

doi: 10.15446/rcp.v26n1.54624

El Papel de la Dimensión Colectiva en el Estudio de la Felicidad

SONIA CARRILLO

MARÍA LUISA FEIJÓO

AGUSTÍN GUTIÉRREZ

PAULA JARA

MELISSA SCHELLEKENS

Universidad de los Andes, Bogotá, Colombia



Excepto que se establezca de otra forma, el contenido de esta revista cuenta con una licencia Creative Commons “reconocimiento, no comercial y sin obras derivadas” Colombia 2.5, que puede consultarse en: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/co>

Cómo citar este artículo: Carrillo, S., Feijóo, M. L., Gutiérrez, A., Jara, P., & Schellekens, M. (2017). El papel de la dimensión colectiva en el estudio de la felicidad. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 115-129. doi: 10.15446/rcp.v26n1.54624

La correspondencia relacionada con este artículo debe dirigirse a la Dra. Sonia Carrillo, e-mail: scarrill@uniandes.edu.co. Departamento de Psicología, Universidad de los Andes, Bogotá, Colombia.

ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

RECIBIDO: 11 DE DICIEMBRE DEL 2015 - ACEPTADO: 11 DE SEPTIEMBRE DEL 2016

Resumen

Los estudios sobre felicidad incluyen diversas perspectivas, conceptualizaciones y factores asociados a este concepto; sin embargo, las investigaciones sobre felicidad con frecuencia se concentran en la dimensión individual de la misma. El presente trabajo hace énfasis en la concepción de la felicidad como un constructo multidimensional conformado por aspectos individuales y por aspectos colectivos. De manera que el propósito central del artículo es presentar un análisis sobre la dimensión colectiva de la felicidad, la cual ha sido poco estudiada en el contexto latinoamericano. En particular este artículo busca enfatizar el papel de las relaciones afectivas, la conducta prosocial y la inversión en los demás, en la comprensión de la felicidad. En las conclusiones se identifican temáticas relevantes asociadas a la dimensión colectiva que permitirán ampliar la investigación sobre la felicidad.

Palabras clave: felicidad, dimensión colectiva, relaciones afectivas, inversión en otros, conducta prosocial.

The Role of the Collective Dimension in the Study of Happiness

Abstract

Studies of happiness include diverse perspectives, concepts and factors; however, research on happiness often focuses on its individual dimension. This work emphasizes the concept of happiness as a multidimensional construct of individual and collective aspects. The main purpose of the article is to present an analysis of the collective dimension of happiness, which has been little studied in the Latin American context. In particular, this article seeks to emphasize the role of relationships, prosocial behavior and investment in others in the understanding of happiness. The conclusions identify issues associated with the collective dimension that permit a broadening of the research on happiness.

Keywords: happiness, collective dimension, affective relationships, investment in others, prosocial behavior.

O Papel da Dimensão Coletiva no Estudo da Felicidade

Resumo

Os estudos sobre felicidade incluem diversas perspectivas, conceituações e fatores associados a esse conceito; contudo, as pesquisas sobre felicidade com frequência concentram-se na dimensão individual dela. Este trabalho enfatiza a concepção da felicidade como um constructo multidimensional conformado por aspectos individuais e por aspectos coletivos. Assim, o propósito central deste artigo é apresentar uma análise sobre a dimensão coletiva da felicidade, a qual tem sido pouco estudada no contexto latino-americano. Em particular, neste texto, busca-se salientar o papel dos relacionamentos afetivos, do comportamento pró-social e do investimento nos demais, na compreensão da felicidade. Nas conclusões, identificam-se temáticas relevantes associadas à dimensão coletiva que permitirão ampliar a pesquisa sobre a felicidade.

Palavras-chave: comportamento pró-social, dimensão coletiva, investimento em outros, relacionamentos afetivos.

Introducción

En las últimas décadas se ha observado un creciente interés, por parte de investigadores de diferentes disciplinas, por el estudio de la felicidad. ¿Qué razones explican el aumento en la preocupación por este tema? Por una parte, los cambios sociales, culturales, políticos y económicos que se han observado a nivel mundial, han conducido a transformaciones importantes en el ámbito científico, médico y tecnológico. Estos cambios han tenido implicaciones importantes en los índices de desarrollo y en la economía de las naciones, al igual que en los niveles de salud y en la expectativa de vida de los individuos. Al punto de que, al analizar estos progresos, surge una pregunta relevante: ¿refleja el desarrollo de las naciones el nivel de felicidad y bienestar de sus individuos?

Diversos estudios han mostrado que mientras los niveles de desarrollo han incrementado gradual y consistentemente, las curvas en la medición de la felicidad se mantienen fijas y en niveles moderados o bajos (Layard, 2005; Marks, 2010).

Por otra parte, el aumento en el interés por el estudio de la felicidad proviene de la psicología, en particular del nacimiento y progreso de la psicología positiva. Desde sus planteamientos originales en la década de 1990, Seligman y Czikszentmihalyi (2000) cuestionaron el énfasis dado por la psicología a las limitaciones del funcionamiento humano y a la patología, llamando la atención sobre la importancia de estudiar de manera rigurosa las fuentes del bienestar psicológico, las competencias positivas, las fortalezas y las virtudes humanas que hacen que la vida de las personas tenga sentido y “valga la pena vivirse” (Lyubomirsky & Abbe, 2003).

Las razones detrás de este argumento se centran en la importancia de estudiar y entender estos aspectos positivos en sí mismos, y no solamente como amortiguadores o factores protectores de problemas de comportamiento, estrés o desórdenes del funcionamiento individual (Gable & Haidt, 2005). Adicionalmente, la creación de revistas especializadas —e.g., *Journal of Happiness* y *Journal of Positive Psychology*—, en las dos últimas décadas, es

otro factor que ha contribuido al incremento en la divulgación de estudios alrededor de temas como el bienestar, la felicidad y la psicología positiva. Sin embargo, estas publicaciones agrupan principalmente autores y trabajos de contextos como Estados Unidos y algunos países europeos. En América Latina la inclusión de los temas de la psicología positiva en la investigación ha sido más lenta.

No obstante, en los últimos años se han adelantado investigaciones y se han publicado diversos artículos sobre temas relacionados con esta área. En una revisión de artículos publicados sobre el tema de la felicidad en varias revistas latinoamericanas, se encontró que en los últimos 10 años la mayoría de los trabajos ubicados bajo el término ‘felicidad’ se centran en variables relacionadas con el bienestar subjetivo y la calidad de vida (ver Apéndice).

