

**UNA REFLEXIÓN SOBRE LAS CONCEPCIONES DE FELICIDAD
EN LAS POLÍTICAS INSTITUCIONALES**

A reflection on the conceptions of happiness in
institutional policies

Miguel Angel Raymundo SandovalUniversidad Cesar Vallejo, Perú.
mraymundos@ucvvirtual.edu.pe <https://orcid.org/0000-0002-7133-4353>**Maria Luisa Bazán Guzmán**Universidad Cesar Vallejo, Perú.
mlbazang@ucvvirtual.edu.pe <https://orcid.org/0000-0003-0901-7725>**Hildegardo Oclides Tamariz Nunjar**Universidad Cesar Vallejo, Perú.
htamariz@ucvvirtual.edu.pe <https://orcid.org/0000-0002-4512-6120>**Fernando Iván Eléspuru Landa**Universidad Cesar Vallejo, Perú.
felespurul@unp.edu.pe <https://orcid.org/0000-0001-9449-4889>

Este trabajo está depositado en Zenodo:

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13363084>**RESUMEN**

Un importante movimiento inspirado en la visión hedonista de la felicidad ha llevado a convertir el concepto en una material medible para las construcción de políticas nacionales e institucionales de felicidad, buscando aumentarla a partir de variables materiales y psicológicas. Este artículo revisa las bases de esta aproximación contrastándola con la visión eudaimónica de felicidad, la cual se centra más en la realización espiritual. Metodológicamente, se observan y comparan experiencias institucionales en la literatura, incluyendo el Índice Nacional de felicidad. También se aplica y se analiza una encuesta con escala de Lickert, con el fin de identificar hasta qué medida la narrativa hedonista puede permitir o no el desarrollo de la visión eudaimónica. Se concluye que, por su naturaleza, no es posible hasta el momento crear un modelo ponderable que concilie la visión eudaimónica de felicidad en la política institucional. El debate abierto implica una revisión epistemológica de la pertinencia científica y filosófica del positivismo, la psicología positiva y la tensión irresuelta entre razón y emoción.

Palabras claves: Felicidad, felicidad eudaimónica, hedonismo, política institucional, epistemología.

ABSTRACT

An important movement inspired by the hedonistic vision of happiness has led to converting the concept into a measurable material for the construction of national and institutional happiness policies, seeking to increase happiness based on material and psychological variables. This article reviews the bases of this approach, contrasting it with the eudaimonic view of happiness, which focuses more on spiritual fulfillment. Methodologically, institutional experiences in the literature are observed and compared, including the World Happiness Index. We also applied and analyzed a survey with a Lickert scale, in order to identify to what extent the hedonistic narrative may or may not allow the development of the eudaimonic vision. It is concluded that, due to its nature, it is not possible so far to create a ponderable model that reconciles the eudaimonic vision of happiness in institutional policy. This debate implies an epistemological review of the scientific and philosophical relevance of positivism, positive psychology and the unresolved tension between reason and emotion.

Keywords: Happiness, eudaimonic happiness, hedonism, institutional politics, epistemology.

RECIBIDO: 20/01/2024

ACEPTADO: 24/03/2024

INTRODUCCIÓN

Parece entenderse ampliamente que la felicidad es un valor subjetivo y que, por ello, es difícil ser medido objetivamente, lo que corresponde a importantes debates epistemológicos sobre cuál es la real centralidad de la razón y/o de las emociones, y cuáles son sus fronteras, en la literatura científica y filosófica (Kolakowsky, 1969; Castro Aniyar, 2014; Damasio, 2005; Heidegger, 1962). Sin embargo, la felicidad es visible y ponderable, por varios sistemas (psicológicos, psico-sociales, psico-educativos, etnográficos, sociológicos, etc.) en el campo de los nexos sociales. Por ello, la prueba científica moderna muestra que la felicidad no solo es un acto de espontaneidad individual, o del momento grupal: una sociedad que se siente por sí misma feliz, no solo es la suma de las felicidades individuales sino del hecho de que los nexos sociales reproducen formas de felicidad que se contagian y producen patrones de comportamientos, lo que deja pistas para su medición.

Además, la literatura científica reciente sobre felicidad (Campo Moraga, 2020; Ramírez-Gañán et al., 2020; Jaramillo Antillón, 2019; Margot, 2007), parece coincidir es que es una variable a) transversal (no es propia del grupo o de los nexos), b) es el resultado de una educación emocional que enriquece las relaciones, c) fundamentalmente, surge actitudinalmente del individuo y no de la actitud de la institución.

Es decir, se entiende que, solo mientras estos valores transversales a la sociedad existan culturalmente, es posible "hacer descender" la felicidad de la generalidad hasta un individuo, un grupo o institución.

Por lo cual la felicidad pasa de ser un hecho que existe a nivel individual pero que se expresa dentro de un hecho social y no a la inversa. No hay, en otras palabras, no surge de una insti-

tución o grupo, sino que su existencia solo es individual, aunque se alimente de fuentes materiales, psicológicas y culturales colectivas. Por ello, ¿Es posible medir la felicidad a nivel de las instituciones? ¿Es posible aumentar la felicidad, por ejemplo, en una institución educativa?

En el parecer de este trabajo no es posible: a) que la felicidad sea efectivamente ponderable en campos pequeños, como las instituciones (esto es, que sea diferente a la idea de satisfacción), b) que las variables de ponderación de la felicidad puedan aumentarse para así generar mecánicamente más felicidad institucional.

Este texto inicia identificando que el debate depende de la definición de felicidad. El modelo ponderable más común utilizado institucionalmente es el de contabilizar experiencias placenteras menos las displacenteras. Esta idea hace descender la noción de felicidad a experiencias subjetivas, pero medible solo mediante la declaración consciente de placer o displacer. Sin embargo, si el carácter epistemológico que se le atribuye a la emoción de felicidad es diferente, los problemas de medición aumentan. Por ello resulta necesario revisar las conceptualizaciones epistemológicas antes de construir una noción científica de felicidad.

Noción Científico-Filosófica de Felicidad

La variable felicidad, hoy se encuentra fundamentalmente desarrollada en el campo de la psicología positiva, sin embargo su origen procede de las nociones filosóficas desarrolladas en Occidente desde su formulación judeocristiana y grecorromana.

En el judaísmo se asocia con riqueza de recursos y razones de agradecimiento, como se expresa en el Libro de Job y en la idea de riqueza en Maimónides, de tal modo que solo es feliz aquel que conoce a Dios (Weinberg, 2024). Esta noción es heredada por el cristianismo a través de las nociones

de elevación del alma y redención, variables que solo pueden obtenerse mediante la elevación espiritual a través del amor, la compasión y el desapego. En esta óptica, se funda una idea de felicidad que es consustancial con la realización del alma, espíritu o persona, una noción que solo puede experimentarse interiormente a partir del cultivo de la virtud.

Desde las bases filosóficas greco-romanas, encontramos dos modelos fundamentales para este análisis: los modelos hedonista y eudaimónico de la felicidad. El modelo hedonista tiene su origen en un movimiento filosófico que sugería que una “buena vida” se caracterizaría por la práctica de maximizar el placer y minimizar el malestar, una idea que prosperó en la modernidad a través de la obra de Jeremy Bentham. Se concluye que la felicidad como es la aritmética de los placeres menos los displaceres:

“Hace dos siglos, Jeremy Bentham (1789) propuso un nuevo principio moral. Escribió que la bondad de una acción no debe ser juzgada por la decencia de sus intenciones, sino por la utilidad de sus consecuencias. Bentham concibió la utilidad final como la felicidad humana. Por lo tanto, concluyó que debemos apuntar a la máxima felicidad para la mayoría. Bentham define la felicidad en términos de experiencia psicológica como la suma de placeres y dolores. Esta filosofía se conoce como utilitarismo, debido a su énfasis en la utilidad de las consecuencias del comportamiento. Felicismo habría sido un mejor nombre, ya que esta utilidad es vista como contribución a la felicidad” (Veenhoven, 2016, p.1).

El modelo eudaimónico de la felicidad, sin embargo, a la manera de la tradición judeo-cristiana, parte del supuesto de que la felicidad está relacionada con un sentido de la vida y con los sentimientos evocados en el momento en que uno avanza hacia la autorrealización y los propósitos vitales superiores (Flores Kanter, Muñoz-Navarro, Medrano Leonardo, 2018). Este método sirve de base para la idea de bienestar psicológico que, desde una perspectiva de desarrollo, implica superar identificar la

propia condición espiritual y el establecimiento de las metas espirituales, aunque también tenga en cuenta aspectos psicológicos.

El bienestar para el modelo eudaimónico, entonces, no es psicológico-material, sino espiritual-psicológico (Riff y Singer, 2007), desde lo cual se alcanza el propósito en la vida, el dominio de la relación entre el humano y el medio ambiente, las relaciones positivas con el universo, la autoaceptación, el crecimiento personal y la autonomía (Flores Kanter, Muñoz-Navarro, Medrano Leonardo, 2018).

Sin embargo, cuando la felicidad se entiende desde un modelo hedónico, resulta en una variable ponderable en la política, como proponía Bentham y por ello, tuvo su consecuencia en la idea de felicidad del mismo Thomas Jefferson. Era una variable politizable, porque, al definirla por los logros placenteros, se podría aspirar a una felicidad en la nación, el grupo o la institución.

Pero, en cambio, cuando se entiende desde una visión eudaimónica, esto es, procedente del anhelo por superar los desafíos de la trayectoria vital mediante los rasgos del potencial humano, sucede que tropieza con las nociones de alma o espíritu, convirtiéndose en una noción imponderable o de difícil ponderación.

Esta diferencia hace patente que las experiencias que se retratarán en el próximo epígrafe, casi en su mayoría, corresponden al modelo ponderable-hedonista: (experiencias placenteras)-(experiencias displacenteras), puesto que su ponderabilidad les ha permitido su presencia en la política y en la política institucional.

Este artículo propone que reducir el concepto a su lado ponderable simple, es un grave error epistemológico, característicamente positivista, que supone que la existencia de algo depende empíricamente de la realidad medible y no de la perceptible (puesto que se percibe tanto por la razón

como por la emoción, o el cuerpo). Así, la felicidad, entendida como autorrealización espiritual es perceptible, pero difícil de medir. Cambiar la noción de felicidad solo por su empiricidad es un error particularmente importante para una noción como ésta. El problema de transferir a la razón conceptos que no pueden ser racionalizados, es una de las fallas del sistema científico fundado en el siglo XX y que echó aguas en la crisis postmoderna, a favor de nuevos y mejores parámetros para incluir las emociones en las nociones de realidad (Castro Aniyar, 2014).

Característicamente, al reducir la trascendencia del concepto a su versión medible se produce la ilusión de que se está manejando una realidad del reloj estructural, cuando en realidad se está manejando uno del reloj situacional o, en el mejor de los casos, coyuntural. En otras palabras, no se puede producir fácilmente un cambio en la estructura de las relaciones sociales, esto es, cuando ellas están consolidadas antropológica e históricamente, con, por ejemplo, políticas, planes y decretos a nivel del narrativismo, los discursos, las instituciones, puesto que éstos forman parte de una dimensión (un reloj) mucho más dinámico, pero con mucho más dificultad de crear cambios sustanciales en la sociedad o la relación entre el humano y la naturaleza. La poderosa idea de felicidad, al ser aprendida por la cultura occidental se conecta con nociones estructurales de los antropológico, como las cosmovisiones, un campo de difícil alcance por las políticas y los discursos (Castro Aniyar, 2023).

La teoría de la jerarquía de las necesidades, formulada por el psicólogo estadounidense Abraham Maslow, por ejemplo, es una de las nociones más conocidas de este enfoque positivista-hedonista-ponderable. Esta idea sostiene que las necesidades humanas están ordenadas en una jerarquía, en la que la comida y el cobijo son las necesidades fundamentales. Cuando se satisfacen estas necesi-

dades, las personas son capaces de satisfacer deseos superiores, que a la larga conducen a la satisfacción, como la autorrealización y la autoestima. La felicidad sería el resultado de niveles de cumplimentación material que se hacen cada vez más sofisticadas en el plano psicológico, como son los conceptos de autorrealización y autoestima.

La hipótesis del flujo, formulada por el psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi (2008), es otra teoría de tipo hedonista. Esta idea sostiene que cuando las personas están completamente absortas en una actividad que les supone un reto y, al mismo tiempo, les proporciona una sensación de plenitud y éxito, se están preparando para su felicidad. Dicho de otro modo, concentrarse conduce a fluir, y esto conduce a la felicidad.

Pero, al igual que en el judeocristianismo, las teorías helénicas no reducían la felicidad al placer, o a la elevación de una sensación placentera (como el fluir), sino que es necesario, por ejemplo *disfrutar de menos*, una idea que defendía Sócrates (470 a. C. - 399 a.C.). Por lo tanto, la felicidad no se encuentra en obtener más, o de cumplir satisfacciones a diferentes jerarquías, como en Maslow, sino de la meditación estoica. Platón (427 a.C. - 347 a. C.) consideraba la realización y la felicidad eran un acto sublime y abstracto, esto es, ideal, y por ello, la mejor forma de ser feliz es cuando su búsqueda dependa de las propias virtudes. Las virtudes perfeccionan el alma y conducen a su elevación y a la felicidad. Esta idea también es afirmada por Aristóteles (384 a.C. - 322 a.C.). Pero ya José Ortega y Gasset (1883 - 1955), la consideraba nuevamente desde el ángulo hedonista: como satisfacción de desarrollar la vocación propia.

Así tenemos autores, como Margot (2007), de Colombia, quien arguye que para ser feliz es necesario lograr una conquista propia y luego sobre los demás. Ayala (2010) la conceptua-

liza como el gozo, la paz, la satisfacción, la complacencia, el placer, etc., direccionada a las acciones humanas. Asimismo, Csikszentmihalyi (2010) la precisa como las vivencias positivas, conocer el lenguaje optimista en un ambiente emocional y cómo lo interpretamos en nuestra vida. En tal sentido, sería necesaria planificar su permanencia. Rojas (2016), en el tenor de la psicología positiva, refiere que es resultado de cómo afrontamos nuestras vivencias, alcanzar aspiraciones personales y la actitud frente a las situaciones negativas.

Según Seligman (2006), iniciador mismo de la psicología positiva, la define también a partir del placer. Agrega que no siempre está correlacionada con nuestro estatus social, nuestras opiniones religiosas o nuestro atractivo físico. Y le atribuye la importancia de la resiliencia: felicidad es una combinación única de lo que él denomina “fortalezas distintivas”, como la humanidad, la templanza, la resistencia y la capacidad de llevar una vida con sentido.

Según la descripción de este autor (Alarcón, 2006), la felicidad es una sensación de plenitud que sólo una persona puede tener en su vida interior; puede ser duradera pero también predecible. Sería un estado afectivo, subjetivamente sentido, de plena realización, por la persona que posee el objeto buscado. Los bienes o productos que proporcionan felicidad pueden ser de distintos tipos, indicando con ello que el logro material y psicológico es la fuente de la felicidad.

Alarcón (2016) propone que la felicidad se caracteriza por ser el estado emocional subjetivo de completo contento de una persona, tal y como ésta lo percibe subjetivamente, y a veces se utiliza indistintamente con el bienestar subjetivo. Cuatro cosas conformarían el constructo de felicidad: En primer lugar, tener una visión positiva de la vida significa sentirse bien con uno mismo y con la vida en general.

Es una forma de vida para evitar experimentar estados graves de depresión. Es decir, una evaluación favorable. En segundo lugar, los estados subjetivos positivos de satisfacción que no se pueden medir están asociados a la satisfacción vital. En tercer lugar, la autorrealización, que se refiere a la perspectiva de una persona sobre sí misma, y la satisfacción con la vida son estados subjetivos positivos de satisfacción que dependen no sólo de las circunstancias presentes, sino también de las expectativas de futuro. En este caso, nuevamente, la idea de autorrealización tiene que ver con satisfactores optimistas que construyen un proyecto de vida desde la experiencia cotidiana, y no tanto con el aspecto espiritual.

Según López (2019), especialista en el estudio científico de la felicidad, la serotonina -un neurotransmisor que se encuentra principalmente en el sistema nervioso central y es esencial para la salud tanto física como mental- es un buen punto de partida a la hora de examinar este tema. El aumento de los niveles de este neurotransmisor se traduce en sensaciones de calma, concentración y bienestar.

Por otro lado, fenómenos como el trastorno obsesivo compulsivo, el insomnio y los pensamientos suicidas están relacionados con niveles bajos de éste y otros neurotransmisores. De este modo, la felicidad adquiere un relieve psico-químico: es el contrario de la depresión. Lo que implica confundir la felicidad con estar feliz.

López (2019) afirma, en el tenor de su descripción psico-química, que, durante mucho tiempo, creímos que el sistema límbico se encargaba exclusivamente de emociones básicas como la felicidad, la rabia y la melancolía. Estudios realizados en la última parte del siglo XX revelaron que sí existen factores psico-químicos en relación con la felicidad. Entre ellos se encuentra el córtex prefrontal, que está más desarrollado en los

humanos que en otros mamíferos, lo que nos permite realizar más análisis para una mejor comprensión y reacción ante la realidad. Esta idea supone que la conciencia racional permite la existencia de la felicidad, en cuanto nos prepara mejor para resolver problemas cotidianos. Nuevamente, el modelo hedonista parece confundir felicidad con satisfacción.

Así que existe una explicación sobre la felicidad puesto que el córtex prefrontal contiene las regiones que nos hacen más felices. Pero tal explicación también descubre una conectividad importante para la visión eudaimónica: Además de ocuparse de las emociones y los sentimientos, esta región es importante porque contiene neuronas espejo, esenciales para el proceso empático. La dopamina se libera en la región tegmental ventral, donde los componentes del sistema límbico la reciben y registran. Esto provoca conectividad con personas y entornos (incluyendo el universo y otros conceptos potencialmente trascendentes), y la inhibición de las neuronas de la corteza prefrontal (lo que reduce la centralidad de la razón en la concepción de la felicidad). De hecho, somos incapaces de razonar completamente durante este periodo de unos 25 minutos de crecimiento feliz (Risold, Thompson y Swanson, 1997).

Según el ángulo neurológico, la felicidad también está asociada a la liberación de dopamina, serotonina, endorfinas y oxitocina en el cerebro cuando recibimos un estímulo externo placentero. Estos son los neurotransmisores que aparecen en el sistema límbico. La amígdala también se activa en este proceso, que está relacionado con actividades, en particular las que implican al hipocampo e interfieren en las funciones de la memoria (Sierra, 2019). Podríamos decir que la felicidad se encuentra en el sistema límbico y cortex prefrontal, donde el cerebro registra estas alegrías y placeres y nos incita a repetir la experiencia. Para comprenderlo, debemos decir

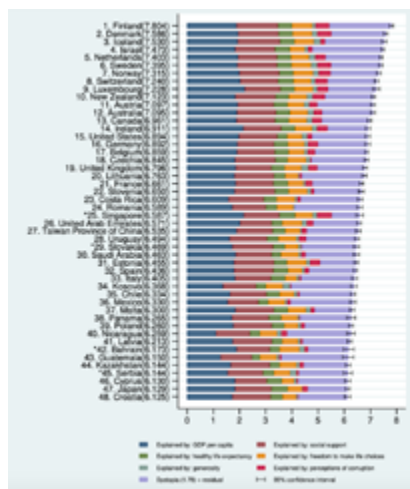
que, de los cinco receptores, dos -D 1 y D 5- son neuronas excitadoras que están ampliamente distribuidas por todo el sistema límbico. Neuronas inhibitorias, como el receptor D 2, se localiza en el córtex prefrontal.

Como se nota, esta visión se contradice con la de López, mostrando una vez más la dificultad de la ciencia en comprender la felicidad en la tensión entre emoción y razón.

¿Cómo se define el Índice de Felicidad?

El primer acercamiento políticamente trascendente al problema de la felicidad institucional es el esfuerzo de Gallup, impulsado por Naciones Unidas, de crear y aplicar un Índice de Felicidad. Al revisar el Índice Mundial de la Felicidad (2022) se ubican en primer puesto Finlandia con 7,821; segundo Dinamarca con 7,636, tercero Islandia con 7,557 y cuarto Israel con 7,473. El siguiente cuadro organiza esta idea para el 2023:

Figura 1. Índice de Felicidad. Principales países, 2023. (WHR, 2023)



Por otro lado, según Ipsos (2022), en Perú, el 50% de adultos afirma ser feliz a nivel general. Al respecto, al sa-

ber qué fuentes fortalecen la felicidad a nivel mundial, está representada por 55% salud y bienestar físico, relación de pareja con 49%, los hijos 49% y sentido de vida 48%.

En Latinoamérica, los resultados en el nivel de felicidad lo lidera Costa Rica con 6,609 puntos, en la ubicación 23; Uruguay 6,494, puesto 28; Chile con 6,334, orden 35; México con 6,330, en lugar 36 y finalmente, Panamá con 6,265.

Según el mismo reporte, en los indicadores del 2018, Perú se situó en el puesto mundial 65, ubicándolo en el tercero más inferior en nuestro continente después de Paraguay y Venezuela. No obstante, se sabe que estas diferencias son coyunturales.

Estas mediciones parten de la presunción de que la felicidad es el resultado de satisfacciones, esto es, del placer que produce la realización de objetivos existenciales. Una nación es feliz (y tiene la posibilidad de hacer feliz a sus miembros) siempre que sea sujeto de altos niveles de 6 variables, sujetas a condiciones generales de calidad de vida.

Estas son: a) el PIB per cápita, b) el apoyo que da la sociedad a sus miembros, c) la esperanza de vida saludable (lo que relaciona salud, calidad de vida y expectativas colectivas), d) la libertad de poder escoger una vida según sus propias opciones, e) la generosidad de los nexos sociales y f) la corrupción, en tanto instancia que impide la realización de los objetivos individuales en la sociedad y que incluye la práctica política.

Metodológicamente, funciona la manera de una escala de Lickert auto inducida, por cuanto pide a los encuestados que piensen en una escalera, en la que la mejor vida posible para ellos vale 10 y la peor vida posible vale 0. Entonces la persona, con base en el criterio propio, se ubica en esa escala de 0 a 10.

Pero, además de esta estrategia, en la que se concilia la subjetividad

entregando la definición del nivel en el sujeto, se incluyen valores objetivos colectivos. Estas clasificaciones son objetivas, pero deben ser entendidas por el individuo. Así, la felicidad de un país termina siendo la suma de las percepciones subjetivas e individuales que tiene una persona frente a sus posibilidades de realizarse en el contexto nacional.

A partir de estas consideraciones, dos interrogantes surgen: A) Si la felicidad es un conjunto de variables que reflejan nociones de una familia colectiva, como en una nación ¿Es posible que estos interjuegos son aplicables a otras familias o grupos, como una institución educativa?. B) Si, epistemológicamente, definir felicidad supone un equilibrio de las valoraciones que hace una sociedad de sus fuerzas psicológicas y, concretamente, emocionales, y sus fuerzas materiales, como la salud y los recursos de subsistencia ¿Hasta que medida es posible hacer descender la felicidad en un campo cultural más pequeño, con menos concomitantes estructurales, como una institución educativa?

De tal modo que un mayor nivel de felicidad no corresponde aun mayor nivel de satisfacción (ésta solo mide la relación racional entre objetivo y cumplimiento) sino también un nivel emocional asociable con la noción de plenitud, por lo que la percepción subjetiva resuelve la tensión entre emoción y razón, lo que es un problema intrínsecamente cultural y blando, aunque impregna a las relaciones grupales.

Habiendo puesto en relieve estos dos aspectos, este artículo se pregunta: ¿Pueden ponderarse y desarrollarse niveles de felicidad en una entidad educativa? Esto, con el fin de crear nuevos modelos, más ajustados, que midan y comparen como mayor pertinencia cualitativa el éxito institucional, la racionalidad y la eficiencia de las políticas educativas.

EXPERIENCIAS EN
CONTEXTOS EDUCATIVOS

Perú

El diario Gestión (2023) de Perú informa que los ciudadanos del país no están tan contentos como hace un año, según la ONU. En el Informe Mundial de la Felicidad 2023, Perú bajó un puesto y se ubica en el lugar 75 con 5,526 puntos, ubicándose solo por delante de Venezuela en el área, que aparece en el puesto 88 con 5,211 puntos. El promedio de tres años (2020-2022) sirve de base para la calificación de la felicidad.

Espíritu (2022), en Lima, realizó investigaciones sobre el rendimiento, la felicidad y la reflexión existencial. Utilizando los cálculos de Rho de Spearman, se descubrió una fuerte asociación positiva ($p < 0,01$) entre la reflexión existencial y la felicidad. Existe una relación estadísticamente significativa ($p < 0,05$) entre la felicidad y el pensamiento existencial, entre la felicidad y la sustancia del pensamiento existencial, y entre la felicidad y el éxito académico. El pragmatismo del pensamiento existencial está correlacionado negativamente de forma significativa con el éxito académico ($p < 0,01$). Las afirmaciones del pensamiento existencial "Me acepto tal y como soy", "Tengo un motivo, una razón para vivir" y "Veo la vida como un regalo" tienen una correlación mucho mayor con la felicidad. La felicidad y la pragmática en el pensamiento existencial no se correlacionaron ($r = -0,005$, $p = 0,929$); del mismo modo, no hubo relación ($r = -0,113$, $p = 0,067$) entre el pensamiento existencial y el éxito académico.

En la Región Piura (2018), 80 trabajadores del Instituto Cultural Peruano Norteamericano conformaron la población objeto de estudio. Se encontró que el promedio de felicidad organizacional fue de 5,962, que es un nivel medio-alto de felicidad; el promedio de felicidad de los docentes fue de 4,844, que es signifi-

cativamente menos de la mitad; y el promedio de felicidad de los trabajadores administrativos fue de 7,08, que es más de la mitad del nivel medio de felicidad.

En una universidad de Piura, se descubrió que el 42,3% de los estudiantes tenían un estilo de apego temeroso y el 27,2% de los estudiantes eran infelices. Sin embargo, se descubrió que no existía una correlación significativa ($p > 0,05$) entre las variables. Sin embargo, su tesis muestra que en el distrito de Frías (2023), "Regular" es el elemento socioeconómico dominante, representando un gran 27,2% del nivel "Bajo" y un porcentaje menor de los niveles "Alto" y "Muy alto". Una parte significativa del alumnado (15,2%) se concentra en las puntuaciones intermedias de la escala de felicidad. El análisis estadístico reveló que, contrariamente a la hipótesis convencional, no existe relación entre las características socioeconómicas y los niveles de felicidad y satisfacción vital del alumnado de secundaria.

En el caso de la ciudad de Piura, en una universidad se pudo constatar y observar que varios docentes se mostraban disconformes por su vida porque presentaban problemas como las deudas, sobrecarga laboral, estrés y al responder a las siguientes preguntas: ¿Es usted feliz? ¿por qué? y al parecer era fácil de responder, sin embargo, sus respuestas demostraban todo lo contrario porque su felicidad estaba determinada con el dinero, los bienes, el éxito, tener familia y trabajo. Esta situación se alarmó al encontrarse en una incertidumbre por los problemas sociales y principalmente, por el inicio de una huelga indefinida a nivel nacional.

Liñan (2022), desarrolló la tesis para investigar el papel mediador de la satisfacción laboral entre el valor del trabajo y el disfrute del mismo, se utilizó una muestra nacional de jóvenes y adultos. Los resultados indican que, si bien el valor directo no es estadísticamente significativo, el

valor indirecto $[(a \times b), p.005]$ sí lo es, ya que alcanza el umbral de $p.05$. Se concluyó que la grit, sí determina indirectamente a la felicidad por medio de la variable satisfacción.

Vargas, y Callata. (2021), presentaron la investigación para conocer el porcentaje de satisfacción entre estudiantes universitarios que experimentaban una circunstancia difícil en la última crisis sanitaria mundial, que incluía, pero no se limitaba a, la introducción de entornos de aprendizaje remotos y virtuales en naciones como Perú. Las valoraciones de los encuestados sobre su grado de felicidad oscilaron entre bajo (33,9%), alto (38,8%) y medio (27,2%). Se determinó que las circunstancias consideradas impedían alcanzar el nivel previsto.

Villanueva, Arias, Ugarte, Esquivel y Barreda (2022), realizaron la investigación denominada Felicidad y variables socioeconómicas en Arequipa (Perú). Este estudio examina los efectos de varios factores socioeconómicos en la satisfacción de los residentes de la ciudad de Arequipa, al sur de Perú. Sólo la variable raza está estadísticamente relacionada de manera sustancial con la felicidad de la población, según un análisis de regresión lineal múltiple que se utilizó para hacer esta determinación. Se logró inferir que la economía no incide sustancialmente en la felicidad.

Dávila, (2021) realizó un trabajo para identificar qué factores consideraban los estudiantes de pregrado de una institución privada limeña como responsables de la felicidad. Similar a cómo la felicidad está determinada por la IE y la implicación en el modelo teórico que se planteó, el modelo fue aprobado basado en el resultado de la prueba Chi-cuadrado (59,018) y el nivel significativo de 0,034. Se concluyó que si hay relación entre la inteligencia emocional (IE) y la felicidad, en este sentido, se valida la importancia de manejar emociones para un mejor bienestar.

Rodríguez (2020), presentó la tesis para mostrar la efectividad del Programa Biodanza. Los resultados indican un aumento significativo de la felicidad general del grupo experimental ($z=-3,73$; $p.05$), así como de cada uno de los cuatro componentes del instrumento de medición: sentido positivo de la vida ($z=-3,73$; $p.05$), satisfacción vital ($z=-3,73$; $p.05$), realización personal ($z=-2,97$; $p.05$) y alegría de vivir ($z=-3,74$; $p.05$). Se concluye que para el grupo experimental de instructores, el programa de biodanza tiene un impacto favorable y estadísticamente significativo en la felicidad general y sus elementos constitutivos.

Vílchez (2019), desarrolló una investigación cuyo objetivo fue estudiar el funcionamiento familiar y felicidad adolescentes. Se orienta a investigar la conexión entre la felicidad del adolescente y el funcionamiento familiar. Se encontró que el funcionamiento familiar y la felicidad estaban estadísticamente relacionados ($P 0,05$). Los adolescentes tendían a tener familias moderadamente funcionales, y los niveles de felicidad descubiertos eran moderados. Además, se descubrió una asociación estadísticamente significativa entre la felicidad y el género, así como una relación entre el funcionamiento familiar y la edad, mostrando los adolescentes más jóvenes un funcionamiento familiar equilibrado.

García, M. (2019), realizó un estudio para saber si existe relación entre la felicidad y la dedicación laboral en los empleados de una organización gubernamental de Ica. Se logró obtener que la satisfacción del trabajador se asoció positivamente con el compromiso laboral en los de 45 años o menos (0,019), pero no se encontró correlación para los mayores de 45 años, medido por la edad (0,423). No hubo correlación entre el compromiso laboral y la felicidad en los trabajadores (0,063) y las trabajadoras (0,610), según el sexo. El compromiso laboral y la felicidad no se asociaron con los

trabajadores casados (0,210), mientras que el compromiso laboral no se relacionó con la felicidad (0,1262). La relación entre estado civil y compromiso laboral dependía del estado civil del trabajador. Se encontró que los trabajadores sin gerente o asistente estaban más contentos con su compromiso laboral que aquellos sin uno (0,0001). Según los datos obtenidos, existe una relación entre el compromiso laboral y la felicidad para los empleados menores de 45 años (0,019), pero no para los mayores de esa edad (0,423).

Vera (2019), presentó la tesis con el objetivo de determinar la relación entre la felicidad de los trabajadores y la satisfacción laboral. La atención se centró en la vida diaria de los trabajadores, en la que desempeñan sus funciones y realizan sus actividades con la ayuda de sus compañeros, pero se ven limitados por la dirección en la ampliación de sus responsabilidades, lo que provoca malestar e insatisfacción entre ellos. Se infiere la existencia correlacional en las variables de estudio.

Cieza (2019) realizó una investigación para conocer la relación entre felicidad y satisfacción laboral en un entorno de aprendizaje en Chimbo-Ancash, 2019. También se utilizaron la prueba de Spearman y la prueba de correlación Rho Spearman como pruebas estadísticas para confirmar las hipótesis. Finalmente, se deduce que no existe relación en las Variables. Analizando datos estadísticos para confirmarlo. Se concluyó que en un nivel del 5%, la satisfacción laboral no está significativamente relacionada con la felicidad.

Albújar (2020) realizó la tesis para conocer la asociación entre el contentamiento laboral y la cultura organizacional. Se encontró que el coeficiente de correlación indica el grado de correlación. La relación entre la variable felicidad laboral y cultura organizacional es negativa (0,217**), nivel de significancia (.008). Las tablas de

resultados y la aplicación de la correlación de Spearman permitieron concluir que existen relación entre las dos variables de estudio.

Méndez, (2020) realizó la investigación para averiguar cómo, Arenera Jaén de la ciudad de Piura podría aumentar el placer en el trabajo mediante una gestión eficaz de las personas. La hipótesis de Sonja Lyubomirsky, la noción de felicidad real de Martin Seligman y la teoría de la ciencia de la felicidad desarrollada por la consultora inglesa Iopener Institute sirvieron de base para este estudio. Por último, se constató que sólo el 45% de los empleados están completamente satisfechos con su trabajo en Arenera Jaén de Piura. El gerente, por su parte, afirma que fomenta la felicidad de sus empleados intentando lograr un equilibrio entre el trabajo y la familia. Sin embargo, sólo el 40% de la plantilla está de acuerdo en que la felicidad es la máxima ambición humana.

Otros países

Torres, Castaeda y Salgado (2023), presentaron la investigación "Aspectos de la felicidad en el trabajo en profesores universitarios de los Llanos, Colombia". Su propósito fue conocer el alcance y los determinantes de la felicidad laboral de los profesores. El cliente (estudiantes), la familia y la espiritualidad son los principales determinantes del placer de los profesores, según los resultados, que también indican que los profesores experimentan en general un nivel suficiente de satisfacción. Se concluye que se debe valorar estos determinantes porque alimentan a la felicidad de los involucrados en el estudio.

Guevara y Moreta (2023), desarrollaron su trabajo para aprovechar plenamente el potencial de cada individuo, la investigación psicológica debería prestar especial atención al estudio de las facetas positivas de la existencia humana. El propósito de este estudio fue comprobar la relación entre las dos variables de estu-

dio en una muestra de profesores de secundaria ecuatorianos. De la muestra tomada, el 70,5% eran mujeres y el 29,5% hombres. El estudio reveló que estaban presentes la sabiduría intermedia y la felicidad alta-moderada. En las variables relevantes, no hubo diferencias de género ($p>.05$).

López, Picazo y Gamboa (2020), desarrollaron el trabajo para examinar el impacto de ambos comportamientos en la felicidad durante el tiempo libre de los participantes. Se ha descubierto que el comportamiento prosocial, más que la posesión de cosas materiales, hace felices a las personas cuando disponen de tiempo libre. Los resultados demuestran una diferencia significativa entre la percepción del estrés (con o sin control sobre el acontecimiento estresante) y la felicidad genuina en función del nivel de AF. Para ser más precisos, cuanto más practicamos AF, más nos sentimos en control y felices en una circunstancia estresante; por el contrario, cuanto menos practicamos AF, más abrumados nos sentimos en un escenario estresante. Se concluye que como depende de las acciones, la motivación y la voluntad de las personas, la felicidad experimentada de este modo podría ser más duradera.

Arce y Becerril (2020) realizaron un estudio cuantitativo, descriptivo, no experimental y directo del bienestar relacionado con el concepto de felicidad, calculando sus indicadores, recogiendo evidencias de niños y adolescentes de Bolivia y México, para investigar los aspectos pertinentes en los que debería centrarse una política educativa en la búsqueda de la felicidad. Un estudio de caso elaborado con un enfoque analítico cuantitativo compone la metodología. En los resultados se encontró que las personas con un alto *locus de control externo* tienen un menor grado de felicidad que aquellas con un alto locus de control interno, siendo Bolivia el país con mayor nivel de felicidad entre los jóvenes y adolescentes con este

tipo de locus de control. Esta La información es valiosa porque aborda la cuestión de cómo la educación puede mejorar la capacidad de una persona para lograr felicidad al mostrar cómo se desarrolla la personalidad a lo largo de su formación.

Camacho y Horta (2022), presentaron su investigación sobre el concepto de bienestar, así como sus elementos y causas, ha vuelto a cobrar importancia en la teoría económica. Por ello, se consideró los tres factores económicos que inciden en el bienestar objetivo y cómo afectan el bienestar subjetivo de las personas en contextos urbanos. El estudio muestra que el coeficiente POSITIVO en IRHM y esto incide en la mayor probabilidad de satisfacción. Se infiere que la existencia de correlación muy representativa entre el ingreso, la riqueza y el desempleo de un individuo y la probabilidad de que declare felicidad.

Durón et al. (2022) desarrollaron el trabajo de investigación, el objetivo fue encontrar cambios en las orientaciones de felicidad de los mexicanos según edad, condición social, nivel educativo y género. Con estudio cuantitativo transversal descriptivo. Se estudió a 200 residentes de mexicanos. Se realizaron comparaciones estadísticas entre los grupos en función de la información sociodemográfica. Se utilizó un ANOVA para comparar los grupos en función de la edad, el nivel socioeconómico y el nivel educativo. Sólo en función de la edad eran significativas las diferencias en la orientación hacia la felicidad. Se concluyó que los participantes de 26-36 años declararon ser menos felices.

Barrera, Corral, y Fraijo (2021), desarrollaron un trabajo de investigación y su objetivo era determinar cómo el comportamiento sostenible y la orientación futura y la orientación futura trascendental, dos visiones temporales, se relacionan con el autocuidado y la felicidad. Los resultados: La felicidad y el autocuidado de las personas se ven afectados por sus orientacio-

nes temporales hacia el futuro y hacia el futuro trascendental, que a su vez afectan a los comportamientos sostenibles (comportamiento pro-ecológico, altruismo, frugalidad, equidad). Se concluye que su aporte servirá para describir la conducta personal en la gestión sostenible.

Martínez (2021) presentó una investigación y se centró en explorar el posible vínculo entre la felicidad de los trabajadores y la comunicación interna en las empresas españolas. Los hallazgos demuestran los métodos con los que diferentes empresas desarrollan su comunicación interna, así como las tácticas que utilizan para apoyar la salud y la felicidad de su plantilla. Se ha destacado la necesidad de potenciar la experiencia del empleado para mejorar su implicación, así como la combinación de herramientas, incluidas las ocasiones, los embajadores de marca o las producidos por las nuevas tecnologías. En el futuro aumentará la comunicación interna móvil que combina la conversación humana con las tecnologías digitales para promover el *deleite*. Se concluyó que la relación de las dos variables es beneficiosa y óptima en el compromiso, pertenencia y productividad organizacional.

Albines (2021), presentó una tesis con el propósito de definir la felicidad desde la perspectiva de la psicología positiva, identificar sus causas en el lugar de trabajo y medir los niveles de esta variable en América Latina. La mayor parte se basó en artículos de revistas y libros electrónicos. Como resultado, se descubrió que la felicidad es un momento de satisfacción que involucra una evaluación de la vida como un todo, así como la manifestación de elementos como las emociones, los logros y los vínculos afectivos. Adicionalmente, se reveló que el énfasis dado a las interacciones sociales es una de las variables que explican los altos índices de felicidad en América Latina, y que este fenómeno depende de fuentes ex-

ternas e individuales que favorecen su aparición y desarrollo en el ámbito laboral.

Rojas, Méndez, y Oyarzábal (2022) realizaron la investigación donde se examinan los hallazgos y variables importantes asociados a este constructo, así como los aspectos metodológicos básicos de la investigación empírica existente sobre la felicidad en estudiantes universitarios latinoamericanos. Estos hallazgos indican la preponderancia del enfoque cuantitativo, los estudios no experimentales y la relación entre optimismo y felicidad. Se examinan los resultados, destacando la necesidad de la investigación experimental, las muestras probabilísticas con una mayor representación masculina, así como la importancia de cumplir y divulgar las normas éticas en la investigación. Se concluye con la sugerencia de seguir investigando sobre el tema presentado en este trabajo.

Chuquihuanga y Quispe (2020), realizaron la investigación y buscaron determinar si la resiliencia y la felicidad están significativamente correlacionadas. Se descubrió que la resiliencia y la felicidad tienen un vínculo positivo directo y altamente significativo ($\rho=0.324$; $p.003$). Se infiere que, al existir resiliencia en las personas, ello incide en su felicidad. Esta información aporta a nuestra variable propuesta en la dimensión sentido positivo de la vida por su implicancia en gestionar las situaciones difíciles de la vida y por ende, fortalecer la felicidad de las personas.

López y Gamboa (2020), examinaron el impacto de ambos comportamientos sobre la felicidad cuando las personas eran libres. La muestra del estudio consistió en 108 individuos, y los resultados muestran que el comportamiento prosocial; es decir, el comportamiento que promueve las relaciones con los demás, contribuye a una mayor felicidad que el comportamiento que busca adquirir, mantener y poseer bienes u otras cosas

materiales. Se ha descubierto que el comportamiento prosocial, más que la posesión de cosas materiales, hace felices a las personas cuando disponen de tiempo libre. Como depende de las acciones, la motivación y la voluntad de las personas, la felicidad experimentada de este modo podría ser más duradera. Se concluyó que las personas son más felices cuando en su ocio, realizan conductas prosociales.

López, Gallegos y Hernández (2020), realizaron la investigación y su estudio pretendía determinar si la AF puede ayudar a las personas infelices y pocas estresadas, así como si puede desempeñar un papel mediador en la relación entre estos dos factores. En cuanto a la cantidad de actividad física (AF) que realizan, el 15,1% no hace nada, el 19,7% realiza actividad esporádica, el 28% realiza actividad moderada (2 horas/semana) y el 37,1% realiza actividad intensa (20 minutos al día, cinco veces/semana). Tanto el PSS (Cohen, Kamarck, Mermelstein, 1983) como el AHI (Shepherd, Oliver, & Schofield, 2015) fueron completados por los participantes. Las hipótesis se abordaron mediante análisis descriptivos, ANOVA y modelos de regresión mediada. Los hallazgos demuestran una relación sustancial entre el nivel de AF y la sensación de estrés (con o sin control sobre el evento estresante) y la felicidad genuina.

Ramírez y Junco (2019), realizaron un estudio para examinar la fiabilidad de una escala que, Del Junco, Espasandn, Dutschke y Palacios (2013) desarrollaron para revelar los factores que afectan al placer de los empleados. Además, las dos dimensiones de la escala apoyan la idea de que, al examinar la felicidad de los empleados en el trabajo, es importante incluir tanto el entorno como la perspectiva del individuo. Se infiere que metodológicamente, este estudio puede servir como guía para validar instrumentos sobre la felicidad.

Pareja, Barbachán y Sánchez (2019), sustentaron un estudio que incluyó a 427 estudiantes de educación de una universidad limeña, pretendía comprender la conexión entre el disfrute y la conducta prosocial teniendo en cuenta el género, los grupos de edad y los sentimientos de pertenencia. Los resultados indican una correlación positiva significativa entre las dos variables en estudio; no existen diferencias significativas ni en la variable Felicidad ni en la variable Comportamiento Social en función del sexo o la edad; sin embargo, la pertenencia a una facultad sí produce diferencias significativas en la variable Comportamiento Prosocial. Se concluye que si existe significativamente, relación positiva entre estas dos variables de estudio.

Cuesta (2018), realizó la investigación y se presentan las conclusiones de una revisión sobre cómo se construye la felicidad como objeto de estudio en las ciencias sociales, centrándose en el campo de la comunicación. Se descubrió que la felicidad es una idea polisémica, lo que dificulta su creación como objeto. Sin embargo, otros investigadores han encontrado medidas econométricas para abstraerla, lo que corre el riesgo de hegemonizar una única perspectiva de la felicidad. Se argumenta que la comunicación tiene un potencial significativo para el trabajo teórico y de investigación sobre este tema, ya que puede hacer avanzar significativamente nuestra comprensión del placer en la sociedad moderna. La Asamblea General de las Naciones Unidas afirmó en junio de 2012 que los objetivos de las políticas públicas de una nación deben estar determinados por la felicidad y el bienestar de sus ciudadanos. A partir de este estudio se concluye que este tema debe ser abordado por su importancia como políticas de estado para garantizar el desarrollo requerido.

Díaz y Carrasco (2018), presentaron su trabajo y examinó los riesgos

psicosociales en el trabajo y su relación con la satisfacción organizacional, utilizando tres escalas que ya habían demostrado su precisión a nivel nacional, se clasificaron los niveles de felicidad en categorías altas y bajas. También se determinó la implicancia entre las variables de clima organizativo y riesgos psicosociales mediante un modelo Probit Binomial. Los principales resultados están relacionados con la idea de que los puestos con criterios de alto rendimiento, en los que se refuerza favorablemente al empleado y en los que existe flexibilidad con las necesidades familiares explican los altos niveles de satisfacción organizativa. Se concluye que al buscar la felicidad es un anhelo natural con todos los aspectos de nuestra vida.

Malluk (2018) realizó una investigación para evaluar la percepción de felicidad organizacional, el objetivo del estudio es saber la frecuencia de colaboración, satisfacción, compromiso y creatividad del personal administrativo de una institución pública de educación superior del departamento de Córdoba, Colombia. Los resultados destacan el valor de aumentar la satisfacción laboral y la innovación como factores que influyen en las expectativas y experiencias individuales, las interacciones interpersonales, la motivación, la flexibilidad, la diversidad de técnicas, el bienestar en el trabajo y la apropiación. También destacan el potencial de los aspectos de cooperación y devoción al grupo/función. Se logró concluir que si existe relación directa en las dos variables estudios y carencias en la organización para garantizar las metas institucionales.

Pulido y Herrera (2018) presentaron su trabajo para examinar los vínculos entre la edad, el sexo, la cultura y la posición en relación con los predictores de la felicidad y la IE. Participaron 811 personas, de las cuales el 46,1% eran hombres y el 53,9% mujeres, con una mayoría musulmana del 71,6% y una mayoría cristiana del

28,4%. La felicidad y la IE resultaron ser directamente proporcionales y estadísticamente significativas.

Hernández, Ronald M., y Carranza Esteban, Renzo Felipe. (2017) presentaron una tesis y una de las principales conclusiones fue el descubrimiento de una relación fuerte y directa entre el optimismo y la felicidad, así como entre la felicidad y la autorrealización. Las dimensiones de felicidad, optimismo y autorrealización, que sirven como variables de entrada para el análisis de correlación canónica, también mostraron una distribución normal múltiple. Se observó que la visión positiva de la vida tenía una asociación positiva significativa y que el pesimismo presentaba una fuerte correlación negativa. Este estudio fundamenta la necesidad de implementar una propuesta para mejorar la felicidad a través del sentido positivo de la vida.

De Dios, (2017) presentó la tesis para determinar el impacto del programa educativo "Somos felices". En cuanto al momento de realización del estudio, es prospectivo porque se llevará a cabo en el futuro y los datos se recopilarán utilizando fuentes primarias. Los resultados demuestran que hay apoyo estadístico para los impactos del programa en el grado de conocimiento del estilo de vivir de los alumnos, empleando una metodología de estudio preexperimental y aplicada. Se concluye eficacia de la intervención del programan en la variable conocimiento de estilo.

Figuroa (2023), realizó la investigación a fin de conocer la relación entre el compromiso organizacional y la felicidad de los empleados en la fuerza laboral de un gobierno local de la zona de La Libertad. Los resultados mostraron una relación directa marginalmente positiva pero estadísticamente significativa ($\text{sig } 0,05$) entre la satisfacción de los empleados y el compromiso organizacional en la zona de La Libertad, con un valor de Rho de Spearman de 0,139 que sugiere una mayor relación.

Calixto y Gurmendi (2022), lideraron un trabajo para identificar la cohesión en felicidad y sentido de vida en personas mayores Cam- Concepción. En el CAM- Concepción se estudiaron 2019 personas mayores para comprobar la asociación entre felicidad y sentimiento de existencia. Por conveniencia, se utilizó un método de muestreo no probabilístico, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%. Se concluye que sí existieron correlaciones significativas de Spearman entre las dimensiones de ambas variables.

Condori (2022), realizó una tesis para determinar la satisfacción del personal en el Centro de Aislamiento y Recuperación de Villa el Salvador, 2022, con respecto a su trabajo y su grado de compromiso con la organización. Dicha muestra presentó un alto grado de satisfacción laboral y un nivel medio de compromiso organizacional, según los datos. Se determina que existe una relación significativa entre las variables mencionadas.

INVESTIGACIÓN EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

El presente trabajo trata de llevar todo el debate presentado sobre la tensión razón (modelo hedónico) - emoción (modelo eudaimónico) en la idea de felicidad a partir de una herramienta de observación cuantitativa en una institución educativa del Perú.

La medición, el conteo y la estadística también se utilizaron como métodos para ayudar a abordar el tema de investigación y encontrar tendencias de comportamiento en la población de estudio (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

Diseño de la investigación

El diseño elegido es no experimental transversal, no se manipulan las variables y su estudio se desarrolla en un solo momento (Hernández et al., 2014).

Variables, operacionalización. Variable Independiente: Felicidad

Se escogió la óptica hedónica, pues es la que permite adecuadamente su medición. La variable felicidad según Alarcón (2006), se dividirá entonces en cuatro dimensiones: *Sentido positivo de la vida, Satisfacción con la vida, Realización personal y Alegría de vivir*. Se utilizó una escala de Lickert de cuatro peldaños sobre frases sugestivas de la variable. Se adaptó el protocolo de la escala felicidad de Lima de Alarcón (2006) con 27 ítems, previendo medir las cuatro dimensiones de la felicidad. La encuesta se ejecutó con una confiabilidad de Alfa de Cronbach de 0,848 y con la validación de cinco expertos, la mayoría de ellos, calificados como investigadores en Renacyt.

Reflexión descriptiva de las variables de la felicidad

Como parte de este estudio, es necesario definir las cuatro dimensiones de la variable felicidad:

Primero, *propósito de vida*. Al respecto Rodríguez (2005), lo define como en dar sentido a nuestras vidas y nos ayuda en la búsqueda de una fuente interna de apoyo para nuestra supervivencia. Si no hay apoyo interno, es probable que la mente se debilite; esto conlleva una resistencia al cambio o a las adaptaciones novedosas unida al miedo al futuro, lo que aumenta el riesgo de padecer enfermedades mentales. Esto sugiere que, si bien la pérdida de sentido de nuestra vida puede no ser la causa de algunos tipos de enfermedad mental, probablemente sea un factor clave para su explicación, comprensión y prevención, así como para el desarrollo de protocolos de tratamiento en psicoterapia. Esta búsqueda continua puede servir de incentivo para seguir viviendo.

Asimismo, según la cultura japonesa, *ikigai* es el propósito de cada

una de nuestras existencias y cómo esta razón de existir está conectada con el entorno que nos rodea para proporcionarnos felicidad a nosotros mismos y a los demás. Es una idea filosófica que habla de dar un propósito a la vida. Según la cultura oriental, contamos con un *Ikigai* (propósito de vida) pero para alcanzarlo se requiere un profundo conocimiento propio de nuestro ser interior. Es un camino que todos deberíamos seguir porque, al final, es lo único que nos proporcionará plena realización y sentido, acercando el concepto a la visión eudaimónica, por cuanto devuelve el debate sobre felicidad a su raíz espiritual y mántica que es característica, y que se describió al inicio de este epígrafe.

Del mismo modo, Frankl (1988-1990) sostiene que, para descubrir el sentido de la vida, uno necesita un ámbito de actuación, algún marco que ofrezca una base firme y algo verdaderamente importante que realizar en el futuro. Para tener acceso existencial al sentido de la vida, hay que tener una mentalidad abierta. Por otro lado, Páez (2008) señala que el hombre sólo empieza a buscar el sentido de su vida cuando mira hacia el futuro, a medida que va tomando conciencia de su lugar en el mundo y de a qué quiere dedicar toda su energía, pensamiento y acción, porque comprende lo que es necesario y esencial para su vida y el sentido que tiene para él. Mientras que Steger (2012), la define como la comprensión y la búsqueda de un propósito trascendente y significativo en la vida, que puede estar relacionado con los valores personales, las contribuciones a la sociedad, las relaciones significativas o el desarrollo personal. El Dalai Lama declara "pienso que el propósito fundamental de nuestra vida es buscar la felicidad", en su libro *El arte de la felicidad*. Teniendo eso en cuenta o no, todos buscamos algo mejor en la vida, independientemente de nuestras opiniones religiosas o de la falta de ellas. Por ello es que se tiende a confundir satisfacción y felicidad, en la medida

en que la búsqueda es trascendente o no. En consecuencia, la felicidad/satisfacción es la dirección principal en la que se mueven o deben moverse las vidas, pero los caminos de ambas visiones no son similares. Según Frankl (1988-1990), para encontrar el propósito de la propia vida, uno necesitaría una línea de trabajo, un entorno que le sirviera de base firme y algo verdaderamente valioso en lo que pudiera hallar realización en el futuro, dentro de la definición de las metas cotidianas en el plano de la materia y la psicología.

Segundo, *la satisfacción de vida*. Según Alarcón (2006) la felicidad de una persona se investigaba desde la psicología para comprender los aspectos que implican o conllevan su consecución. Sin embargo, en el siglo XXI, la psicología de las organizaciones y la investigación se centran en demostrar que los indicadores relacionados con los componentes cognitivos y socioemocionales de las personas influyen positiva o negativamente en la experiencia de estar satisfecho con la vida.

Por otro lado, la satisfacción vital es un medio para que las personas expresen sus sentimientos sobre su presente y su futuro potencial. El equilibrio afectivo está correlacionado con la impresión que uno tiene de su propio bienestar, que revela cómo valora la vida. Demuestran el nivel de placer total de una persona con sus pensamientos y sentimientos, o lo cerca que están de realizarse. Estas citas transmitirán el sentimiento de satisfacción con la vida y la consecución de todos los objetivos previstos (Zubieta y Delfino, 2010).

La satisfacción vital regresa a la fuente hedónica, pues mide el éxito del camino a la felicidad en la experiencia placentera, abriendo nuevamente el riesgo de definirla por el mismo placer.

Tercero, el *sentido positivo de la vida*. Se considera un conjunto de

objetivos que justifican una mejor calidad de vida y también se asocia al acto de vivir en el propio cuerpo. Representa un afrenta en contra de síntomas depresivos como la inquietud, el pesimismo y el vacío existencial que se asocian al fracaso. Rechazar estas afirmaciones demuestra felicidad y una perspectiva favorable a la felicidad (Ramos, 2021).

Asimismo, es importante conocer el pensamiento positivo, García (2017) se refiere a una forma de vivir que nos hace más felices. Todos comprendemos lo esencial que es el pensamiento, ya que influye en cómo nos sentimos y nos comportamos. Una persona actúa con confianza y decisión en sus relaciones con los demás porque se siente segura de sí misma. Esta sensación de seguridad se produce porque previamente ha pensado en sí mismo como una persona segura, y esta noción desencadena sensaciones en su interior que conducen a un comportamiento seguro, afirmativo y definido. Entonces observamos lo estrecha que es la relación entre cognición, sensación y comportamiento. Sin embargo, el pensamiento es siempre el origen. Asimismo, el pensamiento positivo y las actitudes positivas son cruciales para superar los acontecimientos negativos y promover la acción constructiva. Las personas que creen en las cosas buenas estarán más dispuestas a esforzarse, ya que sienten que sus acciones marcarán la diferencia en la consecución de buenos resultados. El calibre de nuestras vidas está en función del calibre de nuestro pensamiento, y somos lo que realmente pensamos. Por ejemplo, una persona puede sentirse ansiosa y poco preparada para una reunión exigente o para un aumento de sueldo, lo que le provoca dudas y miedo. Si nos centramos en el pensamiento positivo y adoptamos actitudes positivas, podemos mejorar nuestras vidas y contribuir positivamente al mundo que nos rodea. Del mismo modo Seligman (2006) lo determina como una

actitud mental y emocional que busca lo bueno, positivo y constructivo en los acontecimientos de la vida. Incluye establecer una mentalidad optimista, centrarse en las soluciones más que en los problemas y cultivar un buen enfoque general. Igualmente, Fredrickson (2009) lo define como un modo de pensar que hace hincapié en las partes positivas de la vida, en tener ideas positivas sobre uno mismo y los demás, y en tener una perspectiva esperanzadora y optimista. Implica emplear afirmaciones positivas, visualizar objetivos cumplidos y centrarse en las soluciones más que en los problemas. Mientras García (2017) afirma el pensamiento positivo es una forma de vida que nos hace más felices. Todos somos conscientes de lo crítico que es el pensamiento ya que influye en cómo nos sentimos, actuamos y nos comportamos. Porque se sienten seguras de sí mismas, las personas actúan con seguridad y decisión en sus relaciones con los demás. Como previamente se creían individuos seguros, esta idea genera en ellos impulsos que los llevan a comportarse de forma segura, afirmativa y decidida, lo que da lugar a esta sensación y percepción de seguridad. Como resultado, podemos comprender lo estrechamente relacionadas que están la cognición, la sensación y la conducta.

En este caso, se instruye a la razón a creer emocionalmente en el propósito de vida. Esta base de positivismo es la que generaría un proyecto de vida dirigida hacia la felicidad. Esta es la base de la psicología positiva. Pero ella falla en reconocer en que consiste y cuáles son los mecanismos que disponen al pensamiento positivo como fuerza vital. Las explicaciones neurocientíficas describen, con bastante ambigüedad y aun poca claridad, que se trata del funcionamiento mismo del cerebro. Pero parece que este funcionamiento es abstracto de todo comportamiento virtuoso, ético, moral o evolucionista. Bastaría con creer suficientemente para abrir

las puertas de todo proyecto de vida, independientemente de su sustancia virtuosa, cosa que es fácilmente discutible desde el mismo ángulo científico.

Nuevamente, el modelo describe racionalmente la estructura de las emociones como fuente de una inmanencia humana, cuando esta parece estar realmente hablando con su propio lenguaje.

Cuarto, *realización personal*. Esto se relaciona con la felicidad del sujeto con el grado de cumplimiento de metas que considera cruciales para su vida. Se trata de aspiraciones que, como motivos y metas de una persona a lo largo de su vida, se convierten en objetivos permanentes en la búsqueda de hacerlas realidad. El ser humano necesita sentirse realizado a nivel personal porque, según Nicuesa (2015), este impulso inherente impulsa a las personas a buscar el propósito de su vida. Alegría de vivir: Describe los momentos felices de la vida de una persona y la satisfacción que obtiene de ellos. Todos estos acontecimientos felices inspiran a las personas a vivir de forma más completa, lo que los lleva a establecer y alcanzar más objetivos (Díaz, 2016).

Asimismo, según Maslow, explica que es la realización de uno mismo e identificó muchos nombres para describir esta fase final, que es algo diferente: "autorrealización", "necesidad de ser" y "motivación de crecimiento". Es la mayor necesidad psicológica que tiene el ser humano, ocupa la posición más alta en la jerarquía, y sólo a través de su satisfacción la persona es capaz de satisfacer otras necesidades. Es la mayor necesidad psicológica que tenemos los seres humanos, ocupa la posición más alta en la jerarquía y sólo a través de su satisfacción podemos satisfacer las demás necesidades. El propósito genuino de

la existencia a través del posible crecimiento de un esfuerzo. Esto se logra cuando todos los niveles anteriores han sido alcanzados y terminados, o al menos terminados en su mayor parte, hasta cierto punto.

Según Seligman, hay tres componentes que conforman la verdadera felicidad: vivir una buena vida (hacer cosas que estén en consonancia con nuestro deseo de placer), una vida con sentido es la que persigue objetivos y propósitos esenciales; una vida agradable es la que busca placeres y gratificaciones (el logro de la felicidad y las satisfacciones).

En el enfoque de Lyubomirsky (2008), menciona que hay tres factores que contribuyen a la felicidad: el elemento genético, que representa aproximadamente la mitad de nuestra felicidad; los factores externos (como la cultura, el país, la edad, el sexo y su singular historia); y las actividades cotidianas y regulares, que tienen un impacto aproximado del 40% en la felicidad. En este caso se obvian nuevamente las consideraciones eudaimónicas por un conjunto de factorizaciones materiales, dentro del modelo hedónico.

Población, muestra y muestreo, unidad de análisis

Se incluye a los(as) docentes (entre 24 y 55 de edad) de una universidad de Piura. Se excluye a los(as) docentes universitarios menores de 24 años. El muestreo no probabilístico y por conveniencia porque tengo cercanía a las 60 personas que formarán parte del presente estudio propuesto.

