



Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Psicología

Resumen extendido de Tesis Doctoral en Psicología

Estilos de vida y bienestar subjetivo

Autor

Mariana Rodríguez

Directora

Dra. Anna Rovella

Co-Director

Dr. Marcos Cupani

2017

Introducción

Actualmente los conflictos ambientales son uno de los principales temas a tratar en la agenda de países y organizaciones. Existen factores de riesgo ambiental como la contaminación del aire, el cambio climático, la radiación ultravioleta, que afectan a la Salud de las personas (Organización Mundial de la Salud, 2005).

Desde hace décadas la ciencia ha tratado de encontrar el origen de los conflictos ambientales, por un lado responsabilizando al comportamiento humano (Cones y Hayes, 1980; Oskamp, 2000) y por otro lado señalando a los procesos económicos, políticos y sociales por los que la humanidad ha ido atravesando, como causantes de la crisis ambiental (Renner, 2005).

En función de poder integrar la diversidad de causas que caracterizan a los conflictos ambientales es que surge el paradigma de la sustentabilidad y posteriormente desde la ciencia psicológica, la Psicología de la Sustentabilidad (Corral-Verdugo, 2010) con el objetivo de ampliar los estudios sobre el comportamiento humano y comprender qué dimensiones sociales, afectivas, cognitivas y normativas inciden en su ejecución.

Esta rama de la Psicología estudia, entre otros, los estilos de vida sustentables que caracterizan a las personas, entendiendo que se integran por dimensiones cognitivas, emocionales, situacionales, normativas y se expresan por medio de conductas pro-ambientales, que al integrarse y relacionarse podrían dar origen al comportamiento sustentable.

Es por eso que considerando los conflictos ambientales anteriormente mencionados, así como los aportes de la Psicología de la Sustentabilidad, es que en este trabajo se intenta ampliar los conocimientos sobre estilos de vida sustentables, bienestar y comportamiento sustentable, en Argentina. Se pondrá a prueba un modelo explicativo integrado por emociones, cogniciones y conductas pro-ambientales.

Se observará la relación de los estilos de vida sustentables con en el bienestar subjetivo, entendido como la satisfacción con la vida, en una muestra de población general de la Ciudad de San Luis, Argentina. Previamente, debido a la ausencia de instrumentos adaptados a la población de este país, se analizarán las propiedades psicométricas de las escalas administradas.

Fundamento Teórico

La Psicología Ambiental (PA) es entendida como “la disciplina que estudia las relaciones recíprocas entre la conducta de las personas y el ambientes socio-físico, tanto natural como construido” (p. 28). Entendiendo por ambiente a todo lo que rodea a las personas (Aragónés y Américo, 2010). A partir del siglo XXI la PA ha sido influenciada por el paradigma de la sustentabilidad, ampliando su objeto de estudio y considerando además de los aspectos físicos, los aspectos sociales y culturales del medio ambiente. Al recibir los aportes del desarrollo sustentable, surge la Psicología de la Sustentabilidad (PS), permitiendo dar cuenta de los aspectos psico-socio-culturales asociados al dilema ambiental (García Lirios, 2005), entendido este, como el desequilibrio encontrado entre el uso de los recursos naturales para la satisfacción de las necesidades humanas y la regeneración de los mismos. La PS no sólo se ocupa del estudio del medio físico, sino que incluye la preocupación por el entorno social como condición necesaria para alcanzar el desarrollo humano sustentable (Corral-Verdugo, Tapia-Fonllem, et al. 2008).

Los EVS abarcan patrones cognitivos, afectivos-emocionales y conductuales que muestran cierta consistencia en el tiempo. Hacen a la identidad de las personas e implican una determinada posición social, de modo que las definen, diferencian y conectan. Las decisiones que se toman son influenciadas por estos y a su vez, repercuten de manera significativa sobre el entorno y la sociedad. Se relacionan con la satisfacción de necesidades y el cumplimiento de deseos, tanto sociales como individuales (Center for Sustainable Development [CSD], 2004).