Igualmente, con respecto al constructo de felicidad presente en estos artículos, se encontró que no se tiene una definición clara del mismo. Sin embargo, los artículos que intentan definirlo, se enfocan únicamente en una visión unidimensional del concepto en la cual se evalúan características principalmente asociadas a la dimensión individual, como es el estudio de los factores biológicos, de la emoción y de la cognición. A pesar de que diferentes autores han señalado la importancia de otras dimensiones de la felicidad, como la colectiva y la institucional, estas han sido menos discutidas en la literatura publicada en el contexto latinoamericano (ver Apéndice). De igual manera, son pocos los trabajos que proponen una visión dinámica de la felicidad en la que interactúen elementos internos e individuales, con elementos de carácter contextual (Ahuvia et al., 2015; Palomera, 2009).

El presente artículo busca hacer una contribución a la comprensión de la felicidad, teniendo en cuenta las diversas dimensiones que la componen; su objetivo principal es profundizar sobre la dimensión contextual a la que denominaremos dimensión colectiva de la felicidad, haciendo especial énfasis en las relaciones afectivas con otros

y en la importancia de la inversión en los demás, como elementos centrales de la felicidad de los individuos. El documento está estructurado en tres grandes secciones: la primera aborda una reflexión sobre la conceptualización de la felicidad; en esta se hace énfasis en el debate que se encuentra en la literatura sobre bienestar y felicidad. La segunda sección presenta una discusión sobre la perspectiva dimensional en el estudio de la felicidad, la cual permite reconocer elementos centrales de las dimensiones individual, subjetiva y colectiva de la felicidad. En la tercera sección se discuten aspectos relacionados con la dimensión colectiva de la felicidad. Finalmente, se concluye con una reflexión sobre los avances en el estudio de la felicidad y sobre aspectos fundamentales que se deberían incluir en la investigación sobre este tema, particularmente en el contexto latinoamericano.

¿Qué es la Felicidad? Aspectos Generales de su Conceptualización

La felicidad es un tema que ha inquietado a la humanidad a lo largo de la historia. Muchos pensadores han considerado a la felicidad como el principal objetivo de la vida y se ha llegado a creer que es el único elemento que justifica, en última instancia, la existencia del ser humano (Brülde, 2007). La complejidad de la definición del concepto y los diversos factores que se asocian al hecho de ser feliz son asuntos de gran trascendencia, que han sido objeto de estudio en numerosas áreas del conocimiento. Por ejemplo, en la filosofía, para Aristóteles y Platón, la felicidad se concebía como la bondad —practicar el bien— y la virtud —control de las emociones (McMahon, 2006)—. Para ellos, la felicidad estaba representada en una ética eudaimónica en la cual el fin último estaba determinado por dos factores: uno intelectual, que correspondía al alma racional, y otro de perfección, que giraba en torno a la virtud. Entonces, el logro de la virtud iba más allá de los placeres materiales; implicaba prudencia y buen funcionamiento como individuos dentro de la sociedad, y se conseguía fundamentalmente a través del “bien común”

(Hybron, 2013). Más adelante, la escuela hedonista determinaría que el elemento esencial por medio del cual se obtiene la felicidad es el placer, representando la felicidad como el fin último.

Tales definiciones presentan a la felicidad desde una sola dimensión; sin embargo, hoy en día las investigaciones desarrolladas sobre el tema indican que este es un concepto complejo y multidimensional, por lo que se han planteado diversas definiciones. Por ejemplo, Veenhoven (2015) define la felicidad como “el grado en el que un individuo juzga la calidad global de su vida como un todo favorable” (p. 733). Por su parte, Lyubomirsky (2001), considera que la felicidad está definida por un componente afectivo —que contempla aquellos sentimientos que se experimentan como placenteros— y un componente cognitivo —que se refiere al grado en el que los individuos perciben y evalúan el logro de sus aspiraciones—.

Desde la perspectiva de la Psicología Positiva, Seligman (2011) distingue entre la teoría de la felicidad y la del bienestar, y sugiere que el bienestar está compuesto por cinco componentes: emociones positivas, compromiso, relaciones positivas, sentido y logro, que se conocen como el modelo PERMA —por sus siglas en inglés—. De acuerdo con este autor, la felicidad, a diferencia del bienestar, tiene como único elemento de medida la satisfacción personal con la vida; mientras que, el bienestar tiene como objetivo el florecer (*flourish*), que implica estos cinco elementos.

Para la realización de este artículo se hizo una revisión de literatura relacionada con el concepto en diferentes bases de datos, enfocadas en el contexto latinoamericano. La primera fuente de datos utilizada fue la Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal (Redalyc), seguida por la base de datos bibliográfica de psicología (Psicodoc) y la base de datos en línea EBSCO. Se encontró un total de 32 artículos que hablaban del término felicidad; sin embargo, el 50% de dichos artículos provenía de países de contextos norteamericanos o europeos, o correspondían a textos no

académicos. El resultado de la revisión de los 16 artículos restantes indicó que la mayoría de los trabajos sobre el tema han sido publicados por autores de Chile, Colombia y México, seguidos por autores de Argentina y Perú. Se encontró un número menor y similar de artículos de autores de Brasil, Venezuela y Uruguay.

Con relación a los temas de los trabajos, se encontró que el 21.4% de los artículos se centró en la validación de escalas de felicidad en países como Perú, Brasil y Venezuela. Un segundo lugar que surge en esta revisión, es la exploración de los determinantes de la felicidad, dentro de los cuales se han investigado el nivel educativo de las personas, la satisfacción laboral y la calidad de la relación marital, entre otras (ver Apéndice). El tercer grupo de artículos se ubicó dentro de la categoría de artículos no empíricos que se centran en aspectos teóricos relacionados con la psicología positiva en general y teorías relacionadas; como la teoría de flujo y el modelo de acercamiento a la meta.

A partir de esta revisión se puede observar que el concepto de felicidad suele ser entendido como sinónimo del bienestar subjetivo. En la mayoría de estos artículos se utilizaron indiscriminadamente los dos constructos; solamente en dos de los 14 artículos se diferencian de manera explícita estos dos términos (ver Apéndice). En estos trabajos se considera el bienestar subjetivo como aquello “que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas y a las conclusiones cognoscitivas y afectivas que ellos alcanzan cuando evalúan su existencia” (Cuadra & Florenzano, 2003, p.85).

