

# **Análisis de la Discriminación Cotidiana y su relación con el Bienestar Subjetivos en una muestra de población Inmigrante**

**Trabajo Final de Grado**

Grado de Psicología

Khaoula Bzioui

Dirigido por la Dra. Elisabet Sánchez Rodríguez



**UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI**

Tarragona

2021-2022

## RESUMEN

La lucha contra la discriminación por origen racial o étnica en Europa y España cuenta con una gran cantidad de herramientas, instrumentos y legislaciones que tiene como motivo principal erradicar la desigualdad y garantizar los derechos fundamentales, a pesar de ello, los cambios sociales, culturales y económicos han podido provocar nuevos discursos de rechazo y distancia con las personas inmigrantes propiciando un malestar y un sentimiento de injusticia y desigualdad que puede dañar el bienestar y la calidad de vida de las personas en esta condición. El objetivo principal del presente estudio es analizar los niveles de discriminación, conocer los niveles de bienestar subjetivo para finalmente responder a la hipótesis planteada de que altos niveles de discriminación cotidiana se correlacionan con niveles bajos de bienestar subjetivo. Este análisis se ha llevado a cabo mediante dos cuestionarios psicométricos relacionados con las dos variables de interés, discriminación y bienestar en una muestra de población inmigrantes. Los resultados no indican diferencias significativas en niveles de discriminación y tampoco se ha podido demostrar una relación significativa entre las dos variables.

**Palabras claves:** Discriminación, bienestar subjetivo, población inmigrante.

## ABSTRACT

The fight against discrimination based on racial or ethnic origin in Europe and Spain has many tools, instruments, and legislation whose main motive is to eradicate inequality and guarantee fundamental rights, despite this, social, cultural and the economic ones have been able to provoke new discourses of rejection and distance with immigrants, causing discomfort and a feeling of injustice, stigma and inequality that can damage the well-being and quality of life of people in this condition. The main objective of this study is to analyze the levels of discrimination, on the one hand, to know the levels of subjective well-being and on the other hand, to finally respond to the hypothesis that high levels of daily discrimination are correlated with low levels of subjective well-being. This analysis has been carried out using two psychometric 2 questionnaires related to the two variables of interest, discrimination, and well-being in a sample of the immigrant population. The results do not

indicate significant differences in levels of discrimination, and it has not been possible to demonstrate a significant relationship between the two variables.

## Índice

1. Marco Teórico .....	4
1.1. Introducción: .....	4
1.2. Concepto de Persona Inmigrante: .....	5
1.3. Concepto de Minoría Étnica: .....	7
1.4. Concepto de Discriminación: .....	8
1.4.1. Tipos de discriminación: .....	9
1.4.2. Principales motivos de discriminación: .....	10
1.5. Concepto de Racismo: .....	11
1.6. Discriminación Percibida: .....	13
1.7. Bienestar Subjetivo .....	15
1.8. Relación entre Discriminación y Bienestar Subjetivo: .....	17
2. Objetivos e hipótesis .....	18
3. Metodología .....	19
3.1. Muestra: .....	19
3.2. Instrumentos: .....	20
3.2.1. Datos sociodemográficos: .....	20
3.2.2. Escala de Discriminación Cotidiana: .....	20
3.2.3. Escala de Bienestar Subjetivo: .....	21
3.2.4. Preguntas: .....	21
3.3. Procedimiento: .....	22
3.4. Análisis de datos: .....	22
4. Resultados .....	23
5. Discusión .....	27
6. Conclusión .....	31
7. Bibliografía: .....	32
8. Anexo .....	42

## **1. Marco Teórico**

### **1.1. Introducción:**

La migración es una conducta prehistórica y debido a ella el ser humano ha podido extenderse por todo el planeta tierra y colonizar todos los territorios habitables, estos movimientos migratorios eran motivados principalmente por la necesidad de buscar alimentos y condiciones geográficas y naturales que les permitieran la caza y la subsistencia (Orsini, 2020).

Paradójicamente, el ser humano actual sigue las mismas directrices de supervivencia ya que la migración reciente también tiene el mismo trasfondo que en definitiva es la mejora de condiciones de vida. Dada la situación climática y económica los movimientos migratorios tienen un alcance mayor y evolucionan hacia una extensión mayoritaria en el planeta reforzados por la globalización de la economía, el desarrollo de los medios de comunicación y el transporte que posibilitan la conectividad transnacional y una mayor diversidad de los procesos migratorios. Consejo Económico y Social (2019).

Según el Parlamento Europeo (2021) los principales factores que causan la migración son:

- Factores sociopolíticos derivados de la guerra o los conflictos y persecución de los derechos humanos (refugiados, inmigrantes políticos).
- Factores demográficos y económicos referente al envejecimiento de la población europea y la necesidad del aumento de la natalidad y la población joven activa para cubrir puestos de trabajo y contribuir al mantenimiento del sistema de bienestar europeo a cambio de un puesto de trabajo y un salario más alto que el del país de origen (inmigrantes económicos).
- Factores del medio ambiental que son el motor de la migración mundial, ya que el cambio climático está acelerando los movimientos de personas que huyen de desastres naturales, inundaciones, huracanes y sequías extremas (inmigrantes ambientales).

El informe sobre las migraciones en el mundo de la Organización Internacional de las Migraciones (OIM 2020), declara que en el mundo hay

cerca de 272 millones de migrantes internacionales, y que casi dos tercios de ellos son migrantes laborales. Esta cifra sigue siendo un porcentaje muy pequeño de la población mundial (el 3,5%), lo que significa que la enorme mayoría de las personas del mundo (el 96,5%) residen en su país natal. Sin embargo, estas estimaciones del número y la proporción de migrantes internacionales ya superan algunas proyecciones hechas para el año 2050, que pronosticaban un 2,6%, o 230 millones, de migrantes internacionales. Aún más, las estimaciones de la OMS para el año 2050 es el aumento de los migrantes ambientales de 25 millones actualidad a 1.000 millones (OIM 2020).

Se puede afirmar que existe un gran número de personas que se desplazan para mejorar sus condiciones de vida, conforme el Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas (DAES, 2019) una de cada treinta personas era migrante internacional en el 2019.

Aun así, estamos muy lejos de la percepción compartida por la sociedad europea de invasión de los migrantes al continente Europeo, estas ideas reforzadas por los discursos políticos, sociales y económico han generado unas políticas migratorias muy restrictivas y en contraposición de lo que solía ser la "libre" migración mundial se ha convertido en algo limitado rigurosamente por políticas de inmigración estrictas que, sin duda, eliminan una enorme cantidad de migración potencial que se podría haber producido en otras condiciones (Chiswick et al. 2002).

### **1.2. Concepto de Persona Inmigrante:**

En esta investigación académica se utilizará el concepto de personas inmigrantes para reflejar una especificidad dentro de los movimientos migratorios que excluye el movimiento dentro del mismo país (desplazamiento) y permite concretar el acto de cruzar frontera y establecerse en un país y una cultura diferente a la propia (OIM, 2020).

Para la definición de la persona inmigrante existe una gran variedad de terminología utilizadas dependiendo de la fuente de información consultada. Como refiere Monge et al. (2015) en su artículo para describir las limitaciones y recomendaciones metodológicas en las publicaciones sobre la salud de la población inmigrante, señalando que las limitaciones comienzan con la propia

conceptualización y definición de "inmigrante", que en general se hace basándose en el país de nacimiento, la nacionalidad o el país de origen, no exentas todas de errores de clasificación. No obstante, en esta investigación se utilizará el país de nacimiento para tener en cuenta una única variable que condiciona directamente la pertenencia cultural.

Para la Real Academia Española (2021) inmigración significa el acto de instalarse en un lugar distinto de donde vivía la persona con el fin de establecerse en él.

Por otro lado, el Consejo Económico y Social (CES) de España conceptúa como inmigrante a todas las personas que no han vivido directamente el proceso migratorio sin embargo en su biografía existe un trasfondo migratorio que condiciona su trayectoria vital como pasa con los hijos nacidos, o llegados con una corta edad, al país de destino. De esta categorización tampoco se exime a las personas que obtienen la nacionalidad española habiendo nacido en un país extranjero (CES, 2019).

Sea como fuere, al término "inmigrante" continúa dándosele una connotación eminentemente económica, prefigurando a estas personas con condiciones laborales inferiores en las escalas ocupacionales y económicas como recoge (Cea, 2016).

Actualmente en España el porcentaje de población inmigrante es del 12,3 % según datos del Instituto Nacional de Estadística (2022). Vale decir que la inmigración en España ha tenido cambios relativamente pequeños a lo largo de la última década, descartando momentos puntuales de flujos migratorios que han podido disparar la proporción de entrada de inmigrantes y otros descensos importantes debidos a las crisis económicas (Araico et al. 2020).

Este porcentaje difiere con las percepciones compartidas socialmente por la sociedad acogedora de la cantidad real de personas inmigrantes residentes en España, como plantea Cea (2016) en una encuesta para conocer la percepción de cantidad de inmigrantes por parte de la sociedad española. En dicha encuesta se preguntaba la percepción de la cantidad de inmigrantes realizando la pregunta: "Y de cada 100 personas que viven en España, ¿cuántas cree Ud. que proceden o han nacido fuera de España?". Los resultados demuestran una clara tendencia a estimar un número mayor que

la realidad llegando a una media de 21,3% en 2010 cuando el porcentaje real representaba un 12.2%, (INE, 2010). Esta estimación y percepción de presencia alta de inmigrantes tiene un importante efecto en las actitudes hacia la inmigración (Cea, 2016).

En otras palabras y como revela el informe realizado por el Observatorio Español contra el Racismo y la Xenofobia (OBERAXE, 2018) hay un cambio en la tendencia integradora y tolerante de la población acogedora sin embargo se observan indicios de una incomodidad social que puede manifestarse en rechazo o discriminación hacia los extranjeros.

En definitiva, la migración es un tema de gran trascendencia para la sociedad española ya que trata de un fenómeno de enorme relevancia en los programas electorales, los discursos políticos, económicos y sociales, así como en las investigaciones y estudios sociológicos. Sobre todo, reforzado por el asentamiento de inmigrantes de larga duración que ha modificado la composición sociodemográfica del país y ha generado minorías étnicas, muchas veces con rasgos visibles (por el fenotipo, la vestimenta, la lengua o la forma de hablar) que destacan en el contexto de la sociedad receptora y que van a propiciar la acentuación de las diferencias intergrupales, la asignación de estereotipos y prejuicios. Estas minorías lo son en relación con la población nativa, mayoría dominante en tanto ciudadanos/as con plenos derechos (Basabe et al., 2009).

### **1.3. Concepto de Minoría Étnica:**

El Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR, 2020), enmarca a minoría como cualquier grupo nacional, étnico, religioso o lingüístico integrado por un número de personas menor en relación con el resto de la población, cuyos integrantes comparten un sentido de identidad. Por lo general, los grupos minoritarios no son dominantes en comparación con la mayoría que controla los campos político y económico del país.

Por consiguiente, no todos los inmigrantes pueden ser considerados como pertenecientes a una minoría, ya que esta definición incluye sólo a individuos que se ven a sí mismos como culturalmente distintos del resto de la sociedad y que son, a su vez, percibidos por los demás de igual manera,



diferenciándose por su lengua, historia o estirpe (real o imaginada), así como por su religión e indumentaria (Giddens 1989).

En tanto para Bermúdez (2017) las motivaciones y causas de la inmigración actual son muy variadas y dependerá de ellos será el proceso de adaptación y aculturación en el país de destino:

Sin embargo, las dificultades que atañen esta experiencia pueden ser exigentes y tener consecuencias negativas para la salud. (Collazos et al., 2014). Indican que un elevado número de estudios ha demostrado que el lugar de nacimiento y el proceso migratorio constituyen relevantes determinantes de la salud en la población inmigrante.

#### **1.4. Concepto de Discriminación:**

Según la Real Academia Española (2021), discriminar es dar trato desigual a un colectivo o a una persona por motivos raciales, religiosos, políticos, de sexo, de edad, de condición física o mental.

Otra definición es la recogida por Rodríguez (2006) que sopesa "la discriminación como una conducta, culturalmente fundada, y sistemática y socialmente extendida, de desprecio contra una persona o grupo de personas sobre la base de un prejuicio negativo o un estigma relacionado con una desventaja inmerecida, y que tiene por efecto (intencional o no) dañar sus derechos y libertades fundamentales".

En el artículo 1 de la Convención Internacional sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Racial de las Naciones Unidas (1965) se delimita la siguiente definición de la discriminación por origen étnico o racial:

La expresión "discriminación racial" denotará toda distinción, exclusión, restricción o preferencia basada en motivos de raza, color, linaje u origen nacional o étnico que tenga por objeto o por resultado anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio, en condiciones de igualdad, de los derechos humanos y libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural o en cualquier otra esfera de la vida pública.

Asimismo, la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948) explicita la importancia de la no discriminación refiriendo en su artículo 7 “todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley. Todos tiene derecho a igual protección contra toda discriminación que infrinja esta Declaración y contra toda provocación a tal discriminación”.

Conforme lo anterior, la no discriminación es un derecho fundamental que se enmarca desde el principio de la universalidad de los derechos y libertades de todos los humanos que posibilita, la justicia social, la libertad y la igualdad. Esta última solo se podría conseguir persiguiendo el goce y el ejercicio de los derechos humanos y libertades fundamentales.

#### *1.4.1. Tipos de discriminación:*

La Directiva 2000/43/CE del Consejo Europeo, del 29 de junio de 2000, relativa a la aplicación del principio de igualdad de trato de las personas independientemente de su origen racial o étnico, distingue dos tipos de discriminación:

- Discriminación directa: Es la producida cuando las personas son abiertamente desfavorecidas por razones vinculadas con su origen racial o étnico. La persona es tratada de manera menos favorable de lo que sea, haya sido o vaya a ser tratada otra en situación comparable.
- Discriminación indirecta: Se origina cuando cierta disposición, criterio o práctica aparentemente neutros sitúe a personas de un origen racial o étnico concreto en desventaja con respecto a otra, salvo que pueda justificarse objetivamente con una finalidad legítima.

También considera el acoso como otra forma de discriminación que se produce cuando existe un comportamiento no deseado relacionado con el origen racial o étnico y que tenga como objetivo o consecuencia atentar contra la dignidad de la persona y crear un entorno intimidatorio, hostil, degradante, humillante u ofensivo.

Así mismo y siguiendo a Barrera (2013) se puede distinguir entre:

- Discriminación formal: se encuentra en la legislación y la política, por ejemplo, negar derechos de matrimonio a personas del mismo sexo.

- Discriminación sustantiva: comportamientos o condiciones que impiden o limitan sistemáticamente el acceso de algunas categorías sociales a sus derechos básicos, acceso a vivienda, servicios de educación y salud con una calidad mínima.
- Discriminación positiva: recoge acciones tomadas por los Estados a través de políticas públicas, leyes entre otros para vencer las desigualdades y mejorar las situaciones de vulnerabilidad y exclusión social.
- Discriminación estructural: Son “dinámicas sociales reiteradas que llevan a la persistencia de estructuras de subordinación y resultados sistemáticamente desventajosos para ciertos grupos, incluso en ausencia de motivos discriminatorios explícitos amparados por el derecho”.
- Discriminación institucional: son procedimientos administrativos, políticas, leyes y objetivos que se consideran injustos y sesgados por creencias y estereotipos compartidos por la mayoría de la sociedad.

#### *1.4.2. Principales motivos de discriminación:*

- Discriminación socioeconómica; es la ejercida en función de la clase social del individuo.
- Discriminación por género: la privación de los derechos tiene que ver con la condición de género y suele ocurrir contra la mujer.
- Discriminación racial: cuando se basa en la diferencia racial, bajo la premisa de la superioridad de una raza contra otra
- Discriminación por origen étnico o nacional: se ejerce contra personas que pertenecen a culturas minoritarias dentro de una cultura dominante o han nacido en países diferentes al de acogida.
- Discriminación religiosa: se basa en la religión practicada por el individuo.

También podemos encontrar la discriminación política o ideológica, por orientación sexual, por edad y por discapacidad (Gaya, 2020).

Por último, la discriminación por pertenecer a un grupo étnico determinado está reconocida como un estresor significativo y que puede tener efectos adversos sobre la salud de los grupos minoritarios (Lee, 2005). Varios estudios pudieron relacionar la discriminación por origen étnico o racial con

presencia de síntomas depresivos y baja autoestima (Urzúa, 2018; Williams, 2009).

### **1.5. Concepto de Racismo:**

Según la Real Academia Española (2022) el racismo es la exacerbación del sentido racial de un grupo étnico que suele motivar la persecución de otro u otros con los que convive.

Para ACNUR (2022) el racismo es un tipo de discriminación que se produce cuando hay odio por parte de una persona o grupo de persona hacia otra por tener características o cualidades distintas, como el color de piel, el idioma o el lugar de nacimiento.

De esta definición la idea que se sostiene socialmente es que esto es tema del pasado que ha quedado erradicado y sofocado por todos los intentos de los estados y las legislaciones referente al tema, además la sociedad percibe el término como inadecuado o exagerado debido a su sobreutilización que en definitiva ha provocado su banalización (Taguieff 2001).

Como bien reflejan los resultados de las encuestas nacionales sobre las actitudes de discriminación, la discriminación racial no se considera un fenómeno extendido en la sociedad española (Moldes, 2018). En concordancia con Espelt (2006) en su publicación en la revista S.O.S Racismo, donde refiere que la sociedad española no se percibe como racista además de remitir esta problemática como exclusiva de la población negra en Estados Unidos o los judíos en Alemania Nazi.

Así mismo el informe realizado por Cea (2015), afirma que España es una sociedad que avanza hacia la tolerancia y la aceptación de la inmigración. En este informe el 35% de los 2477 españoles encuestados quedaron clasificados como tolerantes a la presencia de población inmigrante.

Por el contrario, Espelt et al. (2006) en su análisis de las encuestas sobre las actitudes ante la inmigración, menciona que los resultados de las respuestas de los participantes eran contradictorios ya que junto a las actitudes tolerantes se dan otras conductas de protección sobre el propio grupo. Del mismo modo que los entrevistados recurren a la negación de tener perjuicio

hacia los inmigrantes a la vez confesaban que la mayoría de la sociedad española lo tiene.

En relación con lo anterior cabe mencionar a Flecha (2004) que sugiere que, a pesar de los esfuerzos de la UE para concienciar y tratar el racismo emergente en Europa, el racismo continúa manifestándose en nuevas y alarmantes formas. El racismo simbólico, las víctimas no se discriminan por sus rasgos físicos sino culturales, donde la persona no es inferior por sus características físicas o intelectuales, sino que es debido a la diferencia cultural que imposibilita a los inmigrantes adaptarse a los valores de la sociedad acogedora.

De esta idea surge la necesidad de diferenciar los tipos de racismo discretos en ACNUR (2021):

-Racismo aversivo o simbólico: es un racismo sutil porque pretende la igualdad de derechos y libertades para que cada grupo viva su propia cultura, mientras las actitudes racistas se plasman en la distancia, la falta de empatía y la frialdad que aumenta hacia los grupos culturales considerados diferentes.

-Racismo etnocentrista: se basa en la superioridad del propio grupo y asume que la existencia de grupos diferentes es una amenaza cultural que se materializa en el rechazo de las costumbres, creencias, comportamientos, religiones o lenguas de grupos étnicos diferentes.

-Racismo simbólico: donde el derecho a ser iguales existe, pero para ámbitos puntuales o situaciones concretas. Esto provoca la segregación cultural entre los grupos y mayor distanciamiento.

-Racismo biológico: es el menos tolerante que clasifica una raza biológicamente superior a otras y piensa que las razas inferiores no tienen ningún derecho.

Teniendo en cuenta lo anterior, los efectos de la discriminación y racismo dependerán del tipo de conducta discriminatoria, el ámbito, y el impacto que tiene para la persona y este impacto dependerá de los recursos de la persona, su personalidad sus estrategias de afrontamiento y aculturación y su red de apoyo (Sánchez, 2008).

### **1.6. Discriminación Percibida:**

La discriminación percibida se puede definir como el trato injusto o desigual que puede experimentar una persona por un motivo concreto y hace referencia a la conciencia del trato desigual y no tiene porqué coincidir con la experiencia real. Las conductas que pueden ser percibidas como discriminatorias varían desde un lenguaje gestual o verbal hasta el extremo de una violencia o agresión física (Ikram, 2015; Williams, 2009).

Evaluar la percepción de discriminación permite analizar los actos discriminatorios más sutiles y difíciles de observar porque la discriminación grave y explícita está totalmente rechazada y supuestamente erradicada. Por ello analizar la percepción de la persona sobre las situaciones discriminatorias permite capturar las experiencias menos agudas a la vez que conocer la evaluación cognitiva y emocional que se realiza de estas situaciones (Ikram, 2015).

Cogiendo como referencia la encuesta sobre las percepciones de discriminación por sus potenciales víctimas (Araico, 2020), donde participaron 1624 de diferentes grupos poblacionales incluyendo, Europa del Este, África no mediterránea, Magrebí y Asia del este. Los resultados fueron similares a otro año ya que la percepción de discriminación por parte de la población encuestada ha fluctuado entre el 67% en el 2011, 57 % en el 2013 y un 59% en la última edición del 2020. Estos resultados indican que más de la mitad de las personas que respondieron la encuesta manifestaron percibir una imagen desfavorable de su grupo étnico entre la población española. Estos mismos grupos consideran que los responsables de esta imagen son algunos grupos minoritarios del propio colectivo, los medios de comunicación y algún partido político.

La encuesta también presenta el resultado de la evolución del grado de racismo de la sociedad mayoritaria que se sitúa en 4,59 puntos sobre 10 en el 2020 y disminuye levemente respecto al 5.26 en el 2013 (Araico, 2020).

Además de resultados que indican que la percepción del racismo es mayor en las personas nacidas en España y/o con la nacionalidad española. Asimismo, el grado de percepción cambia en función del tiempo de permanencia,

considerando que a mayor edad en el país mayor discriminación percibida (Araico, 2020).

También se considera que la discriminación grupal tiene más efecto sobre la percepción de discriminación en contraposición a la discriminación personal esto implica que los grupos desfavorecidos perciben mayor nivel de discriminación dirigida a su grupo como un todo, a diferencia de las percepciones individuales de discriminación (Basabe, 2004 y Lahoz, 2016).

Aún más, los principales comportamientos asociados a la discriminación fueron: el maltrato, desprecio y desigualdad (32%), insultos y violencia verbal (29%), actitud irrespetuosa (25%), discriminación en el entorno laboral (16%) y distanciamiento marginación y exclusión social (11%) entre otros. Estos resultados indican un aumento de la discriminación espontánea percibida, en referencia a la apreciación de haber sufrido o haber sido testigo de una situación de discriminación en el último año. Los encuestados responden afirmativamente en 30,7% de los casos en el 2020 en frente del 20,9% en 2013 (Araico, 2020).

Siguiendo en la misma línea, las dificultades o problemas de adaptación derivados de las interacciones sociales con la población receptora, no desaparecen. El 45,8% de los encuestados consideran que las personas de aquí (España), en general, consideran la inmigración como una amenaza a su cultura y su forma de vida, un 43,4% señala que, en algunas situaciones o ámbitos de su vida cotidiana, le tratan de manera distinta y un 21,2% dice haber sufrido conductas hostiles (agresiones, insultos, amenazas, etc.) por parte de personas españolas por el hecho de ser inmigrante (Basabe, 2013 y San Juan, 2005)

Relacionado con todo lo anterior Williams (2000) encontraron que la discriminación afecta la salud mental, por diferentes causas. Porque la discriminación institucional restringe el nivel socioeconómico, pues las experiencias de discriminación son una fuente de estrés que afecta la salud de las personas que lo sufren y la aceptación del estigma y la inferioridad de algunos miembros conduce a un deterioro psicológico general.

También Borrell y sus colaboradores (2010) sugieren que la discriminación percibida es un predictor de los malos resultados de salud, además esta

percepción de discriminación es mayor en migrantes de países de ingresos bajos y entre mujeres.

### **1.7. Bienestar Subjetivo**

El concepto de bienestar psicológico viene derivado de la psicología positiva que quiere estudiar la persona centrándose en cualidades humanas positivas que permitan la evaluación del bienestar subjetivo mediante la identificación de la propia persona, haciendo referencia a su grado de satisfacción con la vida. Los términos calidad de vida, bienestar subjetivo, social y la satisfacción con la vida son conceptos que se relaciona con la noción popular de "felicidad" (Cuadra 2003).

En términos generales, el bienestar emocional se considera como un elemento nuclear en la calidad de vida de la persona y se refiere a la percepción subjetiva de cómo alguien se siente consigo mismo y con su entorno (Martínez, 2008).

Es un estado de salud mental que contribuye a que los seres humanos presenten sentimientos de optimismo, confianza, compromiso, felicidad y sensación de satisfacción con uno mismo (Pérez de Albéniz, 2020).

También está relacionado con el bienestar emocional y el estado de ánimo en el cual la persona se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad" (Organización Mundial de la Salud, 2019).

Como explica Cuadra et al. (2003) el bienestar subjetivo hace referencia a la apreciación subjetiva de "estar bien" y tiene una dimensión básica y general que es subjetiva y otra dimensión compuesta por dos elementos: una centrada en los aspectos emocionales (estado de ánimo) y otra relacionada con aspectos cognitivos (la evaluación de la satisfacción que hace la persona sobre su propia vida).

Para Sánchez (2007) el bienestar psicológico es un concepto amplio que incluye dimensiones subjetivas, sociales y psicológicas. Especialmente la dimensión subjetiva tiene una gran relevancia para indicar la percepción de la propia satisfacción personal con la vida como resultado de una evaluación de las experiencias emocionales haciendo con un balance cognitivo entre las



experiencias de placer y displacer formando una impresión subjetiva emocional, cognitiva y comportamental.

Bisquerra y colaboradores (2007) definen bienestar subjetivo como la capacidad para gozar de forma consciente del bienestar emocional y procurar transmitirlo a las personas con las que se interactúa, permite contribuir activamente al bienestar de la comunidad en la que uno vive (familia, amigos, sociedad).

Los factores que incluye el bienestar subjetivo según Sánchez (2007) son:

- Satisfacción con la vida: Es el componente cognitivo que representa la discrepancia percibida entre las expectativas de logro y las metas obtenida
- Felicidad: Dimensión emocional, relacionado con el bienestar hedónico y se centra en el mantenimiento del placer y la evitación del malestar.
- Afectividad positiva o negativa: teniendo en cuenta el balance global sobre las experiencias emocionales para etiquetarlas como placenteras o dolorosas.

La dimensión de aceptación de sí mismo, es un criterio central del bienestar subjetivo, que se caracteriza por una apreciación positiva de sí mismo y aceptación de todos los aspectos que caracterizan al sujeto tanto positivos como negativos (Díaz, 2006).

Asimismo, una persona con una alta aceptación de sí mismo muestra conformidad con su cuerpo, con su forma de ser, con su pasado y acepta sus equivocaciones, sintiéndose impulsado a mejorar (Castro, 2002).

Por ello se considera que el bienestar es relativo a las comparaciones que realizamos con las personas de nuestro entorno ya que la comparación con otras personas nos da la motivación para prosperar y crecer en caso de una autoestima adecuada, pero en caso contrario, nuestra tendencia es compararnos con personas con menos fortuna para así conformarnos y aliviar nuestro malestar Sedikibes, (1997) como se citó en Coral (2012).

### **1.8. Relación entre Discriminación y Bienestar Subjetivo:**

Si concebimos las experiencias discriminatorias como un estresor psicosocial significativo podemos afirmar la existencia de una relación entre el bienestar y la percepción de discriminación mediada por otros factores como el estrés social, la autoestima y los recursos personales y sociales.

Según la teoría de la amenaza social Major (2018), sentirse discriminado lleva a un sentimiento de amenaza a la propia identidad social. Las respuestas a esta amenaza son involuntarias, y pueden traducirse en estrés psicológico.

Asimismo, Lahoz (2016) recoge que la amenaza social y el estigma pueden funcionar como un estresor agudo y crónico con consecuencias negativas para el bienestar.

Lewis (2015) asocia discriminación y desórdenes mentales entre los cuales se puede mencionar el trastorno de estrés postraumático, los trastornos de ansiedad, el trastorno disfórico premenstrual y uso y abuso de sustancias.

De igual modo, la condición de ser inmigrante, pertenecer a una cultura concreta o ser de una minoría étnica son fenómenos que afectan la salud mental, pero de forma muy distintiva, hasta el momento no se sabe cómo influyen en el bienestar ni en qué medida lo hace cada una de estas variables. A pesar de ello los estudios señalan que el proceso migratorio es un factor de riesgo en sí mismo y si se le añade la vulnerabilidad personal, social o familiar, puede favorecer la aparición de trastornos mentales (Collazos, 2014).

Si se tiene en cuenta todo lo expuesto anteriormente podemos afirmar la relación univoca entre la percepción de discriminación y el bienestar. De hecho, esta relación no se considera lineal ni directa ya que existen innumerables variables que pueden influir, como refiere Urzua (2018) los estudios evidencian la relación entre discriminación y bienestar, pero no especifican los factores que pueden moderar o mediar esta relación.

De la misma forma Williams et al. (2003) en su revisión científica de los estudios poblacionales sobre las percepciones de discriminación racial o étnica y salud encontraron que múltiples estudios indicaron peor salud física y mental de las personas que han afirmado experimentar discriminación, pero

no abordan adecuadamente si la exposición a la discriminación es la que conduce a mayor riesgo de enfermedad y como lo hace.

El metaanálisis de Pascoe (2009), identificaron varias investigaciones científicas que pudieron relacionar la discriminación percibida y la salud mental y física teniendo en cuenta las respuestas de estrés, los comportamientos saludables y la capacidad de afrontamiento y adaptación. Encontraron una asociación fuerte entre las experiencias discriminatorias y consecuencias negativas para la salud, entre las cuales destacaron la angustia psicológica y el aumento de los síntomas depresivos.

Allport y Lewin (citado en Lahoz 2016) plantean que la internalización del perjuicio tenía una consecuencia inevitable en la insatisfacción personal, el rechazo a sí mismo y el desajuste psicológico.

Los procesos de estigma no solo implican un nivel explícito de discriminación, sino que también un nivel sentido, internalizado y anticipado. Estos procesos llevan a respuestas a nivel individual que son afectivas, cognitivas, comportamentales y fisiológicas

## **2. Objetivos e hipótesis**

El propósito principal de este trabajo es analizar las experiencias de discriminación cotidianas y su relación con el bienestar subjetivo en una muestra de población inmigrante residente en España.

Para ello y en concordancia con la literatura presentada se han elaborado las siguientes Objetivos:

1. Describir los niveles de discriminación cotidiana del conjunto de la muestra.
2. Examinar si existen diferencias en los niveles de discriminación cotidiana en función del género.
3. Describir los niveles de bienestar subjetivo del conjunto de la muestra y compararlos con resultados de una muestra normativa.
4. Examinar si existen diferencias en bienestar subjetivo en función del género.
5. Analizar los tipos de discriminación más frecuentes.

6. Conocer si la percepción de integración en la sociedad acogedora tiene relación con los niveles de discriminación.
7. Evaluar la relación entre la discriminación percibida y el bienestar subjetivo.

En relación con los objetivos se plantean las siguientes hipótesis:

1. Se espera que la media de las puntuaciones obtenidas en la escala discriminación sean altas.
2. Las mujeres puntuarán más alto en la percepción de discriminación en contraposición con los hombres.
3. Se prevén niveles bajos en el bienestar subjetivo de nuestra muestra en comparación con una muestra de la población general.
4. Las mujeres obtendrán puntuaciones más bajas en bienestar subjetivo que los hombres.
5. Los tipos de discriminación cotidiana más frecuentes serán los más sutiles e indirectos (el trato diferenciado) en contraposición con los más agudos (insultos o agresión física).
6. El sentimiento de integración se correlaciona con los niveles discriminación.
7. Discriminación cotidiana y bienestar subjetivo correlacionarán significativamente y de forma negativa. Las personas que puntúan alto en la escala de discriminación cotidiana puntuarán bajo en bienestar subjetivo.

### **3. Metodología**

#### **3.1. Muestra:**

La muestra poblacional de este estudio es de 48 participantes (N=48), donde la condición para participar era ser inmigrantes (haber nacido en un país diferente a España), entender el español, ser mayor de edad, tener acceso a internet y disponer de un correo electrónico.

De estos 48 participantes, 34 han sido mujeres (75%) y 12 hombres (25%), con edades comprendidas entre los 19 años hasta los 72 años. La media de edad es de 33.79 años con una desviación estándar de 12,06.

### **3.2. Instrumentos:**

En este estudio se diseñó una encuesta de Google Formularios que incluía cuatro secciones. La primera permitía recoger información sociodemográfica, seguida de la escala de discriminación cotidiana, posteriormente aparecía la escala de bienestar subjetivo y por último se realizaban preguntas cerradas.

Para realizar la encuesta se necesitaba 10 minutos aproximadamente, donde se explicaba la confidencialidad y el anonimato y se pedía el consentimiento de participación como requisito fundamental para poder acceder a la encuesta.

#### *3.2.1. Datos sociodemográficos:*

Los datos que se solicitaban en este apartado son: la identidad de género, la edad, el país de nacimiento, el país de nacimiento de los padres, tiempo de residencia en España y el nivel de estudios.

#### *3.2.2. Escala de Discriminación Cotidiana:*

Para medir las experiencias subjetivas de discriminación se ha utilizado la Escala de Discriminación Cotidiana (EDQ, por sus siglas en inglés) de Williams et al. (1997). En esta investigación se utilizó la versión validada en español de Campos et al. (2015).

La escala total consta de nueve ítems y la pregunta principal es: "En tu vida cotidiana, ¿con qué frecuencia te sucede alguna de las siguientes cosas?". Los nueve ítems se suman para capturar "experiencias más crónicas, rutinarias y relativamente menores de trato injusto" (Williams et al., 1997, p. 340). Además, esta escala permite evitar la preparación de los participantes ya que no denota ninguna expresión referente a la discriminación racial.

Los ítems de la escala son lineales y permiten 6 alternativas de respuesta donde 1 es "nunca" y 6 es "casi todos los días". Puntuación de forma directa, es decir, a mayor puntuación, mayor índice de discriminación.

La confiabilidad de la escala y la validez del constructo varía entre 0.80 y 0.90. (Chan, 2012). En la muestra de este estudio el cuestionario tiene una buena consistencia interna (Alfa de Cronbach = 0.86).

### *3.2.3. Escala de Bienestar Subjetivo:*

Para evaluar el bienestar subjetivo se ha utilizado la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Sánchez (2013), específicamente la subescala de Bienestar Subjetivo (EBS) que incluye 30 ítems de los 65 de la escala total.

La escala hace referencia al bienestar general y los resultados indican que a mayor puntuación mayor percepción subjetiva de bienestar. Está dirigida a población de entre 17 y 90 años. Las respuestas de cada ítem se valoran en una escala del 1 a 5 de acuerdo con el grado de frecuencia "nunca" y "siempre".

Las puntuaciones son directas y para calcular la escala total se suman todas las puntuaciones, la puntuación máxima posible es de 150 puntos.

La dimensión de bienestar subjetivo tiene una confiabilidad de 0.923 (Sánchez, 2013). En la muestra de este estudio la consistencia interna del cuestionario fue excelente (Alfa de Cronbach = 0.93).

### *3.2.4. Preguntas:*

Para profundizar en aspectos concretos se han aplicado los siguientes ítems con diferentes opciones de respuesta:

- ¿En el último mes, ha sido testigo o ha vivido usted alguna situación discriminatoria?
- ¿De qué tipo ha sido la discriminación? Con opciones de respuesta del 1 "Amenaza verbal", 2 "insultos o comentarios de desprecio", 3 "trato diferenciado" y 4 "agresión física". Se permitía la elección de más de una opción.
- En caso de una respuesta afirmativa a la anterior pregunta, se procedía a preguntar ¿en qué grado cree que le ha afectado este hecho? Con opciones de respuesta que varían de 0 "nada afectado" al 10 "muy afectado".
- Por último, se ha preguntado el grado de sentimiento de integración en la cultura española, donde una puntuación 0 refiere "nada integrado" y 10 "muy integrado".

### **3.3. Procedimiento:**

El cuestionario se ha dirigido a la población inmigrante residente en España y se ha administrado a través de Google Formularios del 29 de abril de 2022 al 9 de mayo del 2022. Se ha procedido a la difusión mediante las redes sociales (Instagram, Facebook y WhatsApp).

### **3.4. Análisis de datos:**

El análisis de los datos estadísticos se ha realizado mediante el programa estadístico SPSS versión 22.

Se ha efectuado un análisis descriptivo (Mediana, Media y Desviación típica) de las puntuaciones totales de las dos variables de interés: Discriminación Cotidiana y Bienestar Subjetivo. Se ha evaluado el cumplimiento del supuesto de Normalidad mediante la prueba Shapiro-Wilk, puesto que la muestra es inferior a 50 participantes. Los resultados de dicha prueba indicaron que la Discriminación Cotidiana no se ajusta a la distribución Normal ( $W= 0.937$ ;  $gl= 46$ ;  $p=0.015$ ), pero el Bienestar Subjetivo sí ( $W= 0.961$ ;  $gl= 46$ ;  $p=0.126$ ). Por lo tanto, con el objetivo de analizar los niveles de cada variable en función del género se aplicó una prueba no paramétrica en el caso de la escala de discriminación (Mann-Whitney) y t de Student en el caso de la escala de bienestar subjetivo. De forma complementaria, se efectuó un análisis de la frecuencia de percepción de discriminación en función del género utilizando el ítem ¿en el último mes, ha sido testigo o ha vivido alguna situación discriminatoria?, mediante la prueba Chi cuadrado, puesto que se trata de una variable de naturaleza categórica. En la variable bienestar subjetivo, dado que se dispone de valores normativos, se ha llevado a cabo un contraste contra valor fijo para verificar si la media obtenida se ajusta a la esperada en la población.

Por último, se ha analizado la relación entre las variables discriminación cotidiana y bienestar subjetivo y, por otro lado, discriminación cotidiana y sentimiento de integración en la sociedad española, mediante una correlación no paramétrica (rho Spearman).

Se quiere indicar que se ha eliminado 2 sujetos debido a las puntuaciones extremas obtenidas en la escala de bienestar subjetivo.

Los resultados son considerados significativos con una significación del 95 %.

#### 4. Resultados

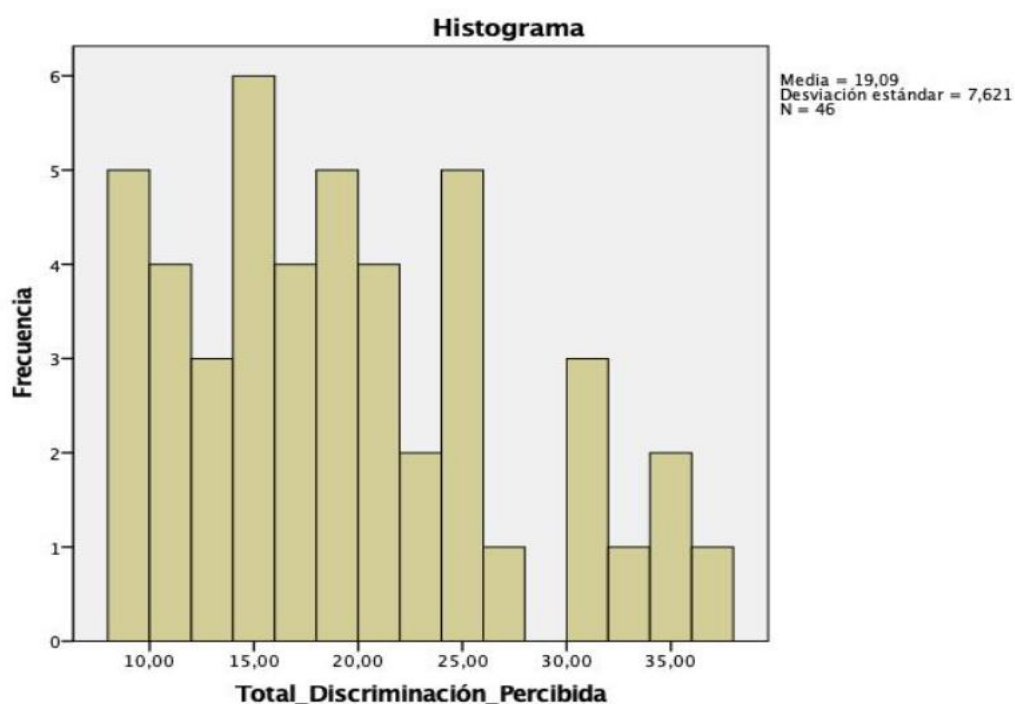
- **Objetivo 1 y 2: Descripción de los niveles de Discriminación cotidiana y análisis de las diferencias en función del género**

En la tabla 1 y figura 1, se presenta la distribución de las puntuaciones en la escala de discriminación cotidiana, que tiene como principales resultados en la muestra total  $M= 19.09$  y  $DT=7.62$ . Cabe tener en cuenta, a nivel puramente descriptivo, que el rango teórico de la escala de discriminación es de 9 a 54 puntos, de manera que podríamos considerar que la media obtenida en la muestra es relativamente baja.

**Tabla 1:** *Descriptivos Escala de Discriminación Cotidiana*

	Mínimo	Máximo	Rango	Mediana	Media	Desviación estándar
Total (N=46)	9	36	27	18.50	19.09	7.62
Mujer (N=34)	9	36	27	16.00	18.59	7.76
Hombre (N=12)	9	31	22	21.00	20.50	7.34

**Figura 1:** *Distribución del total de Discriminación Cotidiana*





**Tabla 2:** Prueba U de Mann-Whitney de la escala de discriminación en función del género

	<b>N</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Estadístico de Mann-Whitney</b>	<b>Z</b>	<b>p</b>
Hombres	12	26.54	167.50	-0.915	0.360
Mujeres	34	22.43			

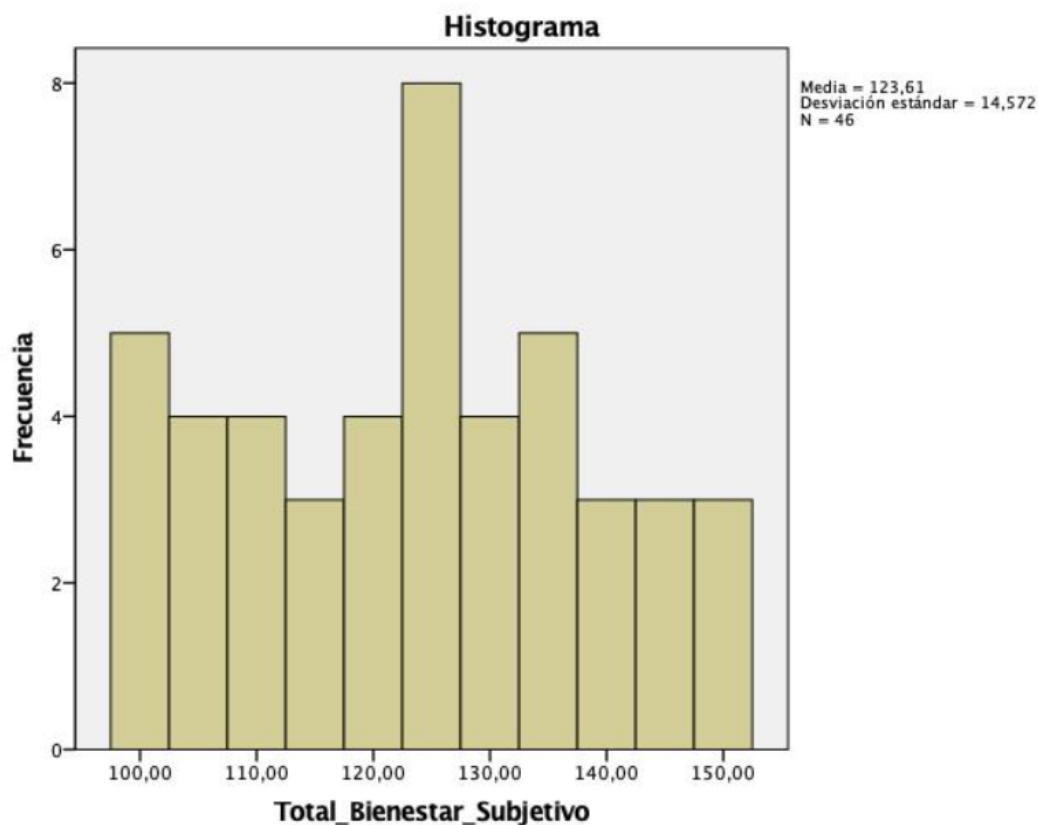
Por lo que respecta al ítem que evalúa si el participante ha vivido o ha sido testigo de una situación discriminatoria, un 43,5% (N=20) de la muestra han respondido en sentido afirmativo frente al 56,5% (N=26) que manifiestan no haber tenido experiencia de discriminación. El porcentaje de hombres que han respondido de manera afirmativa a dicho ítem es superior al de mujeres, aunque dichas diferencias no son estadísticamente significativas ( $X^2=0.680$ ;  $p=0.410$ ).

○ **Objetivo 3: Describir los niveles de Bienestar Subjetivo**

En la tabla 3 y figura 2, se presentan los niveles de bienestar subjetivos observados en el conjunto de la muestra  $M= 123.62$  y  $DT=14.57$ . La prueba de contraste contra valor fijo ha indicado que la media de la muestra es significativamente superior al valor poblacional reportado en el manual del instrumento ( $M_{muestra}= 123.61$  vs  $M_{esperada}=102.98$ ;  $t=9.602$ ;  $gl=45$ ;  $p<0.001$ ).

**Tabla 3:** Descriptivos de la Escala de Bienestar Subjetivo

	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Rango</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Desviación estándar</b>
Total (N=46)	100	150	50	123.61	124.00	14.57
Hombres (N=12)	100	150	50	125.42	124.00	18.11
Mujeres (N=34)	100	150	50	122.97	123.50	13.36

**Figura 2:** Distribución del total de Bienestar Subjetivo

- **Objetivo 4: Examinar si existen diferencias en bienestar subjetivo en función del género.**

Los resultados obtenidos de la prueba t Student de muestras independientes para evaluar diferencias en bienestar subjetivo en función del género, indican que no existen diferencias estadísticamente significativas en el nivel de Bienestar Subjetivo entre hombres y mujeres (Mhombres=125.42 vs Mmujer=122.97;  $t=-0.496$ ;  $p=0.623$ ).

- **Objetivo 5: Análisis de los tipos de discriminación y su frecuencia**

En relación con el análisis de tipos de discriminación más frecuentes, conviene señalar, en primer lugar, como se ha comentado anteriormente, que el 43,5% (N=20) de los participantes manifestaron haber sido testigos o haber vivido una experiencia discriminatoria, frente al 56,5% (N=26) que manifiestan no haber tenido experiencia de discriminación.

A partir de las respuestas de los 20 participantes que afirman haber sido testigos o víctimas de situaciones de discriminación, se han analizado las tipologías más recurrentes (Tabla 4). Se observa que el Trato diferencial es la tipología de discriminación más reportada, con una frecuencia del 81%.

**Tabla 4:** Frecuencia de cada tipo de discriminación

Tipo de discriminación	Frecuencia reportada
Amenaza Verbal	33.3%
Insultos o comentarios de desprecio	52.38%
Trato diferenciado	80.95
Agresión física	4.76%

**Nota:** Las opciones de respuesta permitían elegir más de una solución

- **Objetivo 6: Conocer si la percepción de integración en la sociedad española influye en los niveles de discriminación percibida.**

Para averiguar si existe relación entre la escala de discriminación y el ítem que evalúa el sentimiento de integración en la sociedad española se ha calculado el coeficiente de correlación no paramétrico rho de Spearman, que ha presentado un valor negativo y significativo ( $\rho = -0.241$ ;  $p = 0.049$ ), con una fuerza de la relación débil. Por lo tanto, los participantes que presentan puntuaciones más altas en sentimiento de integración en la sociedad española tienen tendencia a presentar niveles más bajos de discriminación.

- **Objetivo 7: Evaluar la relación entre la discriminación percibida y el bienestar subjetivo.**

Para averiguar si existe relación entre la escala de discriminación y el bienestar subjetivo se ha calculado el coeficiente de correlación no paramétrico rho de Spearman, que ha presentado un valor no significativo ( $\rho = -0.186$ ;  $p = 0.107$ ).

## 5. Discusión

Como se ha expuesto anteriormente, la finalidad de este trabajo fue analizar la discriminación y su relación con el bienestar subjetivo en una muestra de población inmigrante residente en España.

Nuestra primera hipótesis era que que la media de las puntuaciones obtenidas en la escala discriminación serían elevadas, sin embargo, los resultados parecen indicar más bien que la discriminación percibida por los participantes se sitúa en la franja media o baja. Estos resultados irían en contra de los resultados obtenidos en el informe sobre la discriminación percibida (Santos, 2018 y Williams, 2010). Sin embargo, cabe tener en cuenta que no se dispone de baremos adecuados a la población inmigrante residente en España o en otros países europeos ni de estudios previos que hayan trabajado con la misma escala y permitan establecer algún tipo de comparación. Por lo tanto, resulta difícil concluir si los valores de discriminación obtenidos se pueden categorizar realmente como bajos o medios.

Otra explicación de estos resultados podría ser la baja percepción de discriminación y la no conciencia de las actitudes, conducta y prejuicios discriminatorios, como refiere Urzúa (2018), que sintética que debido a que los prejuicios y estigma estén normalizados y automatizados, producen la aceptación de los estereotipos negativo como inherente al grupo social al que se pertenece para rebajar la intensidad y reducir el impacto negativo de la discriminación sobre la autoestima y el bienestar psicológico (Urzúa, 2018).

Esta suposición tiene el respaldo de los resultados de la investigación realizada por Red Acoge (2018), donde concluyeron que la percepción de discriminación tiene gran distancia con la experiencia real, ya que la conciencia de haber sido víctima de discriminación es menor y no corresponde a la realidad, alegando que puede ser debida a la normalización de estas experiencias o la falta de conciencia sobre que situaciones son categorizada como discriminatorias (Red Acoge, 2018).

A pesar de que los niveles de discriminación obtenidos son relativamente bajos atendiendo a las puntuaciones totales, el porcentaje de participantes que ha manifestado haber vivido o haber sido testigo de una experiencia discriminatoria no es tan bajo ya que representa el 43,5% (N=20). Este

resultado sería más acorde con lo esperado y lo indicado por estudios como el de Arraico (2020), Basabe, (2013), Pascoe, (2009) y Red Acoge, (2018).

En relación con el objetivo 2, donde se quería valorar los niveles de discriminación cotidiana de la muestra y analizar si existen diferencias en función del género, los resultados obtenidos indican que no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres. Esto va en concordancia con una parte de la literatura científica que indica que la percepción de discriminación no difiere en función del género (Ikram, 2016). Sin embargo, otros estudios indicaban que las mujeres tienen puntuaciones ligeramente superiores a los hombres debido a la mayor sensibilidad emocional y conciencia de los acontecimientos negativos (Williams, 2009).

Dada la falta de consistencia de los resultados obtenidos por la literatura previa, sería interesante en futuras investigaciones que trabajen con muestras grandes y representativas, analizar si el género es un condicionante para una mayor o menor percepción de discriminación en caso de la población inmigrante.

El objetivo 3, pretendía analizar los niveles de bienestar subjetivo de la muestra en comparación con valores normativos de la población española. Los resultados no van en la dirección esperada, ya que la media de la muestra fue significativamente mayor que la media esperada en la población normativa, cuando se había hipotetizado que la media sería significativamente inferior por los estresores psicosociales que genera el proceso migratorio y la discriminación percibida. Este hecho nos hace pensar en la deseabilidad social como factor que ha podido sesgar las respuestas y ha tenido como consecuencia la generación de respuestas relacionadas con lo deseable y esperado socialmente y no precisamente respuestas referentes a la situación real del sujeto. Otra explicación sería la gran cantidad de variables que pueden influir en la variable bienestar: la identidad étnica y cultural, en qué grado el sujeto en cuestión tiene un sentimiento de arraigo y lealtad hacia su cultura de origen, las estrategias de adaptación y aculturación, en qué medida es posible la integración y asimilación de la cultura de acogida. Todos estos fenómenos dependerán de los recursos del sujeto, así como las similitudes y diferencias culturales y las expectativas de

realización (en qué grado he podido alcanzar mis metas y objetivos), por citar solo las más relevantes (Basabe, 2014).

Además, en el objetivo 4, que pretendía analizar las diferencias en bienestar subjetivo en función del género, los resultados indican que no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en bienestar subjetivo. Estos resultados van en línea con la literatura que recoge la escasa diferencia por motivos de género (Días, 2006; Puebla, 2018). Existe otra parte de la literatura revisada que sí encuentra diferencias de género e hipotetiza que los hombres presentan puntuaciones más altas en bienestar subjetivo frente a las mujeres que obtienen puntuaciones inferiores en bienestar subjetivo debido a la tendencia de las mujeres a mayor expresividad emocional (García Martín, 2002).

Para responder al objetivo 5, dirigido a analizar los tipos de discriminación más recurrentes, los resultados van en la dirección esperada, ya que las puntuaciones más altas son las referentes a la discriminación sutil, destacando el trato diferencial, seguido del desprecio, la amenaza verbal y por último la agresión física. Los resultados van en concordancia con otros estudios que han podido verificar los mismos supuestos (Araico, 2020; Basabe, 2013 y Red Acoge, 2018).

Estos datos podrían explicar las bajas puntuaciones obtenidas en el análisis del objetivo 1 que indicaban niveles medio-bajos en discriminación ya que los actos discriminatorios graves no se producen o son muy escasos dejando paso a un tipo de discriminación más sutil y menos manifiesta (Díaz, 2021 y Espelt, 2006).

En el objetivo 6, se quería analizar si la percepción de integración en la sociedad española se asocia de manera positiva con los niveles bajos discriminación percibida. Los resultados van en la dirección esperada, indicando que el sentimiento de integración se correlaciona de forma débil con la percepción de discriminación. Este resultado autoriza aceptar la hipótesis planteada de la relación existente entre niveles de integración y niveles de discriminación.

Por último, en el objetivo 7 en el cual se planteaba la relación entre la discriminación cotidiana y el bienestar subjetivo, los resultados no reportan

ninguna correlación significativa entre ambas variables. Estos datos van en contra de lo que se había hipotetizado, ya que se esperaba una correlación significativa y negativa donde mayores niveles de discriminación implicaban menor bienestar subjetivo. A la hora de interpretar este resultado, cabe tener en cuenta el posible impacto de la deseabilidad social, que no está controlada en ninguna de las dos escalas, y podía haber generado sesgos en las puntuaciones obtenida, reduciendo su validez.

Otro hecho explicativo podría ser la existencia de varios factores muy importantes en esta relación de discriminación y bienestar, por ejemplo, la alta o baja autoestima, el apoyo social que se dispone, las condiciones socioeconómicas y el nivel de integración y asimilación de la cultura, el tiempo de estancia, la situación jurídica, entre otros (Basabe, 2004).

A modo de ejemplo, en un estudio realizado en Chile sobre el efecto mediador de la autoestima en la relación entre discriminación percibida y bienestar psicológico en inmigrante, pudieron demostrar en contra de la literatura existente, que la discriminación no específicamente se ha de asociar con menor autoestima, sino que se podía considerar la autoestima como una variable mediadora importante que puede atenuar y silenciar los efectos de la discriminación sobre el bienestar psicológico (Urzúa, 2018).

Las principales limitaciones que se presentaron en este trabajo fueron:

-Conceptualizar y definir la persona inmigrante sin entrar en cuestiones de clase social o nivel económico que en mi opinión podía generar una clasificación errónea y sesgada. Relacionado con el término inmigrante, he descubierto que las personas le resultan negativo clasificarse como inmigrante, ya que en la mayoría de los casos está asociado a connotaciones peyorativas y actitudes sociales de perjuicio y clasismo.

- El tamaño de la muestra es una relevante limitación para este estudio. Ya que el hecho de no haber llegado al mínimo de participantes requeridos ha generado resultados poco representativos y difíciles de generalizar.

## 6. Conclusión

A modo de síntesis, la discriminación es un tema complejo y de difícil detección, como se ha ido reflejando, las formas sutiles de discriminación son las más practicadas y a la vez las más difíciles de detectar y condenar.

A pesar de los resultados reportados en este trabajo, los efectos de la discriminación sobre la salud no pueden ser un tema poco relevante, ya que atenta contra los derechos universales de ser tratado igual, además de fomentar las emociones negativas y perjudiciales cuando la persona percibe que es tratado como una persona de segunda clase. Por ello las investigaciones sobre las discriminaciones sutiles han de intentar estudiar el fenómeno de la percepción de discriminación de forma más exhaustiva y adaptada a las necesidades de la población de interés, realizando investigaciones en función del país de origen, la lengua, la cultura, el nivel de integración y aculturación que dependerá del país de procedencia, el proyecto migratorio en sí que condicionará las expectativas y las condiciones de calidad de vida en el país de acogida.

Podemos deducir que la difícil detección de las situaciones discriminatorias es una problemática que dificulta la resolución y la evaluación de estos eventos ya que la propia persona que sufre discriminación puede no ser consciente del estrés que le generan estas situaciones o los efectos negativos que le provocan la distancia, el rechazo y el estigma por parte de la sociedad receptora.

Se ha de reforzar la identidad individual y colectiva para proteger este colectivo y reducir las experiencias negativas y en consecuencia mejorar el bienestar psicológico y social. La detección y amortiguación de estos efectos dependerá de estrategias individuales como es la personalidad, el apoyo social que se dispone, el nivel sociocultural y en definitiva las estrategias de aculturación e integración en la cultura acogedora (Sánchez, 2008; Williams, 2003).



## 7. Bibliografía:

ACCEM. *Igualdad de trato y no discriminación*. (s.f). Recuperado el 01 de mayo de 2022.

<https://www.accem.es/derechos/igualdad-trato-no-discriminacion>

Agencia de la ONU para los refugiados. ACNUR. (2019). *¿Qué es el racismo y qué tipos de racismo hay?* Recuperado el 25 de mayo 2022.

<https://eacnur.org/blog/paises-en-guerra-actualmente-tc-alt45664n-o-pstn-o-pst/>

Almeida Vinuesa, J. (1996). Racismo e identidad. *Revista Ecuador Debate*, 55-71

Asamblea General de las Naciones Unidas, *Declaración Universal de Derechos Humanos*. ONU. (1948). 217 A (III). París

Barrera Unzueta, M. (n.d.). Problemas del derecho antidiscriminatorio: subordinación versus discriminación y acción positiva versus igualdad de oportunidades. *Universidad Del País Vasco*.

Basabe, N., Zlobina, A. y Páez, D. (2004). Integración sociocultural y adaptación psicológica de los inmigrantes extranjeros en el País Vasco. Recuperado el 5 de mayo 2022.

[http://gvas.euskadi.net/pub/gv/estudios\\_sociológicos/csv15.pdf](http://gvas.euskadi.net/pub/gv/estudios_sociológicos/csv15.pdf)

Basabe, N. y Bobowik, M. (2013). Estatus grupal, discriminación y adaptación en inmigrantes latinoamericanos y africanos en España. *Psico perspectivas*, 12(1), 5-29. Recuperado el 28 de mayo de 2022.

<http://www.psicoperspectivas.cl>

Bisquerra, R., Núria, A., & Escoda, P. (2007). *Las competencias emocionales*. Facultad de educación. UNED. Educación XXI

- Campo-Arias, A., Herazo, E., & Oviedo, H. C. (2016). Escala de Discriminación en la Vida Cotidiana: Consistencia y estructura interna en estudiantes de medicina. *Revista Médica Risaralda*. Vol. 22, 39-42.
- Caqueo-Urizar, A., Flores, J., Irrarázaval, M., Loo, N., Páez, J., & Sepúlveda, G. (2019). *Perceived discrimination in migrant schoolchildren in Northern Chile*. *TERAPIA PSICOLÓGICA* Vol (37), 97-103.
- Cea D'Ancona, M. Á. (2016). *Percepción social de las migraciones en España*. <http://www.cis.es>
- Cea D'Ancona, Ma. A., María A., Valles Martínez, M. S. (2011). *Evolución del racismo y de la xenofobia en España: (informe 2011)*. Ministerio de Trabajo e Inmigración.
- Chan, K. T. K., Tran, T. v., & Nguyen, T. N. (2012). *Cross-Cultural Equivalence of a Measure of Perceived Discrimination Between Chinese-Americans and Vietnamese-Americans*. *Journal of Ethnic and Cultural Diversity in Social Work*, 21(1), 20-36. <https://doi.org/10.1080/15313204.2011.647348>
- Chiswick, B. R. y Hatton, T. J. (2002): "International Migration and the Integration of Labor Markets", en Bordo, M.; Taylor, A. M. y Williamson, J. G. (eds.), *Globalization in Historical Perspective*, University of Chicago Press, Chicago, pp. 65-117
- Cingolani, J. M., & Méndez Quiñonez, A. (2007). *Bienestar psicológico: su relación con los niveles de afectividad y sintomatología depresiva*.
- Collazos Sánchez, F., Ghali Bada, K., Ramos Gascón, M., & Qureshi Burckhardt, A. (2014). Revisión bibliográfica salud mental de la población inmigrante en España. *Revista Española Salud Pública*. 755-761.

Consejo Económico y Social (Spain). (2019). *La inmigración en España: efectos y oportunidades: sesión ordinaria del Pleno de 20 de marzo de 2019.*

<http://www.ces.es/informes>

Convención Internacional sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Racial. (1965). Oficina de Alto Comisario de las Naciones Unidas.

Cuadra Haydée, L., & Florenzano Ramón, U. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. Subjective Well-being: Towards a Positive Psychology. *Revista de Psicología de La Universidad de Chile*, XII, 83–96.

Díaz López, J. Alberto. K. (2021). *Reflexiones Académicas sobre delitos de odio.*

[www.inclusion.gob.es](http://www.inclusion.gob.es)

*Directiva 2000/43/CE del Consejo, de 29 de junio de 2000, relativa a la aplicación del principio de igualdad de trato de las personas independientemente de su origen racial o étnico.* Obtenido de Agencia Estatal Boletín Oficial del Estado:

[https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=DOUE-L-200081307#:~:text=L%2D2000%2D81307,Directiva%202000%2F43%2FCE%20del%20Consejo%2C%20de%2029%20de,a%2026%20\(5%20p%C3%A1gs.%20\)](https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=DOUE-L-200081307#:~:text=L%2D2000%2D81307,Directiva%202000%2F43%2FCE%20del%20Consejo%2C%20de%2029%20de,a%2026%20(5%20p%C3%A1gs.%20))

*Encuesta Nacional de Salud ENSE, España 2017.* Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social.

<https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/encuesta2017.htm>

Espelt, E., Cornejo, J., Álvarez, R., Jayaloy, F. (2006). La paradoja del racismo aversivo hacia los inmigrantes en un estudio experimental.

*Revista de Psicología Social*, 21 (1), 3-20. Recuperado el 25 de mayo 2022.

Federación de Asociaciones de SOS Racismo en el Estado Español. (2022). Recuperado el 1 de mayo 2022. Obtenido de Sos Racismme Per La Igualtat De Drets:  
<https://sosracisme.org/tag/federacion-de-asociaciones-de-sos-racismo-en-el-estado-espanol>

Ferrer, L., Gaillardin, F., Cayuela, A., Hernando, C., Muñoz, R., Sánchez, N., Forero, C. G., Ronda, E., & Casabona, J. (2021). Estado de salud de personas inmigrantes en Cataluña desde una perspectiva de género: Proyecto PELFI. *Gaceta Sanitaria*.  
<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.02.010>

Fribergh, E., & Kjaerum, M. (2018). *Manual de legislación europea contra la discriminación*.

García Martín, M., (2002). El bienestar subjetivo. Departamento de Psicología Social. Málaga. *Escritos de psicología*, (6), 18-39.

Gaya Campal, F. (2020). *Aproximación a los conceptos clave: Lucha contra la discriminación racial o étnica*.

Grupo de Estudios y Alternativas 21 (GEA21). (2018). *Percepciones, discursos y actitudes hacia las personas inmigrantes en un barrio de Madrid*.  
[www.mitramiss.gob.es/oberaxe/index.htm](http://www.mitramiss.gob.es/oberaxe/index.htm)

Greene, ML, Way, N. y Pahl, K. (2006). Trayectorias de discriminación percibida entre adultos y compañeros entre adolescentes negros, latinos y asiáticos americanos: patrones y correlatos psicológicos. *Psicología del desarrollo*, 42 (2), 218–236.  
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.218>

Informe del Observatorio de las Discriminaciones. (2021). Ayuntamiento de Barcelona.

Instituto Navarro de Estadística. NASTAT. (2021). *Percepciones Y actitudes en torno a la discriminación en Navarra. Observatorio de La Realidad Social Del Departamento de Derechos Sociales.*

Ikram, U. Z., Snijder, M. B., Fassaert, T. J. L., Schene, A. H., Kunst, A. E., & Stronks, K. (2015). *The contribution of perceived ethnic discrimination to the prevalence of depression.* European Journal of Public Health, 25(2), 243–248.

<https://doi.org/10.1093/eurpub/cku180>

Ikram, U. Z., Snijder, M. B., de Wit, M. A. S., Schene, A. H., Stronks, K., & Kunst, A. E. (2016). *Perceived ethnic discrimination and depressive symptoms: the buffering effects of ethnic identity, religion and ethnic social network.* Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 51(5), 679–688.

<https://doi.org/10.1007/s00127-016-1186-7c>

Ilke, A., Tundé, A., D'agostino, S., Schuermans, N., & Trauner, F. (2020). *Migration, Equality & Racism 44 Opinions.* Recuperado el 29 de abril de 2022.

[www.vubpress.be](http://www.vubpress.be)

Javaloy, F. (1994). *El nuevo rostro del racismo.* Anales de psicología, 10,3-5.

Josefina Lucchetti, M., César, G., (2006). Evaluación del bienestar psicológico y su correlación con la presenciade sintomatología psicopatológica. *XIII Jornadas de Investigación y Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires.*

<https://www.aacademica.org/000-039/191>

- Krieger, N. (1999). *Social Inequalities and Health Embodying Inequality: a review of concepts, measures, and methods for studying health consequences of discrimination*.
- Krieger N. (s.f). *Embodying Inequality: A Review of Concepts, Measures, and Methods for Study Health Consequences of Discrimination*. In *International Journal of Health Services* (Vol. 29, Issue 2).
- Laczko, F., & Piguet, E. (2014). *People on the Move in a Changing Climate* (2). Springer Netherlands.  
<https://doi.org/10.1007/978-94-007-6985-4>
- Lahoz y Ubach, S. (2000). Las nuevas tipologías migratorias y su relación con la Salud Mental de los y las migrantes.
- Lahoz, S. & Forns, M. (2016). Discriminación percibida, afrontamiento y salud mental en migrantes peruanos en Santiago de Chile. *Psicoperspectivas*, 15(1), 157-168.
- Major, B., Davidio, J. F., & Link, B. G. (2018). *Chapter-5-The-Oxfors-Handbook-of-Stimga-Discrimination-and-Health*. University of Oxford.
- Malmusi, D., Jansà, J. M., & del Vallado, L. (2007). Recomendaciones para la investigación e información en salud sobre definiciones y variables para el estudio de la población inmigrante de origen extranjero. *Revista Española de Salud Pública*, (4), 399-409.
- Moldes-Anaya, Sergio, Jiménez Aguilar, Francisco y Jiménez Bautista, Francisco (2018). Actitudes hacia la inmigración en España a través de la Encuesta Social Europea. *OBETS. Revista de Ciencias Sociales*, 13(1), 93-119.

Moldes-Anaya, S., Aguilar, F. J., & Bautista, F. J. (2018). Attitudes towards immigration in Spain through the European social survey. In *OBETS* (13), 1, 93–119. Universidad de Alicante.

<https://doi.org/10.14198/OBETS2018.13.1.04>

Monge, S., Ronda, E., Pons-Vigués, M., Vives Cases, C., Malmusi, D., & Gil-González, D. (2015). Limitaciones y recomendaciones metodológicas en las publicaciones sobre salud de la población inmigrante en España. *Gaceta Sanitaria*- 29(6), 461–463.

<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2015.07.012>

Organización Internacional para las Migraciones (OIM). (2020). *Informe sobre las migraciones en el mundo*.

Organización mundial para la salud (OMS). (2019). Salud y bienestar. Recuperado el 1 de mayo 2022. Salud mental (who.int)

Pascoe, EA., Smart Richman, L. (2009). Discriminación percibida y salud: una revisión metaanalítica. *Boletín psicológico*, 135 (4), 531–554.

<https://doi.org/10.1037/a0016059>

Pérez Joya, R., & Lozano Martín, A. M. (2021). La "Derecha Radical" en Europa y España: Racismo, Xenofobia y Discriminación. *Revista de Cultura de Paz*. (5).

<http://revistadeculturadepaz.com>

Puebla Rosales, E., Avedaño Alarcón, S., & Estrada Goic, C. (2018). Estudio descriptivo sobre el bienestar subjetivo psicológico en una muestra de habitantes de la Patagonia austral. *SOPHIA AUSTRAL*, 22, 209-222.

Real Academia Española. (2021). *Discriminar*. Obtenido de Real Academia Española: <https://dle.rae.es/discriminar>

- Rodríguez Zepeda, J. (2006). Un marco teórico para la discriminación. Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación.??pais
- Rodríguez-Álvarez, E., Lanborena-Elordui, N., Errami, M., Rodríguez-Rodríguez, A., Pereda-Riguera, C., Vallejo de la Hoz, G., & Moreno-Marquez, G. (2009). Relación del estatus migratorio y del apoyo social con la calidad de vida de los marroquíes en el País Vasco. *Gaceta Sanitaria*. 23 (1), 29–37.  
<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2009.07.005>
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M., & Hughes, D. L. (2003). Status inequalities, perceived discrimination, and eudaimonic well-being: Do the challenges of minority life hone purpose and growth? In *Journal of Health and Social Behavior*. 44 (3), 275–291. *American Sociological Association*.  
<https://doi.org/10.2307/1519779>
- Saavedra Javier E, & Robles Yolanda. (2011). la discriminación y su influencia en la salud mental. *Anales de Salud Mental, XXVII* (2).
- Salomé Resurrección, L. (2017). Discriminación estructural. Aproximación al concepto y estándares en la jurisprudencia de la Corte Interamericana de Derechos Humanos.
- San Juan, C., Vergara, A., & Ocáriz, E. (2005). La migración como estresor: pérdida de estatus, estrategias de afrontamiento e impacto psicosocial.
- Sánchez Marquez, G., & López Miguel, M. J. (2008). Ansiedad y modos de aculturación en la población inmigrante. *Apuntes de Psicología*, 26(3), 399–410.
- Santos, H. P., Smith, L., Abdulrahman, R., & Alyamani, S. (2018). *Discrimination Exposure and DNA Methylation of Stress-Related Genes in Latina Mothers Reverse Transcription Real-Time PCR*



*Protocol for Gene Expression Analyses View Project Particulate Matter Levels in Standard Rodent Housing View project.*

<https://doi.org/10.1101/306027>

Seng, J. S., Lopez, W. D., Sperlich, M., Hamama, L., & Reed Meldrum, C. D. (2012). *Marginalized identities, discrimination burden, and mental health: Empirical exploration of an interpersonal-level approach to modeling intersectionality. Social Science and Medicine, 75(12), 2437–2445.*

<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2012.09.023>

Suárez -Cardona, M., Hernández-Rubio, M. de los S., & González-Yuste, P. (2017). *Encuesta Nacional de Salud ENSE, España 2017.*

<https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/encuestaNacional/encuesta2017.htm>

Suso Araico, A., Torres Masón, J., Olmo Sáez, N., & Mamán Schwarts, D. (2020). Percepción de la discriminación por origen racial o étnico por parte de sus potenciales víctimas en 2020. *Resumen ejecutivo.*

[www.igualdad.gob.es](http://www.igualdad.gob.es)

Taguieff, A., Priego M. T., (2002). *El racismo.* Centro de Investigaciones y Estudios de Género (CIEG). Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). 24. 3-14

Unión Europea: Comisión Europea, *Comunicación de la Comisión al Parlamento Europeo y al consejo sobre el estado de ejecución de las medidas prioritarias en el marco de la Agenda Europea de Migración,* 10 febrero 2016.

[La respuesta de la UE al reto migratorio | Noticias | Parlamento Europeo \(europa.eu\)](https://www.europa.eu/press-room/en/infographic-the-eu-response-to-migration)

Urzúa, A., Ferrer, R., Olivares, E., Rojas, J., & Ramírez, R. (2019). El efecto de la discriminación racial y étnica sobre la autoestima individual y

colectiva según el fenotipo auto-reportado en migrantes colombianos en Chile. *Terapia psicológica*. 37, 225–240.

Urzúa, A., Caqueo-Urizar, A., Henríquez, D., & Williams, D. R. (2021). Discrimination and health: The mediating effect of acculturative stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10).

<https://doi.org/10.3390/ijerph18105312>

Villatoro, P. (2021). *La medición de la discriminación en base al autorreporte: estado de situación y desafíos*. Serie Estudios Estadísticos, N° 102 (LC/TS.2021/87), Santiago, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).

Williams DR, Mohammed SA, Leavell J, Collins C. (2010). Race, socioeconomic status, and health: Complexities, ongoing challenges, and research opportunities. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 1186(1):69–101

Williams, DR y Mohamed, SA (2009). Discriminación y disparidades raciales en la salud: evidencia e investigación necesaria. *Revista de medicina conductual*, 32 (1), 20–47.

<https://doi.org/10.1007/s10865-008-9185-0>

Williams, D. R., Neighbors, H. W., & Jackson, J. S. (2003). Racial/ethnic discrimination and health: findings from community studies. *American journal of public health*, 93(2), 200–208.

<https://doi.org/10.2105/ajph.93.2.200>

Williams DR, Yan Yu, Jackson JS, Anderson NB. (1997). Racial Differences in Physical and Mental Health: Socio-economic Status, Stress and Discrimination. *J Health Psychol*.

[10.1007/s10865-008-9185-0](https://doi.org/10.1007/s10865-008-9185-0)

## 8. Anexo

El presente cuestionario es parte de mi Trabajo de Fin de Grado, de grado de psicología de la URV (Universidad Rovira i Virgili) y tiene como finalidad analizar las experiencias de discriminación percibida y su relación con el bienestar subjetivo de la población inmigrante residente en España. La utilización de los datos recogidos está restringida a estudios académicos con una finalidad educativa y es totalmente confidencial y anónima. Para cualquier duda relacionada con el cuestionario póngase en contacto a través del correo electrónico: [Bzioui.khaoula@estudiantes.urv.cat](mailto:Bzioui.khaoula@estudiantes.urv.cat)

Muchas gracias por su colaboración.

¿Consciente su participación en este estudio?

- a. Si
- b. No

### I. Datos Sociodemográficos:

1. Identidad de género:

- a. Mujer
- b. Hombre
- c. Otros

2. Edad:

3. País de nacimiento:

4. País de nacimiento de los padres:

5. ¿Cuánto tiempo ha pasado desde que reside en España?

- a. Ha nacido aquí
- b. 6 meses a 1 año
- c. 1 a 2 años
- d. 2 a 5 años
- e. De 5 a 10 años
- f. Diez o más años

6. Nivel de estudios:

- a. Sin estudios
- b. Estudios primarios o equivalentes
- c. Educación Secundaria Obligatoria
- d. Estudios de formación profesional
- e. Estudios universitarios o equivalentes

## II. Escala de Bienestar subjetivo:

Seguidamente se presentará una serie de frases con las cuales usted ha de determinar cuánto de identificado se siente.

- 1. Nunca
- 2. Casi nunca
- 3. A veces
- 4. Casi siempre
- 5. Siempre

Para responder tenga en cuenta que no hay respuestas correctas e incorrectas para ello se recomienda ser sincero.

	<b>Nunca</b>	<b>Casi nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
1. Acostumbro a ver el lado positivo de las cosas					
2. Me gusta transmitir mi felicidad a los demás					
3. Me siento bien conmigo mismo					
4. Todo me parece interesante					
5. Me gusta divertirme					
6. Me siento animado					
7. busco momentos de distracción (pasear, caminar o jugar) y					

descanso (dormir, ver tv, leer un libro)					
8. Tengo buena suerte					
9. Estoy emocionado de la vida					
10. Se me han presentado muchas oportunidades en mi vida					
11. Me siento optimista					
12. Me siento capaz de realizar mis tareas					
13. Creo que tengo buena salud					
14. Duermo bien y de forma tranquila					
15. Me creo útil y necesario/a para la gente					
16. Creo que sucederán cosas agradables					
17. Creo que como persona he logrado lo que quería					
18. Creo que valgo tanto como cualquier otra persona					
19. Creo que puedo superar mis errores y debilidades					
20. Creo que mi familia me quiere					
21. Me siento con mucha energía					
22. Tengo muchas ganas de vivir					

23. Me enfrento a mi trabajo y a mis tareas con buen ánimo					
24. Me gusta lo que hago					
25. Disfruto de las comidas					
26. Me gusta salir y ver a la gente					
27. Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo					
28. Creo que generalmente, tengo buen humor					
29. Siento que todo va bien					
30. Tengo confianza en mí mismo					

### III. Escala de Discriminación Diaria:

**En tu vida diaria:** ¿con que frecuencia le ha sucedido alguna de las siguientes situaciones por el hecho de ser inmigrante?

1. Eres tratado con menos cortesía que otras personas
  - a. Casi todos los días
  - b. Al menos una vez por semana
  - c. Algunas veces al mes
  - d. Algunas veces al año
  - e. Menos de una vez al año
  - f. Nunca
  
2. Eres tratado con menos respeto que otras personas.
  - a. Casi todos los días
  - b. Al menos una vez por semana
  - c. Algunas veces al mes

- d. Algunas veces al año
- e. Menos de una vez al año
- f. Nunca

3. Recibes peor servicio que otras personas en un restaurante o en una tienda.

- a. Casi todos los días
- b. Al menos una vez por semana
- c. Algunas veces al mes
- d. Algunas veces al año
- e. Menos de una vez al año
- f. Nunca

4. La gente actúa como si pensarán que tú no eres inteligente.

- a. Casi todos los días
- b. Al menos una vez por semana
- c. Algunas veces al mes
- d. Algunas veces al año
- e. Menos de una vez al año
- f. Nunca

5. La gente actúa como si te tuvieran miedo.

- a. Casi todos los días
- b. Al menos una vez por semana
- c. Algunas veces al mes
- d. Algunas veces al año
- e. Menos de una vez al año
- f. Nunca

6. La gente actúa como si pensarán que tú eres deshonesto

- a. Casi todos los días
- b. Al menos una vez por semana
- c. Algunas veces al mes
- d. Algunas veces al año

- e. Menos de una vez al año
- f. Nunca

7. La gente actúa como si fueran mejores que tú.

- a. Casi todos los días
- b. Al menos una vez por semana
- c. Algunas veces al mes
- d. Algunas veces al año
- e. Menos de una vez al año
- f. Nunca

8. Ellos no te llaman por tu nombre o te insultan

- a. Casi todos los días
- b. Al menos una vez por semana
- c. Algunas veces al mes
- d. Algunas veces al año
- e. Menos de una vez al año
- f. Nunca

9. Eres amenazado o asaltado

- a. Casi todos los días
- b. Al menos una vez por semana
- c. Algunas veces al mes
- d. Algunas veces al año
- e. Menos de una vez al año
- f. Nunca

#### **IV. Experiencias de discriminación subjetiva**

1. ¿En el último mes, ha sido testigo o ha vivido alguna situación discriminatoria?

- a. Si
- b. No

2. ¿De qué tipo ha sido esta discriminación?

- a. Amenaza verbal



- b. Insultos o comentarios de desprecio
  - c. Trato diferenciado
  - d. Agresión física
3. ¿En caso de que usted mismo o una familiar/amigo ha experimentado una experiencia de discriminación en qué grado cree que le ha afectado este hecho?

0= Nada afectado y 10= muy afectado

4. ¿Cómo se siente de integrado en la cultura española?

0= Nada integrado y 10 =muy integrado