En los últimos años Corral-Verdugo y colaboradores han creado tres modelos explicativos de orientación a la sustentabilidad y los estilos de vida sustentables, que dan cuenta del avance en la comprensión de estas variables socio-ambientales. En el primero de ellos Corral-Verdugo, Tapia-Fonllem, et al. (2008) consideran que algunos factores psicológicos podrían actuar como determinantes de los EVS, en tanto predicen o afectan su ejecución, y desarrollan un Modelo de Orientación a la Sustentabilidad, en el que explican cómo las conductas pro-ecológicas, las acciones altruistas y las conductas austeras, se interrelacionan con los EVS, este constructo sería determinado por la Orientación a la Sustentabilidad, a su vez la esta estaría integrada por la afinidad hacia la diversidad, la indignación por el

deterioro ecológico, el aprecio por lo natural, la percepción de normas, la auto-presentación y la deliberación.

En un segundo modelo, más simple, explican cómo la deliberación, equidad, altruismo, conducta pro-ecológica, austeridad, auto-presentación, percepción de normas ambientales, aprecio por lo natural, sentimientos de indignación y afinidad hacia la diversidad, actúan de manera conjunta e inciden sobre un factor general que sería la orientación a la sustentabilidad (Corral-Verdugo, Tapia-Fonllem, et al. 2009).

Por último, en un tercer modelo, más complejo y abarcativo explican como las disposiciones psicológicas y situacionales afectan a los Estilos de Vida Sustentables, expresados por medio de conductas como la conducta pro-ecológica, austeridad, equidad y altruismo. Los EVS desencadenarían estados de felicidad y restauración psicológica. El autor comprende que las disposiciones situacionales pueden ser normativas y físicas, en tanto que las disposiciones psicológicas cognitivas y emocionales. Dentro de las cogniciones ambientales se encontraría la orientación al futuro, la deliberación (intención de actuar a favor del medio ambiente), la efectividad y visión del mundo en interdependencia humana). Por otro lado, las emociones ambientales estarían integradas por la afinidad hacia la diversidad y el aprecio por el contacto con la naturaleza (Corral-Verdugo, 2010).

El bienestar en este trabajo será entendido como el bienestar subjetivo, comprendido como la manera en cómo y porqué la gente experimenta su vida de forma positiva, incluyendo tanto juicios cognitivos como reacciones afectivas (Diener, 1994). Comprende un balance global que hace la persona de sus oportunidades vitales (recursos sociales, recursos personales y aptitudes individuales), del curso de los acontecimientos a los que se enfrenta y de la experiencia emocional derivada de ello (Blanco y Díaz, 2005). Según Castro Solano (2009) es un concepto integrado por un componente afectivo (afecto negativo y afecto positivo) y un componente cognitivo (satisfacción con la vida como producto de la evaluación que la persona hace del afecto positivo o negativo). Brown y Kasser (2005), realizaron dos estudios, uno con adolescentes y otro con adultos, en ambos encontraron que los individuos con más altos niveles de BS reportaban un mayor involucramiento en conductas de cuidado del entorno físico. Por lo que la conducta pro-ecológica, según estos autores, induciría estados de bienestar en las personas que la practican. Amato, Booth,

Johnson y Rogers (2007) y Chibucos, Leites y Weiss (2005), aseveran que las personas equitativas experimentan mayores niveles de BS. Mediante un estudio se comprobó que los matrimonios en los que la pareja comparte la toma de decisiones, el trabajo en el hogar y exhiben actitudes de equidad de género, tienden a ser más felices que los matrimonios inequitativos. Tanto hombres como mujeres reportaron más satisfacción, menos conflicto marital y más felicidad. Betchel y Corral-Verdugo (2010) hallaron que los individuos frugales, pro-ecológicos y altruistas obtenían BS como consecuencia de su actuación pro-social. En tanto que Amérigo, García y Sánchez (2013) en una muestra de estudiantes universitarios españoles, hallaron que la SV se asocia de manera positiva con conducta pro-ecológica. En tanto que la SV en adultos estadounidenses, es predicha por la conexión con lo natural sólo en aquellas personas que tienen contacto emocional con ambientes naturales (Zhang, Howell e Iyell, 2014). Tam (2013) encontró el mismo resultado en estudiantes chinos.

Aunque el BS ha sido un concepto ampliamente estudiado, su rol dentro de la PA aún es confuso y discutido. Por lo tanto la importancia de observar su vinculación con los EVS será uno de los principales objetivos de este trabajo, intentando dar respuesta a un área de vacancia de la Psicología Ambiental, que permita dar soluciones efectivas al dilema medio ambiente-ser humano.

Objetivos

El objetivo general de este trabajo fue Realizar una articulación entre Psicología Positiva y Psicología Ambiental que contribuya a la comprensión del bienestar subjetivo desde una perspectiva integrativa; explorando el tipo de relación existente entre estilo de vida sustentable y bienestar subjetivo.

Los objetivos específicos fueron a) Realizar estudios psicométricos de los instrumentos utilizados; b) Probar los modelos de Orientación a la Sustentabilidad propuestos por Corral-Verdugo, Tapia Fonllem, et al. (2008) y Corral-Verdugo, Bonnes, et al. (2009); y c) Probar la relación entre las Disposiciones Psicológicas de los Estilos de Vida Sustentables (Emociones y Cogniciones), Comportamientos Ambientales (Altruismo, Conducta Pro-Ecológica, Austeridad y Equidad) y el componente cognitivo del Bienestar Subjetivo (Satisfacción con la Vida).

Metodología

Muestra: compuesta por 304 sujetos, de los cuales 64,5 % fueron de sexo femenino (n=196) y 35,5 % de sexo masculino (n=108). El rango etario estuvo comprendido entre 17 y 73 años, con una M=27,09 y una DS=11,98. El 43 % (n=131) trabaja y el 57 % (n=173) no lo hace. El 72 % (n=219) estudia, mientras que el 28 % (n=85) no. En cuanto al estado civil el 72 % (n=220) se encuentra soltero, el 8% (n=23) unido, el 15 % (n=45) casado, el 4% (n=12) separado/divorciado y el 1% (n= 4) viudo. En cuanto al nivel de ingresos el 30,9 % (n=185) tenía un nivel de ingresos inferior a \$3600, el 25,3% (n=77) entre \$3601 y \$8000, el 10,9% (n=33) entre \$8001 y \$15000, el 3% (n=9) más de \$15001.

Instrumentos: cuestionario Ad Hoc para recolectar datos socio-demográficos; Escala de Consideración de futuras consecuencias (Análisis Factorial Exploratorio [AFE]: Factor 1 integrado por 8 ítems y Factor 2 compuesto por seis ítems, con cargas superiores a 0,37; Análisis Factorial Confirmatorio [AFC]: se obtuvieron dos factores y se eliminó el ítem N°2. CFI 0,90, TLI 0,88, RMSEA 0,09, WRMR 1,18, el alfa de Cronbach de los factores fue de 0,795 y 0,760 respectivamente); Escala de interdependencia humana (AFE. Se halló un factor que explicó el 47,42 % de la varianza, integrado por los nueve ítems de la escala; AFC. El ajuste fue aceptable CFI 0,942, TLI 0,923, RMSEA 0,10, WRMR 1,08), el alfa de Cronbach de 0,85. Escala de Intención de actuar a favor del medio ambiente (AFE. Se encontró un factor que explicó el 41,71 % de la varianza, integrado por los once ítems que componen la escala, con pesos factoriales superiores a 0,47; AFC. Se eliminaron cuatro ítems por explicar poco porcentaje de varianza, quedó integrada por siete reactivos con adecuado ajuste CFI 0,91, TLI 0,87, RMSEA 0,26, WRMR 2,67, el alfa de Cronbach fue de 0,84); Reactivo que mide la dimensión psicológica de cuidado efectivo del uso del agua; Escala de Aprecio por el contacto con la naturaleza (AFE. Integrada por un factor compuesto por siete ítems con pesos factoriales superiores a 0,41 que explicaron el 43,08 % de la varianza; AFC. El ajuste fue adecuado CFI 0,95, TLI 0,923, RMSEA 0,11, WRMR 1,01, el alfa de Cronbach fue de 0,77); Escala de Afinidad hacia la diversidad (AFE. Se retuvieron 12 ítems con pesos factoriales entre 0,31 y 0,62 que conformaron una estructura factorial clara, aunque la varianza explicada fue baja: 20,92%. Se consideró que esta solución factorial si bien no es adecuada, era la más viable; AFC. Se utilizaron siete