En cuanto al uso de estos conceptos, Lyubomirsky (2001) hace especial énfasis en la necesidad de diferenciar el concepto de bienestar subjetivo del de felicidad. Esta autora sugiere que la felicidad es un constructo complejo que se compone de tres factores: una predisposición genética —la cual determina en un 50% los niveles de felicidad de un individuo—, acciones deliberadas de las personas por alcanzar la felicidad —responsable del 40%— y las circunstancias que rodean al individuo —10% restante— (Lyubomirsky, 2008).

En relación con esta perspectiva, aproximaciones recientes sobre felicidad llaman la atención sobre la necesidad de abordar la felicidad bajo una perspectiva multidimensional e interaccionista, la cual implica una relación de interdependencia entre diversos factores internos y otros factores externos a los individuos (Ahuvia et al., 2015). Por ejemplo, Palomera (2009) sugiere que:

Los diferentes estudios sobre la felicidad aceptan una posición interaccionista en la que la felicidad es el resultado de los rasgos heredados de la persona, el ambiente en el que vive y se desarrolla y de las actitudes y aptitudes que surgen de la interacción entre estos dos elementos (p. 249).

A continuación, se describirán los factores colectivos que hasta el momento se consideran relevantes en el estudio de la felicidad. En primer lugar, se realizará una descripción de lo que compone lo individual y lo colectivo, para luego continuar con una explicación de cada uno de los factores colectivos.

Dimensión Colectiva en el Estudio de la Felicidad

La psicología positiva ha sido definida como el área dentro de la disciplina psicológica que “permite una comprensión y construcción de aquellos factores que llevan a los individuos, comunidades y sociedades a florecer” (Seligman & Czikszentmihalyi, 2000, p. 13). Para otros autores, esta se define como “el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos y las instituciones que facilitan su desarrollo” (Grinhaus & Castro, 2015, p. 46). Seligman (2002) identificó tres pilares de la psicología positiva: las experiencias subjetivas, las características individuales y las características de los grupos, instituciones o comunidades.

El estudio de estos tres pilares no se ha realizado en la misma medida. De acuerdo con Grinhaus y Castro (2015), la promoción del bienestar y la felicidad se ha concentrado de manera importante en las características individuales; las

cuales se basan en la clasificación propuesta por Peterson y Seligman (2004), y que se conocen como fortalezas y virtudes personales. De las tres áreas centrales de la psicología positiva, probablemente la que se ha estudiado con menos frecuencia, en particular asociada a la felicidad, es el área dedicada a las relaciones que se desarrollan dentro de los grupos, instituciones o comunidades (Gable & Haidt, 2005).

No obstante, desde sus conceptualizaciones iniciales, diferentes autores sugirieron que la felicidad depende, como se mencionó en la introducción, de la interacción entre factores internos y externos (Palomera, 2009), por lo que las relaciones sociales cercanas son una parte primordial de las circunstancias externas al individuo, e influyen de manera determinante en su nivel de desarrollo y adaptación a lo largo de la vida, al igual que en su nivel de felicidad (Carrillo, 2008; Russell, 1984). En la presente sección se discutirán tres aspectos relacionados con la dimensión colectiva de la felicidad. Estos son: las relaciones afectivas cercanas, las conductas prosociales y los comportamientos económicos.

Relaciones Afectivas Cercanas

Los seres humanos, desde el momento del nacimiento, están interactuando con otros. En las etapas iniciales de la vida, los niños establecen relaciones afectivas significativas con sus cuidadores principales y con otros miembros de su contexto familiar y social cercanos. Estas relaciones son fundamentales para su supervivencia física, particularmente en los primeros años de vida. A través de ellas, los individuos reciben cuidado, protección y adquieren seguridad y confianza para adaptarse al medio que los rodea (Parke & Clarke-Stewart, 2011). Adicionalmente, en el contexto de las relaciones interpersonales los individuos aprenden una serie de habilidades y patrones de relación que serán determinantes en su proceso de socialización y en su nivel de satisfacción en etapas posteriores de la vida (Ainsworth, 1991; Bowlby, 1969; Thompson, 2008, 2011).

La importancia de las relaciones interpersonales cercanas ya había sido enfatizada por el filósofo Bertrand Russell en su libro *La Conquista de la Felicidad* (1984), obra que se constituyó en una de las primeras referencias sobre el tema de la felicidad y sobre los factores que están asociados a la misma. En esta obra el autor hace énfasis en las relaciones familiares como uno de los factores que contribuye de manera importante a la felicidad o a la 'desgracia' de las personas. De acuerdo con Russell (1984), las relaciones familiares que se caracterizan por falta de afecto, castigo, culpabilización o intrusión, tienen un impacto negativo en el desarrollo de la personalidad de los individuos. Por el contrario, relaciones afectivas positivas —con los padres, familiares cercanos y amigos— contribuyen al bienestar, ajuste y felicidad de las personas. Michael Argyle (1987), al igual que Russell, hace énfasis en el papel de las relaciones afectivas en la consecución de la felicidad; dentro de las relaciones familiares, este autor se centra en la pareja y cita diversos estudios de las décadas de 1960 y 1970 que señalan cómo las personas casadas suelen ser más felices que las personas no casadas.

Desde la psicología se han planteado diferentes aproximaciones teóricas que enfatizan el papel del amor y de las relaciones cercanas en el desarrollo humano. En particular, la investigación sobre las relaciones afectivas cercanas ha mostrado que la calidad de la relación que establecen las personas con los demás —sus padres, hermanos, amigos, parejas, etc.— tiene un gran impacto en el proceso de socialización, en la adaptación, el ajuste psicológico y en el desarrollo de la personalidad de los individuos (Ainsworth, 1991; Rohner, Khaleque, & Cournoyer, 2005; Thompson, 2008).

De acuerdo con dicha literatura, en las primeras etapas del desarrollo, los niños establecen patrones de relación con las personas importantes de su contexto social inmediato —la familia—, que son el resultado de constantes interacciones entre ellos. Estos patrones se constituyen en la base para el establecimiento de relaciones con otros —niños

y adultos— fuera de la familia y para el proceso de socialización del individuo a lo largo de su vida. Los resultados de varias décadas de investigación en la teoría del apego han mostrado que el establecimiento de patrones de apego seguro entre el niño y sus cuidadores en los primeros años de vida está asociado con logros positivos en el desarrollo cognitivo, del lenguaje y en el desarrollo social de las personas en las siguientes etapas (Sroufe, Egeland, Carlson, & Collins, 2005; Thompson, 2008). McAuley y Rose (2010) llevaron a cabo un estudio en el que se evaluó el papel de las relaciones con personas cercanas y significativas en el bienestar psicológico y la felicidad de niños y niñas de edad escolar y de preadolescencia. Los resultados de esta investigación indicaron que las relaciones con padres y amigos fueron identificadas por los niños como uno de los factores centrales de su bienestar.

En las etapas de la niñez y la adolescencia, los pares y los amigos entran a jugar un papel fundamental. La calidad de las relaciones de amistad, definida por dimensiones como compartir actividades, comunicación, confianza, afecto y disponibilidad mutuos, influye de manera significativa en diferentes procesos sociales y emocionales de los jóvenes (Zaccagnini & Martin, 2009). El rol de los vínculos significativos dentro de las redes sociales cercanas fue señalado por Fowler y Christakis (2008) en un estudio longitudinal en el que se analizaron diferentes variables asociadas a la felicidad en un grupo de personas, durante un espacio de 20 años. Estos autores encontraron que las redes sociales cercanas y significativas eran características de los grupos de personas identificados como más felices; en su artículo, estos investigadores hacen referencia a un fenómeno de contagio de la felicidad entre los individuos pertenecientes a redes sociales cercanas —e.g., mejores amigos—.

Por otra parte, la falta de afecto y la carencia de relaciones sociales cercanas han sido señaladas igualmente como elementos centrales en la infelicidad de las personas. Autores como Javaloy, Páez y Rodríguez (2009) y Punset (2005) indicaron que

la soledad está altamente asociada a la infelicidad de los individuos. Desde la perspectiva de la teoría del apego, las relaciones afectivas inadecuadas, al igual que las separaciones o rompimientos frecuentes en las relaciones cercanas durante las etapas iniciales del desarrollo, se asocian con dificultades en el comportamiento y ajuste social de las personas tanto en la niñez y la adolescencia como en la adultez (Allen & Land, 2008; DeKlyen & Greenberg, 2008; Feeney, 2008).

Adicional a las relaciones afectivas significativas que tienen lugar especialmente dentro de los contextos inmediatos de desarrollo de las personas —e.g., la familia, los amigos, etc.—, existe otro tipo de interacciones sociales que representan una fuente importante de felicidad para las personas. Estas interacciones se reflejan en comportamientos que las personas exhiben hacia otros que pueden estar en sus círculos afectivos cercanos o con quienes no existe un vínculo afectivo significativo; se ha encontrado que estos comportamientos se asocian a la felicidad de las personas en la medida en que están encaminados al logro del bienestar o la felicidad de los otros. Estos comportamientos se han identificado por algunos autores como conductas prosociales y se describirán en detalle a continuación.

Conductas Prosociales

Según Markus y Kitayama (1991), las culturas occidentales tienden a ser más individualistas que las orientales. En las culturas individualistas, sus integrantes valoran mucho más la independencia y la expresión auténtica de cada personalidad, asumiendo que estos caminos los van a llevar a vivir vidas más felices y satisfactorias. Sin embargo, investigaciones adelantadas en el marco de la felicidad han encontrado que uno de los comportamientos que más brinda felicidad son los comportamientos prosociales, en los cuales el mayor objetivo es hacer sentir mejor a otra persona. Sin embargo, antes de empezar a hablar de la relación entre estas dos variables, es preciso analizar qué componentes tiene la prosocialidad.

Uno de los grandes aportes de la psicología positiva es el haber propuesto un manual de fortalezas humanas, llamado la *Clasificación de Fortalezas Humanas* (Peterson & Seligman, 2004). En este manual, Christopher Peterson y Martin Seligman identificaron 24 virtudes y atributos presentes y valorados en la mayoría de las culturas humanas. Dentro de ellas hay una fortaleza que encaja claramente con el concepto de actos prosociales llamada amabilidad y generosidad.

Según Otake, Shimai, Tanaka-Matsumi, Otsui y Fredrickson (2006) la prosocialidad o amabilidad, está definida por tres componentes: (a) la motivación de desempeñar actos de amabilidad hacia los demás, (b) la capacidad de reconocer amabilidad en los demás y (c) el desempeñar actos de amabilidad en el día a día.

Una pregunta que se han formulado diferentes investigadores es si existe evidencia científica sobre la relación entre la prosocialidad o amabilidad y la felicidad. Otake et al. (2006) llevaron a cabo un estudio con estudiantes de pregrado de Japón y encontraron una correlación significativa entre actos de amabilidad —tanto en su intención de hacerlos, como en el acto mismo— y los niveles de felicidad de los jóvenes. Al implementar una intervención dichos autores encontraron que, aumentando la conciencia de los actos de amabilidad que las personas llevaban a cabo en el día a día, aumentaban también sus niveles de felicidad (Otake et al., 2006). Cabe resaltar que los niveles de felicidad en esta intervención no se aumentaron por el número de actos de amabilidad que las personas realizaban, sino simplemente por la conciencia de los mismos.

Estos resultados también han sido replicados en Estados Unidos (Lyubomirsky et al., 2004 citados por Kerr, O'donovan, & Pepping, 2014). Lo anterior sugiere que hay cierta universalidad en la relación entre estas dos variables; incluso se ha encontrado que intervenciones diseñadas para aumentar la amabilidad en pacientes con trastornos psicológicos, incrementan significativamente los niveles de satisfacción con la vida y optimismo,

dos variables relacionadas con felicidad (Kerr et al., 2014). En la actualidad no se conocen todavía los mecanismos por los cuales los actos de amabilidad pueden resultar en mayor felicidad. Podría ser que el mecanismo por medio del cual la amabilidad repercute en la felicidad sea por el fortalecimiento de las redes sociales, sin embargo, falta más investigación para poder dilucidar mejor esta relación.

Comportamientos Económicos

Desde otra perspectiva, se tiene que desde 1817 la felicidad entra a ser parte del análisis presentado por los economistas. En específico, el pensador inglés Jeremy Bentham (1817, citado por Mill, 2010) explica que los individuos actúan en busca del placer, evitando el dolor. Por lo tanto, que las personas actúen para aumentar el placer y disminuir el dolor se toma como el “principio de la utilidad” o el “principio de la mayor felicidad” (Mill, 2010, p. 62); entendiéndose la utilidad, para los economistas, como la “relación entre preferencias” (Nicholson, 2011, p. 69). Así, en el estudio de la economía suele considerarse que, dada una restricción presupuestal, las personas serán más felices consumiendo los bienes que se encuentran en aquella canasta de consumo que les produce una mayor utilidad (Nicholson, 2011).

De acuerdo con esta teoría, los economistas en la actualidad se han centrado en el estudio de lo observable, es decir, del comportamiento efectivo que se puede medir cuantitativamente. Así que, si se quiere hablar de felicidad en relación con la economía, se debe considerar en términos del acceso a los bienes, de bienestar o de calidad de vida (Cohen, 2014). En este orden de ideas, la felicidad como medida ‘objetiva’ a nivel agregado, se entiende como el Producto Interno Bruto (PIB), de tal forma que se realizan análisis en términos de los costos y beneficios monetarios al evaluar si una acción favorece o no a las personas de una sociedad, eligiendo acciones cuyos beneficios superen los costos (Layard, 2005).

Richard Easterlin (1974, citado por Oswald, 1997), es uno de los primeros economistas en

estudiar la tendencia de la felicidad reportada a lo largo del tiempo en relación con el cambio en el PIB. En uno de sus primeros artículos, él da a conocer que el nivel de felicidad es bastante similar si se comparan países ricos y pobres. Adicionalmente, concluye que el incremento en las medidas de ingreso realmente no determina un incremento en el bienestar y que la felicidad es relativa. En este sentido, al comparar las tendencias de la felicidad reportadas por los habitantes de un país y su cambio en términos de acumulación, es decir del PIB, se ha llegado a concluir que el incremento en el PIB per cápita no garantiza un incremento en la felicidad (Oswald, 1997).

Por otra parte, en una encuesta realizada en Estados Unidos por la organización Gallup a 450000 norteamericanos durante el 2009, se encontró que la relación entre el ingreso anual y la felicidad era más o menos directa hasta que la persona ganaba \$75000 dólares al año. Sin embargo, esta relación deja de existir una vez el ingreso del individuo sobrepasa esta cifra (Kahneman & Deaton, 2010). Es importante señalar que los investigadores llegaron a esta conclusión basados en una muestra norteamericana. Para concluir con certeza que sucede lo mismo en contextos latinoamericanos, hacen falta más investigaciones.

Estos hallazgos han sido corroborados por el economista inglés Richard Layard (2005), quien señala que después de cierto punto, la felicidad sigue estando constante y, aunque la calidad de vida hoy es mejor que en cualquier otra época, los niveles de felicidad son similares a los de 1950. Por lo tanto, la acumulación económica no predice los niveles de felicidad de las personas ni los niveles de satisfacción en otros ámbitos (Torres, Moyano-Díaz, & Páez, 2014). Esto querría decir que una vez superada la barrera de los \$ 75000 al año (Kahneman & Deaton, 2010) y los niveles básicos de calidad de vida, ¿no hay nada que podamos hacer con nuestro dinero para ser más felices? La respuesta es sí.

Investigaciones adelantadas en las últimas décadas han permitido identificar ciertos patrones

de gasto, que se asocian consistentemente con la felicidad de los individuos. Por ejemplo, Dunn, Gilbert y Wilson (2011) propusieron ocho patrones de gasto que se relacionan con la felicidad: el primero se centra en comprar experiencias más que bienes materiales. El segundo involucra invertir en otros, más que en nosotros mismos; este patrón incrementa el nivel de felicidad por medio del fortalecimiento de las relaciones con otros. El tercero enfatiza el comprar muchos placeres pequeños en lugar de pocos placeres muy grandes. El cuarto patrón involucra desenfatar la compra de seguros que buscan proteger a las personas de futuras calamidades. El quinto se centra en demorar el consumo lo más posible. El patrón número seis implica tener en cuenta todas las características de una compra, en especial aquellas que se consideran como periféricas al objeto o bien adquirido ya que, con frecuencia, estas características dificultan el uso de dicho bien o lo complejizan. El séptimo patrón implica evitar hacer comparaciones a la hora de comprar, puesto que estas distraen la atención sobre los elementos clave de la decisión, que pueden ser mucho más beneficiosos para nuestra felicidad. El último patrón se relaciona con la búsqueda de información de otras personas que hayan adquirido ese bien o hayan tenido esa experiencia y usar esa experiencia como información en el proceso de compra.

Algunos investigadores han profundizado en el estudio del comportamiento de invertir en los demás como uno de los factores asociados a la felicidad. En una serie de experimentos con estudiantes universitarios Dunn, Aknin y Norton (2008) encontraron que, frente a una tarea de invertir una suma de dinero, aquellos que decidieron invertirlo en alguien más reportaron mayor nivel de felicidad que los que lo invirtieron en sí mismos —independiente de la cantidad de dinero que fue invertido en cada caso—. En esta misma línea de investigación Geenen, Hohelüchter, Langholf y Walther (2014) evaluaron el gasto prosocial en un experimento que involucraba diferentes medios de obtención e inversión de dinero. En un caso, el

dinero se obtenía después de completar una tarea difícil; en el otro se obtenía como un regalo. Los hallazgos de este estudio mostraron mayores niveles de felicidad asociados al hecho de invertir en otros que en la inversión en sí mismos independientemente del medio por el cual se obtiene el dinero.

Aknin et al. (2013) evaluaron la relación entre felicidad y gasto pro-social en una muestra de 136 países y encontraron que existe una asociación positiva y significativa entre estas dos variables, tanto en países pobres como en países con mayores índices de riqueza. Hallazgos adicionales de este estudio indicaron que el recordar vivencias en las que se hubiese gastado dinero en otros se asociaba igualmente con altos niveles de felicidad en personas pertenecientes a países con condiciones socio-demográficas muy diferentes —e.g., Canadá y Uganda—.

En general, las investigaciones sobre conducta prosocial y felicidad, han llamado la atención de numerosos investigadores en la última década. Estudios alrededor de la conducta prosocial, al igual que sobre la generosidad, han mostrado que estos factores se encuentran asociados de manera importante al nivel de felicidad de las personas. Con respecto a la pregunta sobre la relación entre el dinero y la felicidad, se obtiene una respuesta afirmativa en la medida en que se consideren dos aspectos fundamentales: el cubrimiento de un nivel básico de necesidades de los individuos, junto con la manera y objetivo en que se centre la inversión particular del dinero.

Comentarios Finales

En la última década, el tema de la felicidad ha tomado gran relevancia en diversos contextos académicos alrededor del mundo. Investigadores de diferentes disciplinas están abordando problemas tanto de orden teórico como empírico, que permiten una mayor comprensión de este constructo y de los factores asociados tanto al nivel de felicidad, como a la búsqueda de la misma. Este interés se refleja en el número cada vez más creciente de publicaciones en los últimos años sobre aspectos relacionados

con las capacidades positivas de los seres humanos y la diversidad de fortalezas que le permiten un funcionamiento óptimo, o una reorganización y ajuste frente a situaciones del contexto.

La mayoría de la literatura en el área de la felicidad se ha desarrollado en el contexto anglosajón. Si bien en los últimos años se han publicado una serie de trabajos sobre temas relacionados con la psicología positiva, los estudios específicos sobre felicidad en Latinoamérica son limitados. En una breve revisión sobre las publicaciones que se encuentran en este tema en algunas de las principales revistas de psicología latinoamericana, en los últimos cinco años, se encontró que la mayoría de estos artículos trata a la felicidad como un constructo unidimensional y, en varios de estos, el constructo se trata de manera intercambiable con bienestar subjetivo.

Autores importantes en el estudio de la felicidad como Lyubomirsky, Sheldon y Schkade (2005) y Ahuvia et al. (2015) resaltan la importancia del estudio de la felicidad basado en un abordaje multidimensional que incluya factores internos y externos, al igual que factores individuales, grupales y contextuales. La tesis central del presente artículo coincide con esta aproximación; partiendo de los tres ejes centrales identificados en la psicología positiva, este artículo se centró en una visión multidimensional de la felicidad, resaltando una de las dimensiones poco estudiada dentro de esta investigación: la dimensión colectiva.

Como se enfatizó en la sección inicial del documento, Seligman (2002) sugirió tres áreas centrales de la investigación en psicología positiva: las experiencias subjetivas, las características individuales y las características de los grupos, instituciones o comunidades. Sin embargo, los estudios en estas áreas se han desarrollado de manera desigual. En la literatura se encuentra un número mayor de trabajos relacionados con las características positivas de los individuos y, a pesar de que autores como Gable y Haidt (2005), han señalado la necesidad de profundizar en las otras dos áreas, los trabajos relacionados con la dimensión grupal

y las características positivas asociadas a las instituciones y comunidades avanzan de manera lenta.

Diversos autores han sugerido que en los últimos años se han consolidado los esfuerzos de los investigadores por dar respuesta a interrogantes asociados a algunas de las tres áreas centrales de la psicología positiva. Estos esfuerzos se han concretado en lo que algunos llaman “la segunda ola en la psicología positiva” (Lomas & Ivztan, 2015). Los investigadores en esta ola pretenden repensar el concepto de positivo y estudiar, entre otras cosas, cómo eventos catalogados como negativos pueden, en ocasiones, contribuir al bienestar de un individuo. Esta tendencia surge, en parte, como una respuesta a la crítica particular hecha a la psicología positiva, que señala la problemática de separar de manera contundente los aspectos positivos del funcionamiento humano de los negativos (Held, 2004). Dentro de esta segunda ola, existen conceptos como la resiliencia y el crecimiento post-traumático. Este último hace referencia al fenómeno en el cual las personas, aun experimentando eventos negativos como la muerte de un ser querido o una enfermedad terminal, reportan consecuencias positivas (Tedeschi & Calhoun, 2004).

La investigación sobre resiliencia ha aportado unos hallazgos interesantes alrededor de las diferentes competencias que permiten el funcionamiento y ajuste de las personas a los eventos negativos de su vida. Sin embargo, este constructo con frecuencia se centra en el aspecto individual y la literatura sobre la resiliencia en grupos o instituciones se ha desarrollado con menor amplitud. Estudios sobre resiliencia que involucren la dimensión colectiva del ser humano se encuentran en los trabajos de Froma Walsh (2006), quien ha impulsado en la última década la investigación sobre resiliencia familiar. De acuerdo con esta autora, las relaciones de los individuos en sus grupos familiares son cruciales en el momento de enfrentarse a situaciones negativas o adversas (Walsh, 2006).

Walsh (2016) también sugiere que las familias cuentan con una serie de competencias y recursos que se desarrollan en el contexto de

las relaciones entre sus miembros y definen el nivel y tipo de organización del grupo familiar. Dentro de estas competencias están el sistema de creencias, los patrones de organización y los procesos de comunicación entre sus integrantes. Las trayectorias que experimentan las familias en su proceso de desarrollo se caracterizan por el juego entre estos tres componentes de su sistema de funcionamiento. Al enfrentarse a una situación difícil de desequilibrio, las familias hacen uso de estos tres elementos clave para propiciar procesos de reorganización y de resolución de problemas que favorecen su capacidad de superar los problemas.

Con este artículo se busca resaltar la necesidad de ampliar los estudios sobre los recursos y competencias positivas en el ámbito grupal e institucional en Latinoamérica. La literatura de la psicología del desarrollo enfatiza la importancia de las relaciones afectivas cercanas en el desarrollo general de los individuos. Los estudios sobre resiliencia familiar resaltan de manera similar la necesidad de estudiar competencias y recursos no solamente individuales sino grupales, que se requieren para afrontar las diversas situaciones que experimentan las personas en su vida cotidiana.

De los hallazgos centrales de los estudios presentados en este documento sobre la dimensión colectiva se encuentra la conducta prosocial. Estos estudios han encontrado que invertir en los demás se asocia de manera significativa con la felicidad de los individuos. Esta idea compite de manera importante con la creencia popular de que la consecución de dinero y la inversión individual del mismo son la clave para conseguir la felicidad. De igual manera, se relaciona con el cambio del paradigma utilitarista en la economía como se propone a partir de la teoría de Bentham. Hallazgos de estudios como los que presentan Dunn et al. (2011) resaltan la dimensión colectiva de la inversión y el papel de la generosidad en la felicidad de las personas.

Otros interrogantes que surgen de esta línea de investigación pueden ser: ¿hay situaciones en las cuales invertir en los demás puede traer

consecuencias negativas para el individuo?; ¿existen variables mediadoras entre el comportamiento de invertir en los demás y los niveles de felicidad de las personas?; ¿qué papel juegan variables como el grado de cercanía con la persona beneficiada en la conducta prosocial y en el nivel de felicidad? Este y muchos otros interrogantes merecen un riguroso estudio tanto en el contexto anglosajón como en el contexto de Latinoamérica.

Existe todavía un largo recorrido en el camino de la investigación sobre felicidad. Hallazgos de los estudios realizados sobre el tema en los últimos años contribuyen sin duda a ampliar la comprensión de este constructo. Ampliar los estudios sobre la dimensión colectiva contribuirá a un mayor entendimiento de aquellas variables asociadas a la felicidad que surgen en el contexto de la relación con otros. Estos estudios darán respuestas importantes a varias de las preguntas de investigación que permanecen en la mesa de discusión sobre los asuntos de felicidad; adicionalmente, hallazgos de estudios en esta línea servirán como insumos importantes para el diseño de programas de intervención con individuos y con grupos. Respuestas a inquietudes en el ámbito grupal probablemente conduzcan a la formulación de preguntas relevantes en el tercer eje de estudio dentro de la psicología positiva que es la dimensión institucional y de la comunidad.

Referencias

- Ahuvia, A., Thin, N., Hybron, D., Biswas-Diener, R., Ricard M., & Timsit, J. (2015). Happiness: An interactionist perspective. *International Journal of Wellbeing*, 5, 1-18. doi: 10.5502/ijw.v5i1.1
- Ainsworth, M. (1991). Attachment and other affectional bonds across the life cycle. En C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 33-51). New York: Routledge.
- Aknin, L. B., Barrington-Leigh, C. P., Dunn, E. W., Helliwell, J. F., Burns, J., Biswas-Diener, R., & Norton, M. I. (2013). Prosocial spending and well-being: Cross-cultural evidence for a psychological universal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(4), 635-652. doi: 10.1037/a0031578
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40(1), 99-106.
- Alarcón, R. & Caycho, T. (2015). Relaciones entre gratitud y felicidad en estudiantes universitarios de Lima metropolitana. *Psychologia: Avances de la disciplina*, 9(1), 59-69.
- Allen J. & Land, D. (2008). Attachment in adolescence. En J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (2ª Ed.; pp. 419-435). New York: The Guilford Press.
- Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. New York: Routledge.
- Árraga, M. V. & Sánchez, M. (2012). Validez y confiabilidad de la Escala de Felicidad de Lima en adultos mayores venezolanos. *Universitas Psychologica*, 11(2), 381-393.
- Barragán, A. R. (2013). Aproximaciones científicas al estudio de la felicidad: ¿qué podemos aprender de la felicidad? *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 15(2), 7-24.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss. Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Brülde, B. (2007). Happiness theories of the good life. *Journal of Happiness Studies*, 8, 15-49. doi: 10.1007/s10902-006-9003-8
- Carrillo, S. (2008). Relaciones afectivas tempranas: presupuestos teóricos y preguntas fundamentales. En J. Larreamendy, R. Puche, & A. Restrepo (Comps.), *Claves para pensar el cambio: ensayos sobre desarrollo* (pp. 95-124). Bogotá: Ediciones Uniandes.
- Cohen, D. (2014). *Homo Economicus: The (lost) prophet of modern times*. Cambridge: Polity Press.
- Cuadra, H. & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96.
- Damáso, F., Zanon, C., & Koller, S. (2014). Validation and psychometric properties of the Brazilian version of the Subjective Happiness Scale. *Universitas Psychologica*, 13(1), 17-24. doi: 10.11144/Javeriana.UPSY13-1.vppb
- DeKlyen, M. & Greenberg, M. T. (2008). Attachment and psychopathology in childhood. En J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2ª Ed.; pp. 637-665). New York: Guilford Press.

- Dunn, E. W., Aknin, L. B., & Norton, M. I. (2008). Spending money on others promotes happiness. *Science*, 319, 1687-1688. doi: 10.1126/science.1150952
- Dunn, E. W., Gilbert, D. T., & Wilson, T. D. (2011). If money doesn't make you happy, then you probably aren't spending it right. *Journal of Consumer Psychology*, 21(2), 115-125. doi: 10.1016/j.jcps.2011.02.002
- Feeney, J. A. (2008). Adult romantic attachments: Developments in the study of couple relationships. En J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 456-481). New York: Guilford Press.
- Fowler, J. H. & Christakis, N. (2008). Dynamic spread of happiness in a large social network: Longitudinal analysis over 20 years in the Framingham Heart Study. *British Medical Journal Research*, 337(a2338), 1-9. doi: 10.1136/bmj.a2338
- Gable, S. & Haidt, J. (2005). What (and why) is Positive Psychology. *Review of General Psychology*, 9(2), 103-110. doi: 10.1037/1089-2680.9.2.103
- Geenen, N. Y. R., Hohelüchter, M., Langholf, V., & Walther, E. (2014). The beneficial effects of prosocial spending on happiness: Work hard, make money, and spend it on others? *The Journal of Positive Psychology*, 9(3), 204-208. doi: 10.1080/17439760.2014.891154
- Gerstenbluth, M., Rossi, M., & Triunfo, P. (2008). Felicidad y Salud: una aproximación al bienestar en el Río De La Plata. *Estudios de Economía*, 35(1), 65-78. doi: 10.4067/S0718-52862008000100004
- Gómez, V., De Posada M. C., Barrera, F., & Cruz J. E. (2007). Factores predictores del bienestar subjetivo en una muestra Colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 311-325.
- Greco, C. (2013). Apego y percepción de felicidad en la mediana infancia: una aproximación a su estudio. *Revista de Psicología*, 9(17), 105-116.
- Grinhaus, A. S. & Castro, A. (2015). Un estudio exploratorio acerca de las fortalezas de carácter en niños argentinos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1), 45-56. doi: 10.12804/apl33.01.2015.04
- Held, B. S. (2004). The negative side of positive psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 44(1), 9-46. doi: 10.1177/0022167803259645
- Hybron, D. (2013). *Happiness: A very short introduction*. Oxford: Oxford University Press.
- Javaloy, F., Páez, D., & Rodríguez, A. (2009). Felicidad y relaciones interpersonales. En E. G. Fernández-Abascal (Ed.), *Emociones Positivas* (pp. 277-305). Madrid: Pirámide.
- Kahneman, D. & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493. doi: 10.1073/pnas.1011492107
- Kerr, S. L., O'Donovan, A., & Pepping, C. A. (2014). Can gratitude and kindness interventions enhance well-being in a clinical sample? *Journal of Happiness Studies*, 16(1), 17-36. doi: 10.1007/s10902-013-9492-1
- Kohler, J. (2004). Felicidad y modificabilidad cognitiva. *Liberabit*, 10, 68-81.
- Layard, R. (2005). *Felicidad: lecciones de una nueva ciencia*. New York: Penguin.
- Lomas, T. & Ivtzan, I. (2015). Second wave positive psychology: Exploring the positive-negative dialectics of wellbeing. *Journal of Happiness Studies*. Advance online publication. doi: 10.1007/s10902-015-9668-y
- Lopez-Rousseau, A. (2010). Money buys happiness in constant payments. *Revista de Psicología UCA*, 6(12), 57-63.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? *The American Psychologist*, 56(3), 239-249. doi: 10.1037/0003-066X.56.3.239
- Lyubomirsky, S. (2008). *The How of Happiness: A New Approach to Getting the Life You Want*. New York: Penguin Group.
- Lyubomirsky, S. & Abbe, A. (2003). Positive psychology's legs. *Psychological Inquiry*, 14(2), 132-136.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-13. doi: 10.1037/1089-2680.9.2.111
- Marks, N. (2010). *The Happy Planet Index*. Recuperado de: https://www.ted.com/talks/nic_marks_the_happy_planet_index?language=es
- Markus, H. R. & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224-253. doi: 10.1037/0033-295X.98.2.224

- Marrero, R. J., Carbal-Leira, M., & González, J. A. (2014). Relación entre bienestar subjetivo, optimismo y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de la Universidad de San Luis Potosí en México. *Universitas Psychologica*, 13(3), 1083-1098. doi: 10.11144/Javeriana.UPSY13-3.rbs0
- McAuley, C. & Rose, W. (2010). *Child well-being: Understanding children's lives*. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- McMahon, D. M. (2006). *Happiness: A History*. New York: Atlantic Monthly Press.
- Mendoza, M. & Gómez, B. (2011). Felicidad: análisis de drivers entre Chile y Canadá. *Estudios de Administración*, 18(1), 1-21.
- Mill, J. S. (2010). *Escritos sobre Bentham: prólogo, traducción y notas de Dalmacio Negro*. México: Editorial Lulu.
- Nicholson, W. (2011). *Teoría microeconómica: principios básicos y limitaciones*. (9ª edición). México: CENGAGE learning.
- Oswald, J. (1997). Happiness and economic performance. *The Economic Journal*, 107(445), 1815-1831. doi: 10.1111/j.1468-0297.1997.tb00085.x
- Otake, K., Shimai, S., Tanaka-Matsumi, J., Otsui, K., & Fredrickson, B. L. (2006). Happy people become happier through kindness: A counting kindnesses intervention. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 361-375. doi: 10.1007/s10902-005-3650-z
- Palomera, R. (2009). Educando para la felicidad. En E.G. Fernández-Abascal (Ed.), *Emociones positivas* (pp.247-273). Madrid: Pirámide.
- Parke, R. & Clarke-Stewart, A. (2011). *Social development*. New York: Wiley.
- Peterson, C. & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Punset, E. (2005). *El viaje de la felicidad*. Madrid: Destino.
- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (2005). Parental acceptance-rejection theory: Methods, evidence, and implications. En R. P. Rohner & A. Khaleque (Eds.), *Handbook for the study of parental acceptance and rejection* (4ª Ed.; pp. 1-37). Storrs: Rohner Research Publications.
- Russell, B. (1984). *La conquista de la felicidad*. Barcelona: Debolsillo.
- Seligman, M. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. (2011). *Flourish. A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
- Seligman, M. & Czikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi: 10.1037//0003-066X.55.1.5
- Sroufe, A., Egeland, B., Carlson, E., & Collins, A. (2005). *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation from birth to adulthood*. Nueva York: The Guilford Press.
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (2004). Target article: "Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence". *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18. doi: 10.1207/s15327965pli1501_01
- Thompson, R. (2008). Early attachment and later development. En J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory research and clinical applications*. (2ª Ed.; pp. 348-365). Nueva York: The Guilford Press.
- Thompson, R. (2011). Attachment and development: Precip and prospect. En P. Zelazo (Ed.), *Oxford handbook of developmental psychology*, (pp. 199-216). Nueva York: Oxford University Press.
- Torres, M., Moyano-Díaz, E., & Páez, D. (2014). Comportamiento juvenil universitario en busca de la felicidad: su caracterización y su eficacia. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1419-1428. doi: 10.11144/Javeriana.UPSY13-4.cjub
- Veenhoven, R. (2015). Happiness as a priority in public policy. En S. Joseph (Ed.), *Positive Psychology in Practice: Promoting human flourishing in work, health, education, and everyday life* (pp. 731- 750). Hoboken: John Wiley and Sons, Inc.
- Walsh, F. (2006). *Strengthening Family Resilience* (2ª Ed.). New York: The Guilford Press.
- Walsh, F. (2016). *Strengthening Family Resilience* (3ª Ed.). New York: The Guilford Press.
- Zaccagnini, J. L. & Martin, A. (2009). La amistad: una perspectiva desde la psicología positiva. En E. G. Fernández-Abascal (Ed.), *Emociones positivas* (pp. 307-332). Madrid: Pirámide.

Apéndice

Artículos publicados sobre felicidad en los últimos años: características principales

Artículo	País de estudio	Tipo Estudio		Validación	Variables		Diferencia BS* y F*	
		E*	T*		Incluidas	Objetivo	Sí	No
Alarcón (2006).	Perú	x		Validación escala	n/a	Felicidad		x
Alarcón & Caycho (2015).	Perú	x		Transversal	Gratitud Demográficos	Felicidad		x
Árraga & Sánchez (2012).	Venezuela	x		Validación Escala	n/a	Felicidad		x
Barragán (2013).	México		x	Análisis reflexivo y contextual	Bienestar, Felicidad, Psic. Positiva ¹ .		x	
Cuadro & Florenzano (2003).	México		x	Revisión teórica	Conceptos Generales de Psic. Positiva ¹ .		x	
Damásio, Zanon, & Koller (2014).	Brasil	x		Validación de Escala	n/a	Felicidad		x
Gerstenbluth et al. (2008).	Argentina	x		Transversal	Autoeficacia y satisfacción	Felicidad		x
Gómez, De Posada, Barrera, & Cruz (2007).	Colombia	x		Transversal	Autoeficacia Personalidad	Bienestar Subjetivo		x
Greco (2013).	Argentina	x		Estudio no experimental, transversal, tipo <i>ex post facto</i> .	Apego	Felicidad		x
Kohler (2004).	Perú		x	Análisis teórico	Inteligencia (ci)	Felicidad		x
Lopez-Rousseau (2010).	Chile	x		Transversal	Dinero	Felicidad	x	
Marrero, Carbal-Leira, & González (2014).	México	x		Transversal	Optimismo	Bienestar Subjetivo		x
Mendoza & Gómez (2011).	Chile Canadá	x		Transversal	Ingreso, Seguridad, Redes Sociales, Educación, Estabilidad Laboral	Bienestar Subjetivo y Felicidad		x
Torres et al. (2011).	Colombia	x		Transversal	Personalidad y Felicidad	Eficacia Felicidad		x

Nota: ^(*) E (Empírico), T (Teórico), BS (Bienestar Subjetivo), F (Felicidad). ⁽¹⁾ Se hizo una revisión teórica de todas las variables por igual.