestión a las diferencias por los grupos de edad en relación a la apertura a la experiencia con los afectos positivos, los resultados mostraron que el segundo grupo de edad (40-59 años) mostró una apertura a la experiencia mayor en comparación al primer grupo tanto en la intensidad como en la frecuencia, estos resultados posiblemente son atribuibles a diversos factores; empezando con la madurez psicológica (tienden a tener una mejor comprensión de sí mismas y del mundo que las rodea, lo que puede traducirse en una mayor receptividad a nuevas experiencias), el grupo 1 que puede sentirse más retraído teniendo en cuenta los abruptos cambios sociales; teniendo en cuenta a la pandemia de COVID-19 (ansiedad y depresión en adultos jóvenes), la desesperanza derivada de los cambios económicos (empleo informal e inseguro, según el INEGI (2021)), la inseguridad como limitante, Téllez & Rodríguez (2019). La importancia y la carga emocional asignada a la espiritualidad y la religión, pues Saldías-Ortega & Moyano (2023) reportaron mayor felicidad y bienestar en el impacto que tiene. Y, por último, que englobaría lo antes mencionado, es la nueva percepción de autorrealización en los adultos jóvenes en México, influenciada por contextos culturales, socioeconómicos y personales específicos del país.

## RESULTADOS:

Se realizaron análisis descriptivos para la muestra general de 208 participantes, siendo 84 hombres y 124 mujeres con edades entre 18 a 59 años, donde se obtuvo una  $M=31.98$ ,  $DE=12.16$  y una moda en el grado de estudios de "Universidad Incompleta".

### Perfiles.

Para obtener el perfil de la apertura a la experiencia y del afecto positivo (intensidad y frecuencia), se hizo un análisis de frecuencias obteniendo en el perfil de la apertura a la experiencia una  $M=2.44$  con una  $DE=.63$  en un rango de respuesta del 1 al 5, para la frecuencia en el afecto positivo se obtuvo una  $M=5.26$  y una  $DE=1.16$ , finalmente en la intensidad del afecto positivo se obtuvo una  $M=5.19$  y una  $DE=1.2$  con un rango de respuesta de 1 al 7 en cada uno de los afectos positivos.

### Correlaciones

Para verificar si existe una relación entre la apertura a la experiencia y el afecto positivo, se realizó una correlación de Pearson, donde se muestran dos correlaciones estadísticamente significativas, la primera entre la apertura a la experiencia y la frecuencia del afecto positivo con un valor de  $r=.175$ ,  $p=.013$  y otra correlación estadísticamente significativa entre la apertura a la experiencia y la intensidad del afecto positivo con un valor de  $r=.240$ ,  $p<.001$ .

### Diferencias por grupo de edad

Para comparar diferencias entre los grupos de edad se realizó una correlación de Pearson por grupo de edad, donde el grupo 1 está conformado por personas de 18 años a 39 años y el grupo 2 de 40 a 59 años.

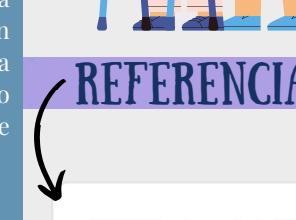
En el grupo 1, se muestra una correlación entre la apertura a la experiencia y la frecuencia del afecto positivo una  $r=.138$ ,  $p=.105$  que no es estadísticamente significativa, de igual manera, se encontró otra correlación estadísticamente significativa con una  $r=.191$ ,  $p=.024$  entre la apertura a la experiencia y la intensidad del afecto positivo. Para el grupo 2, se encontraron dos correlaciones estadísticamente significativas una con una  $r=.372$ ,  $p=.003$  entre la apertura a la experiencia y la frecuencia del afecto positivo y otra con una  $r=.443$ ,  $p<.001$  entre la apertura a la experiencia con la intensidad del afecto positivo.

Tabla 1.

		Afecto positivo intensidad	Apertura a la experiencia
Grupo 1	Afecto positivo frecuencia	.813**	.138
	Afecto positivo intensidad	1	.191*
Grupo 2	Afecto positivo frecuencia	.931**	.372**
	Afecto positivo intensidad	1	.443**

Nota: Se muestra una mayor correlación entre la Apertura a la Experiencia y la Apertura a la Experiencia Intensidad en el segundo grupo de edad (40-59 años).

## DISCUSIÓN:



## REFERENCIAS:

