

Artículo Científico

Bienestar psicológico en madres y padres venezolanos con hijos emigrantes

Psychological Well-being in Venezuelan Mothers and Fathers with Emigrant Adult Children

Valentina Bracho^a Cindy Piñango^b

^a Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela. Correo electrónico valentinabracho14@gmail.com Código ORCID <https://orcid.org/0000-0002-3225-7623>

^b Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela. Correo electrónico: cindycpinango@gmail.com Código ORCID <https://orcid.org/0000-0003-2487-0409>

Entregado: 17 de marzo de 2021

Aprobado: 12 de mayo de 2021

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar el bienestar psicológico en madres y padres venezolanos con hijos emigrantes. Es de tipo y nivel descriptivo. Se utilizó un diseño de investigación no experimental transeccional descriptivo. La muestra estuvo conformada por 120 sujetos, madres y padres venezolanos, de 45 a 70 años, con hijos en el exterior, a quienes se les aplicó la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Ryff (1989) adaptada por Díaz y otros (2006). Se evidenció que la población encuestada posee un bienestar psicológico elevado, concluyendo que saben identificar sus emociones, están en continuo aprendizaje y se sienten satisfechos con ellos mismos. Por otro lado, no se encontraron diferencias significativas entre el género, edad y situación sentimental.

Palabras clave: Bienestar psicológico, madres, padres, venezolanos, emigrantes

ABSTRACT

The general goal of this research project was to determine the psychological well-being of Venezuelan mothers and fathers with emigrant children. It is of a descriptive type and level. It uses a non-experimental transversal descriptive design. The sample was composed of 120 Venezuelan mothers and fathers between 45 and 70 years old with emigrated children, to whom Ryff's Psychological Wellbeing Scale (1989) as adapted by Díaz and others (2006) was applied. The evidence showed that the interviewed population has an elevated psychological wellbeing, leading to the conclusion that they know how to identify their emotions, are in a constant learning process, and feel satisfied with themselves. Moreover, there were no significant differences between gender, age and emotional situation.

Key words: Psychological well-being, mothers, fathers, Venezuelan, emigrants

INTRODUCCIÓN

El concepto de bienestar ha generado alto interés desde la década de los años setenta, tanto en el ámbito de la salud como en la psicología, causando impacto a nivel mundial como un término subjetivo en el cual las condiciones físicas y mentales le proporcionan tranquilidad al individuo. Se le considera

un término dinámico y a su vez subjetivo, que cambia con el tiempo y se adapta a cada persona junto a sus proyectos de vida. De este modo, La Oficina de Gobierno para la Ciencia de London, 2008 (citado por Sempere y otros, 2010) lo definen como “un estado dinámico en el cual el individuo puede desarrollar su potencial, trabajar productiva y creativamente, construir relaciones sólidas y positivas con otros, y contribuir a su comunidad (...)”. (p. 34). Es evidente entonces que el bienestar abarca aspectos más allá del “sentirse bien”, ya que también implica que la persona mantenga un equilibrio a nivel funcional y reconozca sus virtudes y privilegios.

Diversos estudios han indicado que el concepto de bienestar se convirtió en objeto de estudio después del caos ocasionado por la Segunda Guerra Mundial, donde la psicología tuvo un papel significativo; ante esto, Fredickson, 2000 (citado por García, 2014) explica que al hablar de bienestar “el foco ya no se centra exclusivamente en tratar los síntomas de los desórdenes psicológicos, sino también en promocionar y fortalecer lo que de saludable, positivo y adaptativo hay en todo ser humano, desde el punto de vista cognitivo, emocional y comportamental” (p.15). Es importante resaltar que el período de la postguerra ocasionó grandes efectos en la labor de los psicólogos, descubrieron que podían utilizar sus conocimientos para tratar más allá de los trastornos mentales, dándole una nueva concepción a la psicología, donde se puede visualizar lo positivo y único de cada ser humano y responder en torno a esto.

Ahora bien, el concepto de bienestar psicológico se formuló inicialmente en Estados Unidos, y se determinó a raíz del desarrollo de las sociedades industrializadas, así como por la mejora de las condiciones de vida (Garaigordobil y otros, 2009). Como variable de estudio, el bienestar psicológico ha sido definido por muchos autores; su principal exponente, Ryff (1989), lo define como el esfuerzo para desarrollar las propias capacidades y potencialidades, para que de este modo la vida alcance su propio significado, para lograr con esfuerzo y superación metas valiosas, a pesar de las adversidades de la vida. De acuerdo a su modelo multidimensional, las dimensiones que abarca el bienestar psicológico son: Autoaceptación, Relaciones positivas, Autonomía, Dominio del entorno, Crecimiento personal y Propósito de vida.

Resulta oportuno explicar en qué consiste cada una de las dimensiones planteadas por Ryff (1989). En primer lugar, la Autoaceptación se refiere a sentirse bien consigo mismo incluso siendo consciente de sus propias limitaciones. En cuanto a la dimensión de Relaciones positivas, se refiere a la capacidad para establecer relaciones cálidas y hacer llevaderas las relaciones interpersonales. Por otra parte, la Autonomía se define como la capacidad de sostener la propia individualidad en diferentes contextos sociales. Respecto a la dimensión de Dominio del entorno, ésta consiste en habilidades para crear o escoger ambientes que se adaptan tanto a las capacidades como las necesidades personales. En

referencia al Crecimiento personal, tiene que ver con el desarrollo personal que concretar mediante objetivos trazados. Por último, el Propósito de vida consiste en objetivos que permiten dotar de significado y sentido la vida.

En cuanto a este aspecto, Mayordomo y otros (2016) realizaron una investigación cuyo objetivo fue evaluar las diferencias en las dimensiones del bienestar psicológico en función de los grupos de edad, sexo y su interacción. Los resultados mostraron una disminución con la edad, en las dimensiones de bienestar psicológico de relaciones positivas con otros y crecimiento personal, dominio del entorno y pérdida de autonomía en adultos mayores. Por otro lado, la dimensión de autoaceptación difiere entre sexos con la edad; las mujeres mostraron un descenso en su crecimiento personal con la edad, mientras que el dominio del entorno aumenta con la edad adulta, con mayor estabilidad en mujeres.

Desde la perspectiva más general, González-Méndez, 2005 (citado por Martín, 2016) refiere que “el bienestar psicológico se vincula con el estado emocional y mental, el cual determina el funcionamiento psíquico apropiado en la persona a través de su paradigma personal (...)” (p.16). Asimismo, se encuentra vinculado en el modo en el que las personas se enfrentan a los desafíos que van apareciendo a lo largo de sus vidas, así como la forma en la que los pueden utilizar y aprender de los mismos, sobre todo viendo el sentido de la vida (Martín, 2016). Significa entonces que el bienestar psicológico de cada persona dependerá en gran parte de la percepción que ésta tiene sobre su propio funcionamiento, su vida, sus sentimientos y sus logros, así como también, de cuánto trabaje para mejorar esos aspectos y sobreponerse a las adversidades.

Cabe señalar que el bienestar psicológico puede verse afectado por diversos factores que amenacen el funcionamiento de las dimensiones antes mencionadas, uno de ellos es el sentimiento de vacío o abandono resultante de la migración. A este aspecto Ruiz, 2002 (citado por Sánchez, 2017) lo define como “los desplazamientos de personas que tienen como intención un cambio de residencia desde un lugar de origen a otro de destino, atravesando algún límite geográfico que generalmente es una división político-administrativa” (p. 13).

En los últimos años, Latinoamérica ha incrementado el flujo de migraciones a nivel mundial; específicamente en Venezuela, este fenómeno se ha hecho notar de modo que la ola migratoria se ha considerado una crisis humanitaria tanto laboral como cultural por el considerable número de venezolanos saliendo del país diariamente. La Plataforma de Coordinación para refugiados y migrantes de Venezuela (R4V), estima que para el año 2021 han salido 5,5 millones de venezolanos. Vargas (2018) expone que, en principio, sólo emigraban las personas altamente calificadas con nivel socio-

económico medio o alto, sin embargo, en los últimos cuatro años este proceso se ha visualizado en todos los estratos económicos.

En relación a esto, Genesi (2016) realizó una investigación cuyo propósito fue determinar el estilo de afrontamiento y bienestar psicológico en familiares de emigrantes venezolanos. Los resultados obtenidos arrojaron que estos sujetos a veces emplean estilos de afrontamiento centrados en el problema y otros centrados en la emoción, por lo que el uso de una u otra estrategia depende de la situación. A la vez, las dimensiones del bienestar psicológico como variable fueron altas. En conclusión, los familiares de emigrantes venezolanos aplican ambos tipos de afrontamiento y tienen un adecuado bienestar psicológico.

Conviene destacar que la migración afecta de forma paralela, tanto a las personas que parten como a las que se quedan. En este último caso, se consideran de interés los padres de quienes emigran, que se mantienen en Venezuela, lejos de sus hijos. En tal sentido, Xie y otros (2014) encontraron que aquellos dejados atrás sienten diversas emociones, que van desde la ambivalencia emocional a la cólera y la angustia. En efecto, el sentimiento de pérdida es inevitable, ya que cada día son más jóvenes venezolanos los que deciden salir del país, dejando atrás a sus padres, produciendo daños colaterales que, si no son atendidos a tiempo, afectan en su bienestar psicológico.

Por lo tanto, es relevante considerar a los padres de las personas que se marchan, que, aunque las remesas cubran sus necesidades básicas, no sustituyen la sensación de vacío dentro del hogar. Adaptarse a la nueva realidad resulta difícil ya que a lo largo de los años han fijado una rutina, costumbres y tradiciones junto al núcleo familiar. Por consiguiente, Melgosa, 2006 (citado por Enríquez, 2014) refiere que “la tristeza que deja la partida de los hijos se puede manifestar como una depresión transitoria, desinterés, desgano, cansancio (...); así como también se presenta una sensación de vacío emocional, falta de afecto, y vacío físico de los ambientes de la casa”. (p.35)

Como resultado de las consideraciones señaladas anteriormente, Parella, 2007 (citado por Atencio y Saavedra, 2017) plantea:

Los padres aman a sus hijos y quieren lo mejor para ellos. Pero muchas veces ‘lo mejor para ellos’ entra en franco conflicto con lo mejor para sus hijos. Además, explica que muchos padres reciben el proyecto migratorio de un hijo con alegría, otros con resignación y la mayoría con un sentimiento ambiguo, oscilando entre la alegría esperanzadora por el posible mejor futuro y la tristeza por la distancia y la pérdida de contacto permanente. Habitualmente los padres de quienes emigran se encuentran en la adultez madura, o iniciando la vejez. Es común que deseen

vivir esta etapa con ciertas semejanzas a como la vivieron sus propios padres, o incluso previamente han construido una expectativa acerca de esta etapa que no incluía la distancia de los hijos. (p.14)

En atención a la problemática expuesta, la presente investigación es relevante en el ámbito contemporáneo ya que actualmente la migración es un tema muy común y frecuente en Venezuela, debido a la situación de pobreza, devaluación de la moneda, deterioro del sistema de salud, entre otros problemas, que han generado una crisis humanitaria en el país; por lo tanto, los venezolanos se movilizan en busca de calidad de vida. Para los padres de estos venezolanos, es difícil el hecho de que sus hijos vivan en otro país, ya que en ellos suele generarse una sensación de vacío que aflige su vida a nivel psicológico y emocional.

Desde el punto de vista social, esta investigación es de gran relevancia ya que contribuye a visualizar un problema que actualmente afecta a gran parte de la población venezolana adulta. Esta situación puede ser comprendida por los padres desde un aspecto negativo y un aspecto positivo. El aspecto positivo sería el alivio de tener cómo sustentar sus necesidades básicas con las remesas enviadas por sus hijos, para los casos en los que esto aplique. Por otra parte, el aspecto negativo sería el impacto psicológico y emocional que conlleva el vivir lejos de sus hijos.

Finalmente, en cuanto al aspecto práctico, la presente investigación es relevante ya que puede ser de utilidad en la práctica profesional para crear formas de intervención en la población afectada. Del mismo modo, la investigación puede alentar a los padres participantes a que asistan a terapia psicológica. En base a la problemática expuesta, se formula la siguiente interrogante: ¿Cómo es el bienestar psicológico en madres y padres venezolanos con hijos emigrantes? Por lo tanto, se plantea como objetivo general de la investigación, determinar el bienestar psicológico en madres y padres venezolanos con hijos emigrantes.

MÉTODO

La presente investigación utilizó el método cuantitativo, puesto que midió la variable en función de una magnitud, extensión o cantidad determinada. Es de tipo y nivel descriptivo, ya que pretende medir o evaluar, con la mayor precisión posible, diversos aspectos, dimensiones o componentes de la variable Bienestar Psicológico sin priorizar el interés por conocer ni el origen, causa y/o efecto del fenómeno en cuestión. El modelo de investigación utilizado es el estudio de campo, el cual consiste en la recolección de datos directo de la realidad, sin manipular o controlar las variables; estudia los fenómenos sociales en su ambiente natural. Por último, se utilizó un diseño de investigación no experimental transeccional

descriptivo, pues se pretende observar los hechos sin intervención directa para posteriormente analizarlos; además, tiene como objetivo indagar la incidencia y los valores en que se manifiesta una o más variables en un momento único.

La población estuvo conformada por madres y padres venezolanos, de 45 a 70 años, con hijos en el exterior. La muestra fue seleccionada a través de un muestreo no probabilístico por bola de nieve, el cual consiste en seleccionar un grupo inicial de sujetos, a partir de los cuales se les pide que identifiquen otros sujetos con sus mismas características, a fin de ir incrementando los participantes y cubrir el tamaño de la muestra. Se realizó el cálculo a través de una fórmula utilizada para variables cualitativas y población desconocida o infinita, y se obtuvo un total de 120 sujetos.

El instrumento que se aplicó para medir la variable fue la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Ryff (1989) y adaptada por Díaz y otros (2006), emplea una escala tipo Likert compuesta por 39 ítems divididos en 6 dimensiones: autoaceptación (1, 7, 13, 19, 25, 31); relaciones positivas (2, 8, 14, 20, 26, 32); autonomía (3, 4, 9, 10, 15, 21, 27, 33); dominio del entorno (5, 11, 16, 22, 28, 39); crecimiento personal (24, 30, 34, 35, 36, 37, 38); propósito de vida (6, 12, 17, 18, 23, 29). Su aplicación es de forma colectiva o individual en un tiempo aproximado de 15 a 20 minutos. Posee seis alternativas de respuesta: “Totalmente en desacuerdo”, “Poco de acuerdo”, “Moderadamente de acuerdo”, “Muy de acuerdo”, “Bastante de acuerdo” y “Totalmente de acuerdo”. En cuanto a la corrección se consideró 22 ítems de forma directa (1, 3, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 19, 21, 23, 24, 28, 31, 32, 35, 37, 38, 39) y 17 ítems en inversa (2, 4, 5, 8, 9, 13, 15, 20, 22, 25, 26, 27, 29, 30, 33, 34, 36).

Tabla 1

Baremo de corrección para ítems de forma directa

Respuesta	Puntuación
Totalmente en desacuerdo	1
Poco de acuerdo	2
Moderadamente de acuerdo	3
Muy de acuerdo	4
Bastante de acuerdo	5
Totalmente de acuerdo	6

Fuente: Díaz y otros, 2006 (citado por Pérez, 2017)

Tabla 2

Baremo de corrección para ítems de forma inversa

Respuesta	Puntuación
Totalmente en desacuerdo	6
Poco de acuerdo	5
Moderadamente de acuerdo	4
Muy de acuerdo	3
Bastante de acuerdo	2
Totalmente de acuerdo	1

Fuente: Díaz y otros, 2006 (citado por Pérez, 2017)

Para su interpretación se consideró los 39 ítems con puntuaciones comprendidas entre 1 y 6 para un total de 234 puntos como máximo.

Tabla 3

Baremo de interpretación

Puntuación total	Interpretación
>176	Bienestar psicológico elevado
175-141	Bienestar psicológico alto
140-117	Bienestar psicológico moderado
<116	Bienestar psicológico bajo

Fuente: Ryff, 1989 (citado por Pinto, 2017)

Tabla 4

Rangos	Autoaceptación	Dominio del entorno	Relaciones positivas	Crecimiento personal	Autonomía	Propósito de vida
Alto	>27	>27	>27	>32	>36	>27
Medio	18-26	18-26	18-26	21-31	24-35	18-26

Bajo	<25	<25	<25	>20	>23	<25
------	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Baremos de interpretación para las dimensiones del Bienestar psicológico según Ryff

Fuente: Merino (2019)

Por último, respecto a las propiedades psicométricas del instrumento adaptado, Díaz y otros (2006) describen que se obtuvo una validez adecuada, comprobada a través de un análisis factorial confirmatorio. En cuanto a la confiabilidad, en general, la totalidad de las escalas muestran una consistencia interna buena, con valores comprendidos entre 0,71 y 0,83, a excepción de la de Crecimiento Personal cuya consistencia es sólo aceptable ($\alpha = 0,68$).

RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados obtenidos en la investigación Bienestar Psicológico en madres y padres venezolanos con hijos emigrantes, respondiendo a los siguientes objetivos específicos: Describir la autoaceptación, identificar las relaciones positivas, establecer la autonomía, describir el dominio del entorno, identificar el crecimiento personal, establecer el propósito de vida y comparar el bienestar psicológico en madres y padres venezolanos con hijos emigrantes en función del género, la edad y la situación sentimental.

La muestra final quedó conformada por 120 personas de sexo femenino (80%) y masculino (20%), con un promedio de edad de 56,84 años, siendo el menor de 45 años de edad y el mayor de 70 años. Con relación a la situación sentimental 8,3% eran solteros, mientras que 59,2% estaban casados o estaban en una relación (11,7%). Asimismo, 13,3% manifestaron estar divorciados y 7,5% están en un estado de viudez.

Tabla 5

Descriptivos de Bienestar Psicológico

Variables	N	Mínimo	Máximo	$\bar{X}$	s
Autoaceptación	120	13,00	36,00	27,5083	5,37188
Relaciones positivas	120	11,00	36,00	25,7167	6,06434
Autonomía	120	23,00	48,00	39,1250	5,95581
Dominio del entorno	120	14,00	36,00	28,2583	4,42015
Crecimiento personal	120	19,00	42,00	33,9083	5,25644
Propósito de vida	120	10,00	36,00	28,5167	6,19973
Bienestar Psicológico	120	103,00	231,00	183,0333	24,64809

Los resultados de la Tabla 5 indicaron que las madres y padres venezolanos con hijos emigrantes mantienen un rango alto en las dimensiones de Autoaceptación, Autonomía, Dominio del entorno, Crecimiento personal y Propósito de vida. De acuerdo con Ryff (1989), esto quiere decir que poseen una actitud positiva hacia sí mismos, reconocen y aceptan tanto buenas como malas cualidades propias, son determinados e independientes, son capaces de resistirse a la presión social para pensar y actuar de ciertas formas, tienen un sentido de dominancia y competencia para manejar el ambiente, son capaces de escoger o crear contextos apropiados para sus necesidades y valores personales, tienen metas y objetivos de vida y un sentido de dirección, mantienen creencias que le dan propósito a la vida, están abiertos a nuevas experiencias, observan mejorías en sí mismos a través del tiempo, entre otras cosas.

Por otra parte, la dimensión de Relaciones positivas se ubicó en un rango medio, lo cual coincide con los resultados de la investigación de Mayordomo y otros (2016), que tuvo como objetivo evaluar las diferencias en las dimensiones del bienestar psicológico en función de los grupos de edad, sexo y su interacción; sus resultados indicaron que la dimensión de Relaciones positivas disminuye con la edad, en adultos y adultos mayores.

En el orden de las ideas anteriores, el hallazgo encontrado sobre la dimensión de Relaciones positivas, podría deberse a que si bien tienen relaciones de calidad con los demás y gente con la que pueden contar, en ocasiones pueden sentirse un poco aislados o frustrados en estas relaciones. Además, los adultos principalmente mantienen vínculos significativos con el círculo familiar y con viejas amistades y no suelen buscar crear nuevos lazos fuera de su zona de confort, lo cual también debe ser razón para que no se sientan totalmente satisfechos con las relaciones que mantienen con personas cercanas.

Tabla 6

Comparación de Bienestar Psicológico según el género

Variables	Género	$\bar{X}$	T	Sig.
Autoaceptación	Femenino	27,8854	1,547	,125
	Masculino	26,0000		
Relaciones positivas	Femenino	25,9583	,872	,385
	Masculino	24,7500		
Autonomía	Femenino	38,6563	-1,739	,085
	Masculino	41,0000		
Dominio del entorno	Femenino	28,4063	,732	,466
	Masculino	27,6667		
	Femenino	33,9063	-,009	,993

Crecimiento personal	Masculino	33,9167		
Propósito de vida	Femenino	28,6771	,565	,573
	Masculino	27,8750		
Bienestar Psicológico	Femenino	183,4896	,404	,687
	Masculino	181,2083		

Tabla 7

Comparación de Bienestar Psicológico según el grupo de edad

Variables		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Autoaceptación	Inter-grupos	16,379	2	8,190	,280	,756
	Intra-grupos	3417,612	117	29,210		
	Total	3433,992	119			
Relaciones positivas	Inter-grupos	82,587	2	41,293	1,125	,328
	Intra-grupos	4293,780	117	36,699		
	Total	4376,367	119			
Autonomía	Inter-grupos	17,516	2	8,758	,244	,784
	Intra-grupos	4203,609	117	35,928		
	Total	4221,125	119			
Dominio del entorno	Inter-grupos	71,666	2	35,833	1,861	,160
	Intra-grupos	2253,326	117	19,259		

	Total	2324,992	119			
Crecimiento personal	Inter-grupos	17,791	2	8,896	,318	,728
	Intra-grupos	3270,201	117	27,950		
	Total	3287,992	119			
Propósito de vida	Inter-grupos	3,783	2	1,891	,048	,953
	Intra-grupos	4570,184	117	39,061		
	Total	4573,967	119			
Bienestar Psicológico	Inter-grupos	223,075	2	111,538	,181	,835
	Intra-grupos	72072,792	117	616,007		
	Total	72295,867	119			

Tabla 8

Comparación de Bienestar Psicológico según situación sentimental

Variables		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Autoaceptación	Inter-grupos	239,335	4	59,834	2,154	,079
	Intra-grupos	3194,657	115	27,780		
	Total	3433,992	119			
Relaciones positivas	Inter-grupos	145,563	4	36,391	,989	,416
	Intra-grupos	4230,803	115	36,790		
	Total	4376,367	119			
Autonomía	Inter-grupos	143,031	4	35,758	1,008	,406
	Intra-grupos	4078,094	115	35,462		
	Total	4221,125	119			
Dominio del entorno	Inter-grupos	107,988	4	26,997	1,400	,238

	Intra- grupos	2217,004	115	19,278		
	Total	2324,992	119			
Crecimiento personal	Inter- grupos	108,391	4	27,098	,980	,421
	Intra- grupos	3179,601	115	27,649		
	Total	3287,992	119			
Propósito de vida	Inter- grupos	275,020	4	68,755	1,839	,126
	Intra- grupos	4298,946	115	37,382		
	Total	4573,967	119			
Bienestar Psicológico	Inter- grupos	5233,818	4	1308,454	2,244	,069
	Intra- grupos	67062,049	115	583,148		
	Total	72295,867	119			

En cuanto a los resultados obtenidos se pudo determinar que no se observaron diferencias significativas entre el género, edad y situación sentimental de las madres y padres encuestados. Se evidenció un bienestar psicológico elevado, es decir, saben identificar sus emociones, están en continuo aprendizaje y se sienten satisfechos con ellos mismos. Villagrán, 2009 (citado por Rosales, 2018) explica que estas personas están más preparadas para solucionar de distintas formas los retos cotidianos, experimentan alegría a pesar de los desafíos que enfrentan y tienen capacidad de socializar permitiéndoles ajustarse adecuadamente en todos los aspectos de su vida.

Estos resultados se asemejan con los hallados en la investigación de Genesi (2016), la cual tuvo como objetivo determinar el estilo de afrontamiento y bienestar psicológico en familiares de emigrantes venezolanos; se evidenció que las dimensiones y el bienestar psicológico como variable fueron altas, demostrando así, que los familiares de emigrantes poseen los recursos personales necesarios para afrontar las demandas del medio.

DISCUSIÓN

Se puede inferir que los padres en general a pesar de tener a sus hijos lejos pueden experimentar distintas emociones, pueden llegar a sentirse consolados hasta orgullosos, frente a la demostración de que sus hijos son capaces de ser autónomos, autoabastecerse y mejorar en aspectos personales y económicos, algo difícil de lograr con la situación actual de Venezuela. Troya, 2006 (citado por Genesi,

2016) explica que “la migración constituye un medio para mejorar el nivel de vida y trae consigo un considerable potencial de desarrollo para los migrantes y sus familias, especialmente de orden económico” (p.43).

Para finalizar, otro aspecto importante que influye en el bienestar psicológico es que la mayoría de los padres encuestados están casados, de esta manera, consiguen apoyo mutuo para manejar la sensación de soledad en su cónyuge y en los familiares que aún están en el país. Troya, 2006 (citado por Genesi, 2016) refiere que “en etapa de migración de los hijos, los padres pueden redirigir su vida de manera positiva y beneficiosa con el fin de lograr alcanzar nuevos objetivos e inclusive mejorar sus relaciones íntimas” (p.65). En otras palabras, los vínculos establecidos mejoran y además pueden alcanzar metas propuestas anteriormente que no habían podido lograr debido al cuidado de los hijos.

CONCLUSIONES

Al analizar y discutir los resultados obtenidos se dio respuesta al objetivo general de la investigación indicando que las madres y padres venezolanos con hijos emigrantes poseen un bienestar psicológico elevado, lo cual quiere decir que, saben identificar sus emociones, están en continuo aprendizaje y se sienten satisfechos con ellos mismos. Esto demuestra que tener hijos en el exterior no detiene a los padres para continuar desarrollándose en todos los aspectos de su vida, por lo tanto, no afecta en su bienestar psicológico.

En cuanto a las dimensiones de la variable investigada se pudo determinar que los encuestados mantienen un rango alto en las dimensiones de Autoaceptación, Autonomía, Dominio del entorno, Crecimiento personal y Propósito de vida. Sin embargo, la dimensión de Relaciones positivas se ubicó en un rango medio, esto podría deberse a que si bien tienen relaciones de calidad con los demás y gente con la que pueden contar, en ocasiones pueden sentirse un poco aislados o frustrados.

En relación al bienestar psicológico como variable, no se encontraron diferencias significativas entre el género, edad y situación sentimental de las madres y padres encuestados. Esto puede deberse a que los padres en general a pesar de tener a sus hijos lejos pueden experimentar distintas emociones frente a la demostración de que sus hijos son capaces de ser autónomos, autoabastecerse y mejorar en aspectos personales y económicos. Asimismo, es importante destacar que la mayoría de los padres evaluados son casados, por lo tanto, pueden recibir apoyo mutuo de su pareja ayudándoles a enfrentar la sensación de soledad.

Al concluir la investigación es conveniente recomendar a la población indicada: madres y padres venezolanos con hijos emigrantes, asistir a terapia de grupos de apoyo ubicados en fundaciones o

iglesias para estimular su crecimiento tanto personal como a nivel social y de esta manera mantener un bienestar psicológico adecuado, también, realizar nuevas actividades y plantearse objetivos que los apasionen, permitiéndoles proyectar el resto de su vida dándole un significado. Por último, se recomienda a otros investigadores a seguir estudiando la variable bienestar psicológico en poblaciones afectadas por la emigración, así como también, estudiar otras variables relacionadas como calidad de vida, ya que existe poca información al respecto.

REFERENCIAS

- Atencio, G. y Saavedra, L. (2017). Estrategias de afrontamiento en padres con hijos emigrantes. (Tesis de pregrado, Universidad Rafael Urdaneta), Maracaibo, Venezuela.
- Enríquez, L. (2014). Satisfacción marital en parejas que atraviesan la etapa de nido vacío (Estudio realizado en la iglesia Sagrada Familia de Quetzaltenango, comprendido entre las edades de 45 a 60 años). (Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar), Quetzaltenango, Guatemala.
- García, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En-claves del Pensamiento*, 8(16) 13-29. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=141132947001>
- Garaigordobil, M., Aliri, J. y Fontaneda, I. (2009). Bienestar psicológico subjetivo: diferencias de sexo, relaciones con dimensiones de personalidad y variables predictoras. *Psicología conductual*, 17(3), 543-559. <https://www.researchgate.net/publication/215731847>
- Genesi, J. (2016). Afrontamiento y Bienestar psicológico en familiares de emigrantes venezolanos. (Tesis de pregrado, Universidad Rafael Urdaneta), Maracaibo, Venezuela.
- Martín, V. (2016). Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo. (Tesis de pregrado, Universidad de La Laguna), San Cristóbal de La Laguna, España. <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/3815>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. y Meléndez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe>
- Merino, F. (2019). Adaptación lingüística y Baremación de la escala de Bienestar psicológico de Ryff al contexto de la población ecuatoriana. (Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador), Quito, Ecuador. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2730/1/76840.pdf>

- Pérez, M. (2017). Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos. (Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo), Lima, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/11339>
- Rosales, N. (2018). Bienestar psicológico y Calidad de vida (Estudio realizado con matrimonios jóvenes de la Iglesia Enseñanza de Agua Viva de la cabecera departamental de Quetzaltenango). (Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar), Ciudad de Guatemala, Guatemala. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/22/Rosales-Nancy.pdf>
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Sánchez, E. (2017). Definiciones y conceptos sobre la migración. Recuperado de: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lri/guzman_c_e/capitulo1.pdf
- Sempere, J., Acosta, A., Abdallah, S. y Ortí, M. (2010). Enfoques sobre bienestar y buen vivir. Recuperado de: <https://www.yumpu.com/es/document/read/48560085/enfoques-sobre-bienestar-y-buen-vivir-fuhem>
- Ticona, L. y Flores, M. (2017). Bienestar psicológico y capacidad de perdonar en estudiantes de una universidad privada de Lima Este, 2016. (Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión), Lima, Perú. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/418>
- Vargas, C. (2018). La migración en Venezuela como dimensión de la crisis. *Pensamiento Propio*, 47(23) 91-128. <http://www.cries.org/wpcontent/uploads/2018/09/009-Vargas.pdf>
- Xie, J., Ding, S., Zhong, Z., Yi, Q., Zeng, S., Hu, J. y Zhou, J. (2014). La salud mental es el factor más importante que influye en la calidad de vida en los adultos mayores que se quedan cuando las familias emigran fuera de las zonas rurales de China. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(3) 364-370. <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3400.2425>

Anexo n°1. Instrumento para medir la variable Bienestar Psicológico

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (1989), adaptada por Díaz y otros (2006)

Edad: _____ Género: F / M

Situación sentimental: Casado/a - Divorciado/a - Soltero/a - Viudo/a - En una relación

A continuación se presentan una serie de afirmaciones. Para contestar, coloque en el recuadro que se encuentra al lado derecho de cada afirmación, el número que represente la opción que más se parezca a su forma de ser. Le pedimos contestar con sinceridad cada una de ellas, este instrumento es estrictamente confidencial.

1= Totalmente en desacuerdo	4= Muy de acuerdo
------------------------------------	--------------------------

2= Poco de acuerdo	5= Bastante de acuerdo
3= Moderadamente de acuerdo	6= Totalmente de acuerdo

1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas	
2. <i>A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones</i>	
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente	
4. <i>Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida</i>	
5. <i>Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga</i>	
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad	
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo	
8. <i>No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar</i>	
9. <i>Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí</i>	
10. Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros piensan que son importantes	
11. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto	
12. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo	
13. <i>Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría</i>	
14. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas	
15. <i>Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones</i>	
16. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo	
17. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro	
18. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí	
19. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad	
20. <i>Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo</i>	
21. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general	
22. <i>Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen</i>	
23. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida	
24. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo	
25. <i>En muchos aspectos, me siento decepcionado de mis logros en la vida</i>	
26. <i>No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza</i>	
27. <i>Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos</i>	
28. Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria	
29. <i>No tengo claro qué es lo que intento conseguir en la vida</i>	
30. <i>Hace mucho tiempo que dejé de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida</i>	
31. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo	
32. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí	
33. <i>A menudo cambio mis decisiones si mis amigos o mi familia están en desacuerdo</i>	
34. <i>No quiero intentar nuevas formas de hacer las cosas; mi vida está bien como está</i>	
35. Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo.	
36. <i>Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona</i>	
37. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona	
38. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento	
39. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla	

Anexo n°2. Consentimiento informado

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por Valentina Bracho (C.I 26.709.488) y Cindy Piñango (C.I 27.418.060) de la Universidad Rafael Urdaneta. Su propósito es determinar el bienestar psicológico en madres y padres venezolanos con hijos emigrantes.

Si usted accede a participar en esta investigación, se le pedirá responder a un instrumento que mide el bienestar psicológico. Esto tomará aproximadamente 5 minutos de su tiempo.

La participación en esta investigación es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de la investigación. Sus respuestas al instrumento serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Valentina Bracho (C.I 26.709.488) y Cindy Piñango (C.I 27.418.060). He sido informado (a) de que su propósito es determinar el bienestar psicológico en madres y padres venezolanos con hijos emigrantes.

Me han indicado también que tendré que responder a un instrumento que mide el bienestar psicológico, lo cual tomará aproximadamente 5 minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Nombre del Participante (en letras de imprenta)

Fecha

Firma del Participante