reactivos con poco ajuste. Quedó integrada por 7 ítems (CFI 0,76, TLI 0,64, RMSEA 0,16, WRMR 1,51, la solución mostró coherencia teórica. El alfa de Cronbach fue de 0,58); Escala de Conducta Ecológica General (AFE. Se obtuvo un factor compuesto por doce ítems, con pesos factoriales superiores a 0,31. AFC. Las soluciones encontradas fueron insatisfactorias. El Ítem 9 aportó 0% por lo que fue eliminado. Se escogió una solución monofactorial con escasa bondad de ajuste CFI 0,84; TLI 0,82, RMSEA 0,09, WRMR 1,41, el alfa de Cronbach fue de 0,78); Escala de Asuteridad (AFC. Se escogió un modelo unidimensional integrado por nueve reactivos. Se eliminó un ítem por saturar con peso factorial inferior a 0,30. AFC. Se eliminó el ítem 8 por explicar solo el 0,08 % de la varianza. El ajuste fue poco aceptable CFI 0,87, TLI 0,82, RMSEA 0,11, WRMR 1,07, el alfa de Cronbach fue de 0,69); Escala de acciones Altruistas (AFE. Se obtuvo un factor que explicó el 32,75 % de la varianza, los pesos factoriales fueron superiores a 0,40; AFC. Se eliminaron los ítems siete y nueve, el ajuste fue adecuado CFI 0,91, TLI 0,90, RMSEA 0,11, WRMR 1,35. El alfa de Cronbach fue de 0,82); Escala de Equidad (AFE. Se obtuvo un factor que explicó el 34,87 % de la varianza, con pesos factoriales superiores a 0,43. AFC. El ajuste fue aceptable CFI 0,930, TLI 0,910, RMSEA 0,07, WRMR 0,896, el alfa de cronbach fue de 0,77); y la Escala de Satisfacción con la Vida (AFE. Integrada por un factor que explicó el 52,46 % de la varianza, con pesos factoriales superiores a 0,66. AFC. El ajuste fue adecuado CFI 0,968, TLI 0,936, RMSEA 0,124, WRMR 0,776, el alfa de Cronbach de 0,76).

Diseño de investigación. Análisis ex post facto prospectivo con más de un eslabón causal.

Procedimiento. a) Se tomó una muestra piloto (N=388). b) Entrevistas cognitivas. c) Consentimiento informado y administración de auto-informe. d) Análisis de datos con SPSS22, AMOS y M-PLUS 6.12.

Análisis de datos. a) Análisis Factorial Exploratorio y Análisis Factorial Confirmatorio. b) Análisis descriptivo y ANOVA. c) Análisis de ecuaciones estructurales.

Análisis de datos

En el anexo N°1 se pueden observar los índices de ajuste obtenidos en el Modelo A, el Modelo B y el Modelo C. Los valores indicaron que tanto el Modelo A (GFI = 0,95; CFI = 0,90; RMSEA = 0,12) el Modelo B (GFI = 0,94; CFI = 0,87; RMSEA = 0,11), como el Modelo C (GFI = 0,92; CFI = 0,83; RMSEA = 0,08) ajustan óptimamente.

Sin embargo, el Chi cuadrado sobre grados de libertad confirman que el Modelo C (χ^2 (52) = 154,48, $p = 0,000$; CMIN/DF = 2,97) presentó un ajuste superior a los Modelos A y B.

Se pudo establecer estadísticamente que el Modelo C es superior al Modelo A y al Modelo B porque la diferencia del Chi Cuadrado (Dif. χ^2) entre ambos modelos con respecto al Modelo C fue significativa (Diferencia entre Modelo C y Modelo A, χ^2 (44) = 110,84, $p = 0,000$; Diferencia entre Modelo C y Modelo B, χ^2 (38) = 85,69, $p = 0,000$).

En el anexo N°2 se observa que el modelo explicativo de los estilos de vida sustentables y el bienestar subjetivo explicó el 86% de la varianza. La variable interdependencia ($R^2=0,03$; $\beta = 0,17$; $p = 0,02$) es la que menos contribuye al constructo, en tanto que el porcentaje de varianza explicado fue bajo.

La consideración de consecuencias inmediatas presentó una contribución negativa sobre las cogniciones ambientales ($R^2=0,13$; $\beta=-0,36$; $p=0,00$), en tanto que la consideración de futuras consecuencias, contribuyó positivamente ($R^2=0,27$; $\beta=0,51$; $p= 0,00$).

Se pudo corroborar la contribución predictiva directa sobre los estilos de vida sustentables de las cogniciones ($\beta = 0,79$, $p =0,00$) y de las emociones ambientales ($\beta = 0,49$, $p =0,00$). También se encontró que los Estilos de Vida Sustentables predicen las conductas ambientales: equidad ($R^2=0,27$; $\beta = 0,52$; $p = 0,00$), conducta pro-ecológica ($R^2=0,48$; $\beta = 0,69$; $p = ,00$), austeridad ($R^2=0,20$; $\beta = 0,44$; $p = 0,00$) y altruismo ($R^2=0,23$; $\beta = 0,48$; $p = 0,00$).

Entre los Estilos de Vida Sustentables y la satisfacción con la vida no existe contribución significativa ($R^2=0,01$; $\beta = 0,09$; $p = 0,17$).

Discusión

El Modelo C, fue el que mejor ajuste presentó y se probó la relación entre las disposiciones psicológicas de los Estilos de Vida Sustentables (emociones y cogniciones), comportamientos ambientales (altruismo, conducta pro-ecológica, austeridad y equidad) y satisfacción con la vida. Se observa que el modelo explica el 86% de la varianza, con índices de bondad de ajuste adecuados. No obstante, se aprecia que la SV explicó solo el 1% de los EVS y este valor no fue significativo. Este resultado si bien se opone a lo expresado por Corral-Verdugo (2010), es coherente con lo mencionado por otros autores, para quienes la satisfacción con la vida sería un constructo complejo determinado por

múltiples factores, como la edad (Martínez, 2004), el estado civil (Amato, et al. 2007), las creencias de auto-eficacia y el auto-concepto (Caprara, et al. 2006). Así mismo, esto coincide con los postulados del paradigma sustentable, el cual expresa que los EVS son patrones de acción y consumo que permiten afiliarse y diferenciarse de otras personas, porque permiten la satisfacción de necesidades básicas, alcanzar una mejor calidad de vida y minimizar el uso de los recursos naturales, emisión de desechos y contaminantes (CSD, 2004). Por lo tanto la Sustentabilidad se encuentra ligada al bienestar de la población, en tanto que para que exista una sociedad sustentable se deben satisfacer las necesidades físicas, sociales, políticas/institucionales y económicas de sus habitantes (Gouveia, 2002).

En síntesis la satisfacción con la vida, es un concepto complejo, que se explica por la presencia de factores individuales, sociales, culturales, económicos, políticos y que al formar parte del bienestar subjetivo, constituye un estado interno de homeostásis, orientado a la búsqueda de satisfacción de necesidades deficitarias y de desarrollo a lo largo de la vida (Anguas, 2000; Arita, 2004). Por lo tanto no sería suficiente con tener EVS para poder alcanzar el BS, ya que es un estado multideterminado por factores sociales, familiares, económicos, políticos, etc.

Las cogniciones tendrían mayor poder explicativo sobre los EVS que las Emociones. Desde la Teoría de la Acción Planeada (Ajzen, 1991), las creencias proveen la base cognitiva a partir de la cual se desarrolla un proceso deliberativo vinculado a la norma subjetiva que cada persona tiene y hace que se lleve a cabo una conducta. Menciona la intención de conducta para referirse a las cogniciones que afectan el comportamiento.

Las emociones ambientales explican en menor porcentaje a los EVS que las cogniciones ambientales. Coincide con lo explicado por Zajonc (1980). Las cogniciones permitirían dar un significado a la experiencia y activar procesos fisiológicos que activarían la emoción, como lo plantea Santiago, et al. (2006) y es explicado desde el Modelo Bioinformativo de Peter Lang (1984), pero no serían suficientes para activar las conductas ambientales.

Los EVS se expresan en conductas pro-ecológicas, equitativas, austeras y altruistas (Corral-Verdugo, 2010). Las conductas pro-ecológicas son las que mayor poder explicativo tienen sobre los EVS. Las otras conductas también tienen un adecuado poder explicativo, pero sería significativamente menor. Se cuestiona la independencia de estas conductas respecto a la conducta pro-ecológica. Dado que para que una conducta sea sustentable, debe implicar

patrones reducidos de consumo y desperdicio, permitir el beneficio hacia otras personas antes que hacia uno mismo (Van de Vliert, Huang y Parker, 2004) y favorecer el acceso equitativo a los recursos y la satisfacción de necesidades. Además metodológicamente, surge la dificultad de medir estas variables de modo independiente, dado que hay ítems que miden conducta pro-ecológica y que coinciden teóricamente con los reactivos que evalúan austeridad, equidad o altruismo.

Con respecto a los análisis psicométricos realizados, en cinco escalas se consideró necesario eliminar ítems: se sugiere en futuros estudios revisar o modificar su contenido. Las demás escalas son factibles de utilizar en Argentina.

Conclusión

Se concluye que: el Modelo explicativo de los Estilos de Vida Sustentables de Corral-Verdugo (2010) explica adecuadamente el funcionamiento de las cogniciones, emociones y conductas sustentables; Los Estilos de Vida Sustentables no tienen relación con la satisfacción con la vida en las personas que los practican; Las conductas altruistas, pro-ecológicas, equitativas y austeras son parte de una misma conducta que podría llamarse comportamiento sustentable, por integrar a las acciones que actúan sobre el medio físico y social; Las creencias de interdependencia humana intervienen muy poco en las cogniciones que explican los EVS; Es fundamental la ejecución de la Educación Ambiental como herramienta que permita el desarrollo a temprana edad y en todos los niveles educativos de Estilos de Vida Sustentables.

Anexos

Anexo N°1.

Modelos	Índices de ajuste							Dif. X ²
	X ²	Df	CMIN/D F	GFI	CFI	RMSE A	CI 90% de RMSEA	
Modelo A	43,64***	8	5,45	0,95	0,90	0,12	0,08. 0,15	110,84***
Modelo B	68,79***	14	4,91	0,94	0,87	0,11	0,08. 0,14	85,69***
Modelo C	154,48***	52	2,97	0,92	0,83	0,08	0,06. 0,09	

Anexo N°2.