Resultados e Interpretación

Tabla 1. Diagnóstico de las características de felicidad

Escala	Satisfacción de la vida		Sentido positivo de la vida		Realización personal		Alegria de Vivir	
	Ítems	%	Ítems	%	Ítems	%		
Totalmente de acuerdo (TA)	Me siento satisfecho con cada acción que he logrado.	50			Hasta ahora, los logros que he conseguido me han permitido realizarme como persona	50,0	Por todo lo que me ha pasado, considero que es maravilloso vivir.	61,7
	Me siento satisfecho por los logros que he ido alcanzando.	50			Siento satisfacción por todo lo que he alcanzado hasta <u>ahora</u>	50,0		
De acuerdo (A)	En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.	56,7	La mayor parte del tiempo soy feliz.	50,0	Mi vida transcurre placidamente que me permite alcanzar el bienestar.	56,7	Por lo general, en el día me siento bien.	51,7
	Estoy satisfecho con mi vida.	50,0						
	Por todo lo que me pasa, pienso que nunca seré feliz.			55,0				
	Por lo que me ha pasado, puedo decir que la vida ha sido injusta conmigo.			51,7				

Totalmente en desacuerdo	Pienso que la felicidad es para algunas personas, mas no para mí.	58,3	
	Me siento triste por la forma como llevo mi vida	50,0	
	En lo que va de mi vida, todavía no he encontrado o sentido a mi existencia	51,7	

Interpretación

En la tabla N° 1 se puede observar que las características de satisfacción de la vida, sentido positivo de la vida, realización personal y alegría de vivir presentan porcentajes medios. Ello se refleja que están De acuerdo que el 56,7% expresan que la mayoría de las cosas de su vida está cerca de su ideal mientras que el 50% muestran que están satisfechos con la vida. Asimismo, El 50% afirma que la mayor parte del tiempo se sienten feliz. Por otro lado, respondieron que están Totalmente en desacuerdo el 55, 0 % menciona que por todo lo que les pasa, piensan que nunca serán felices, el 51,7% que por lo que le ha pasado, la vida ha sido injusta con ellos; el 58,3 % piensan que la felicidad es para algunas personas, mas no para ellos; el 50,0% se sienten tris-

te por la forma como llevan su vida y el 51.7% en lo que va de su vida, todavía no han encontrado sentido a su existencia. Totalmente de acuerdo expresan que el 50% se sienten satisfechos con cada acción que han logrado, del mismo modo el 50%, se sienten satisfecho por los logros que han alcanzado; igualmente, el 50,0%, expresan que, hasta ahora, los logros que he conseguido les han permitido realizarse como persona, del mismo modo el 50% sienten satisfacción por todo lo que he alcanzado hasta ahora. Asimismo, el 61,7% indican que por todo lo que han pasado, consideran que es maravilloso vivir. Finalmente, en de acuerdo el 51,7% por lo general, en el día se sienten bien.

Tabla 2. Características de la dimensión satisfacción de la vida

Dimensión Satisfacción con la vida	Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.	0	,0%	5	8,3%	6	10,0%	34	56,7%	15	25,0%

3. Las condiciones de mi vida son excelentes.	0	,0%	6	10,0%	15	25,0%	26	43,3%	13	21,7%
4. Estoy satisfecho con mi vida.	0	,0%	2	3,3%	5	8,3%	30	50,0%	23	38,3%
5. La vida me ha dado oportunidades de satisfacción.	0	,0%	1	1,7%	1	1,7%	22	36,7%	36	60,0%
6. Me siento satisfecho con cada acción que he logrado.	0	,0%	1	1,7%	2	3,3%	27	45,0%	30	50,0%
10. Me siento satisfecho por los logros que he ido alcanzando.	0	,0%	1	1,7%	1	1,7%	28	46,7%	30	50,0%

Interpretación

Los resultados de la tabla 2; indican que la mayoría de los docentes están satisfechos con su vida. El 56,7% de los docentes están de acuerdo en que su vida está cerca de su ideal, mientras que el 25% están totalmente de acuerdo. Además, el 60% de los docentes están de acuerdo en que la vida les ha dado oportunidades de satisfacción. En cuanto a las otras afirmaciones, el 25% de los docentes están de acuerdo en que

su vida es interesante, mientras que el 43,3% están de acuerdo en que están satisfechos con su vida. El 50% de los docentes están de acuerdo en que se sienten satisfechos con cada acción que han logrado, mientras que el 46,7% están de acuerdo en que se sienten satisfechos por los logros que han ido alcanzando.

Tabla 3. Características de la dimensión sentido positivo de la vida

Dimensión Positivo de la vida	Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
2. Siento que mi vida está vacía.	29	48,3%	23	38,3%	2	3,3%	6	10,0%	0	,0%

7. Por todo lo que me pasa, pienso que nunca seré feliz.	33	55,0%	17	28,3%	5	8,3%	4	6,7%	1	1,7%
11. La mayor parte del tiempo soy feliz.	0	,0%	2	3,3%	9	15,0%	30	50,0%	19	31,7%
14. Algunos días de mi vida hace que me sienta inútil.	24	40,0%	17	28,3%	6	10,0%	8	13,3%	5	8,3%
17. Por lo que me ha pasado, puedo decir que la vida ha sido injusta conmigo.	31	51,7%	15	25,0%	6	10,0%	5	8,3%	3	5,0%
18. Últimamente, tengo problemas que me quitan la tranquilidad	17	28,3%	15	25,0%	10	16,7%	14	23,3%	4	6,7%
19. Me cuesta superar los fracasos.	19	31,7%	25	41,7%	6	10,0%	7	11,7%	3	5,0%
20. Pienso que la felicidad es para algunas personas, mas no para mí.	35	58,3%	19	31,7%	1	1,7%	3	5,0%	2	3,3%
22. Me siento triste por la forma como llevo mi vida.	30	50,0%	21	35,0%	4	6,7%	1	1,7%	4	6,7%
23. Para mí, la vida está llena de problemas.	27	45,0%	21	35,0%	5	8,3%	6	10,0%	1	1,7%
26. En lo que va de mi vida, todavía no he encontrado sentido a mi existencia.	31	51,7%	15	25,0%	4	6,7%	5	8,3%	5	8,3%

Interpretación

Los resultados en la tabla 3, indican que la mayoría de los docentes tienen una percepción positiva de su vida. El 61,7% de los docentes están totalmente de acuerdo en que consideran maravilloso vivir por todo lo que

les ha pasado, mientras que el 28,3% están de acuerdo. Además, el 48,3% de los docentes están de acuerdo en que cada vez han experimentado la alegría de vivir, mientras que el 41,7% están totalmente de acuerdo.

En cuanto a las otras afirmaciones, el 51,7% de los docentes están de acuerdo en que por lo general se sienten bien en el día, mientras que el 38,3% están totalmente de acuerdo. El 48,3% de los docentes están de acuerdo en que son una persona opti-

mista y siempre les sale bien lo que se proponen, mientras que el 45% están totalmente de acuerdo.

Tabla 4. Características de la dimensión realización personal

Dimensión Realización Personal	Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
8. Hasta ahora, los logros que he conseguido me han permitido realizarme como persona.	0	,0%	1	1,7%	1	1,7%	28	46,7%	30	50,0%
9. Si volviese a nacer, buscaría alcanzar los logros que hasta ahora he obtenido.	4	6,7%	6	10,0%	5	8,3%	24	40,0%	21	35,0%
21. Siento satisfacción por todo lo que he alcanzado hasta ahora.	1	1,7%	2	3,3%	2	3,3%	25	41,7%	30	50,0%
24. Me considero una persona realizada por todo lo que he logrado.	0	,0%	2	3,3%	7	11,7%	28	46,7%	23	38,3%
25. Mi vida transcurre plácidamente que me permite alcanzar el bienestar.	1	1,7%	3	5,0%	10	16,7%	34	56,7%	12	20,0%

27. Creo que no me falta nada, todome va bien en la vida.	3	5,0%	11	18,3%	12	20,0%	25	41,7%	9	15,0%
---	---	------	----	-------	----	-------	----	-------	---	-------

Interpretación

Los resultados en la tabla 4, indican que la mayoría de los docentes se sienten realizados como personas. El 50% de los docentes están totalmente de acuerdo en que los logros que han conseguido les han permitido realizarse como persona, mientras que el 46,7% están de acuerdo. Además, el 50% de los docentes están de acuerdo en que se sienten satisfechos por todo lo que han alcanzado hasta ahora.

En cuanto a las otras afirmaciones, el 40% de los docentes están de acuerdo en que han logrado muchas cosas importantes en la vida, mientras que el 35% están totalmente de acuerdo. El 46,7% de los docentes están de acuerdo en que han logrado lo que querían en la vida, mientras que el 35% están totalmente de acuerdo.

Tabla 5. Características de la dimensión Alegría de Vivir

Dimensión Alegría de vivir	Totalmente en <u>desacuer-</u> <u>do</u>		En <u>desacuerdo</u>		Ni de acuerdo ni en <u>desacuerdo</u>		<u>De acuerdo</u>		Totalmente <u>de acuerdo</u>	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
12. Por todo lo que me ha pasado, considero que es maravilloso vivir.	0	,0%	1	1,7%	5	8,3%	17	28,3%	37	61,7%
13. Por lo general, en el día me siento bien.	1	1,7%	1	1,7%	4	6,7%	31	51,7%	23	38,3%
15. Soy una persona optimista, por eso siempre me sale bien lo que me propongo.	0	,0%	1	1,7%	3	5,0%	29	48,3%	27	45,0%
16. Cada vez he experimentado la <u>alegría de vivir</u>	1	1,7%	1	1,7%	4	6,7%	29	48,3%	25	41,7%

Interpretación

Los resultados en la tabla 5, refieren que la mayoría de los docentes

experimentan alegría en su vida. El 61,7% de los docentes están totalmente de acuerdo en que consideran

maravilloso vivir por todo lo que les ha pasado, mientras que el 28,3% están de acuerdo. Además, el 48,3% de los docentes están de acuerdo en que cada vez han experimentado la alegría de vivir, mientras que el 41,7% están totalmente de acuerdo.

En cuanto a las otras afirmaciones, el 51,7% de los docentes están de acuerdo en que por lo general se sienten bien en el día, mientras que el 38,3% están totalmente de acuerdo. El 48,3% de los docentes están de acuerdo en que son personas optimistas y siempre les sale bien lo que se proponen, mientras que el 45% están totalmente de acuerdo con lo mismo.

DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Toda la data ofrecida parece medir adecuadamente las declaraciones de satisfacción de las personas con su vida, en las cuatro dimensiones de la llamada felicidad. Pero la encuesta no logra interpretar adecuadamente una idea de felicidad que se desprenda de la idea de satisfacción hacia algo que la trascienda. El problema vuelve a ubicarse en el plano epistemológico planteado en epígrafes arriba: el modelo hedónico de felicidad se coloca en la realización de objetivos en la carrera, en la adquisición de habilidades y en logros materiales que representen la vida, puesto que son los aspectos medibles por vía de encuestas tradicionales. La investigación cuantitativa, quizás sin quererlo, presume con ello que de la satisfacción de objetivos de vida se deriva la realización de la persona. O bien que la acumulación de experiencias placenteras es sinónimo de felicidad. Pero esto no es sustentable desde la perspectiva eudaimónica. No existe en todo el instrumento una alternativa que permita medir la profunda cualitativa que describa la autorealización como una emoción espiritual que indique plenitud, tal como propone la noción eudaimónica de la felicidad.

Al igual que sucede con la mayor parte de investigaciones en Perú y América Latina que se han descrito, como en la misma medición de felicidad por naciones que impulsa Naciones Unidas (WHR, 2023), a los investigadores les resulta necesario borrar la conceptualización fundada en la fuente más profunda y estructural de la cultura occidental moderna, proveniente del debate tanto griego como judeo-cristiano, por una noción sucedánea y operativa, esto es, que da la ilusión narrativa de alcanzar su concepto.

De esta experiencia se desprende la dificultad de medir la noción eudaimónica de la felicidad, que es la aprendida por la misma cultura.

Se recomienda a las instituciones apuntalar todas las estrategias posibles para desarrollar el sentido positivo de la vida, y aumentar, con ello, herramientas para una cultura de la felicidad. Pero, también, se recomienda reorientar los procesos educativos hacia el debate de la trascendencia de la condición humana, la poesía, y la existencia misma, donde se anidan los secretos de la felicidad eudaimónica.

REFERENCIAS

Albújar (2020). Work happiness and organizational culture in a processing plant of hydrobiological products, Sullana, year 2019. (Thesis for degree). Cesar Vallejo University. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/48645>

Abril, E; Cubillas, M. y Domínguez, S., México. (2022). Socioeconomic factors associated with happiness and well-being in university students in Northwest Mexico. Vol. 3 No. 3 Well-being and Life Satisfaction in Education. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/KASP/article/view/6878/7128>

Aguilar, D., Medina, B., Martínez, R. (2017) Sentido de vida en madres solas. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo Morelia. Vol. 5. Num. 13. México.

Albines, J. (2021). *Felicidad en el trabajo y en América Latina*. (Título para obtención de grado de bachiller). Universidad Católica Santo Toribio De Mogrovejo.

Arce Velasco, Franz R, & Becerril Díaz, Elizabeth (2020). ¿Educación para la Felicidad? Educación entorno a la Economía de la Felicidad en Bolivia y México. *Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 20(20), 167-187. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2020000200010&lng=es&tlng=es

Ayala Martínez, J. (2010). La felicidad. Conceptos. *Revista de Investigación Graciana*, 7 (2010), 31-49. https://ruc.udc.es/dspace/bits-tream/handle/2183/17940/Conceptos_7_2010_art_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Barrera-Hernández, Laura Fernanda, Corral-Verdugo, Víctor, & Fraijo-Sing, Blanca Silvia. (2021). El futuro trascendental como determinante de las conductas sustentables y la percepción de felicidad. *CES Psicología*, 14(1), 2-15. Epub November 05, 2021. <https://doi.org/10.21615/cesp.14.1.2>

Bernal, C. (2006). *Metodología de la Investigación*. Naucalpan de Juárez: Pearson Educación.

Calixto, R. y Gurmendi, G. S. (2022). El propósito de vida y la felicidad en adultos mayores del CAM-Concepción – 2019 (Obtención de título profesional). Universidad Continental, Huancayo.

Camacho, Micaela, & Horta, Roberto. (2022). Well-being and happiness: impacts of income, wealth and employment on subjective well-being in urban settings. The case of Montevideo. *Estudios Gerenciales*, 38(163), 161-171. Epub June 22, 2022. <https://doi.org/10.18046/j.estger.2022.163.4802>

Campo Moraga, S. A. (2020). Desde la felicidad al bienestar: Una

mirada desde la psicología positiva. *Revista Reflexión e Investigación Educativa*, 3(1), 137-148. <https://doi.org/10.22320/reined.v3i1.4507>

Castro Aniyar, D. (2014) Más acá de la razón. *Utopía y Praxis Latinoamericana*. 4 (7) Maracaibo: LUZ. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/utopia/article/view/18284>

Cardoza, M; Hidalgo, L; Peña, J. Pulido, L; Torres, C. (2019). Satisfacción con la vida y satisfacción laboral

Cieza, E. (2019). *La Felicidad Y La Satisfacción Laboral En Una Institución Educativa De Chimbote Ancash*, 2019. (tesis para obtener el grado de Master). Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bits-tream/handle/20.500.12692/38162/cieza_t_e.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Chipan, R y Minga, G. (2021). Evidencias psicométricas y datos normativos de la Escala de Felicidad (EFL) en población adulta de Lima Metropolitana 2021. (Obtención de título profesional). Universidad Cesar Vallejo.

Chuquihuanga, R., Quispe, J. (2020). Resiliencia y felicidad en personas con discapacidad de la Asociación Santísima Trinidad, 2019. [Tesis, Universidad Peruana Unión]. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/3165>

Condori, I. (2022). Work happiness and organizational commitment of the nursing staff of the isolation and recovery center in Villa el Salvador, 2022. (Tesis para obtención de título de Grado) Cesar Vallejo University. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/100934>

Csikszentmihalyi, Mihaly (2008). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Editorial Harper Perennial. 336 pp.

Cuesta Moreno, O.J. (2018). La construcción de la felicidad como objeto de estudio y su posible abordaje desde el campo de la comunicación.

Revista Luciérnaga Comunicación. Facultad de Comunicación Audiovisual Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid & Facultad de Ciencias de la Comunicación - Universidad Autónoma de San Luis Potosí - México. Enero- Junio - Vol. 11, Núm. 21. Medellín, Colombia. <https://doi.org/10.33571/revistaluciernaga>

Cubas, V. (2022). Estudio de la felicidad organizacional en un instituto de enseñanza del idioma inglés en la ciudad de Piura - 2021 (Tesis para optar el título de Licenciado en Administración de Empresas). Universidad de Piura. Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales. Programa Académico de Administración de Empresas. Piura, Perú.

Damasio, A.R. (2005). En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos. Crítica, S. L., Barcelona.

Davila, R. (2021). Determinants of happiness according to undergraduate students of industrial engineering at a private university, Lima 2020. (Tesis para obtención de título de Grado). Cesar Vallejo University. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/64918>

De Dios Sanchez, R. (2019). "Educational program "We are happy" and its effect on lifestyle in students of the Educational Institution Señor de Unidad- Dos de Mayo - 2017" (Tesis para obtención de título de Master) <https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/6403/PPDV00015J81.pdf?sequence=1&isAllowed=ydejóvenes+yadultos+a+nivel+nacional>

Díaz Pincheira, Francisco Javier, & Carrasco Garcés, Moisés Esteban. (2018). Efectos del clima organizacional y los riesgos psicosociales sobre la felicidad en el trabajo. Contaduría y administración, 63(4) <https://doi.org/10.22201/fca.24488410e.2018.1142>

Domínguez Tizón, Ana Claudia (2023). Felicidad y estilos de apego en

estudiantes de Psicología de una universidad particular en Piura - 2021. (Tesis para obtención de título de grado). Universidad Privada Antenor Orrego - UPAO. https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/10436/1/REP_ANA.DOM%c3%8dNGUEZ_FELICIDAD.ESTILOS.pdf

Durón-Ramos, Maria Fernanda; García Vázquez, Fernanda Inés; Collins Tenorio, Jeny Judith; & Márquez Pérez, Paula Jetsabel (2022). Orientaciones a la felicidad: placer, compromiso y significado: Diferencias socio-demográficas. *Psicumex*, 12, e487. Epub 13 de enero de 2023. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.487>

Espíritu Salinas, N. (2021). Felicidad, pensamiento existencial y rendimiento académico en universitarios de Lima. *Scientia*, 22(22), 209-226. <https://doi.org/10.31381/scientia.v22i22.3578>

Frankl, V. E. (1984). *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. Beacon Press. UCV HACER Rev. Inv. Cult. Volumen 8, Número 1. Revista de Investigación y Cultura. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/37328>

Frankl, V. E. (2016). *Psicoterapia y humanismo*. Fondo de cultura económica. Fredrickson, B. L. (2009). *Positivity: Groundbreaking Research Reveals How to*

Embrace the Hidden Strength of Positive Emotions, Overcome Negativity, and Thrive. Crown Publishing Group.

Figuerola, C. (2023). Happiness and organizational commitment in the workers of a local government of La Libertad region (Master's degree thesis). César Vallejo University. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/111999/Figuerola_DLPCA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Flores Kanter, P., Muñoz-Navarro, R., Medrano Leonardo, L. (2018). *Concepciones de la Felicidad y su re-*

lación con el Bienestar Subjetivo: un estudio mediante Redes Semánticas Naturales. *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, vol. 24, núm. 1, pp. 115-130, 2018. Universidad de San Martín de Porres. <https://www.redalyc.org/journal/686/68656777008/html/>

Foncubierta-Rodríguez, María-José, & Sánchez-Montero, Juan-Manuel. (2019). Hacia la felicidad laboral: Atender motivaciones y eliminar «temores digitales. *RETOS. Revista de Ciencias de la Administración y Economía*, 9(18), 239- 257. <https://doi.org/10.17163/ret.n18.2019.04>

García, M. (2019). Work engagement and happiness in collaborators of a public institution in Ica. 2017. *Alas Peruanas University*. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3137652>

García, M. (2016) EMOCIONES POSITIVAS, PENSAMIENTO POSITIVO Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA

Gestión, (20 de marzo de 2023). Perú entre los países más infelices de América Latina: este es el ranking. <https://gestion.pe/peru/onu-peru-entre-los-paises-mas-infelices-de-america-latina-este-es-el-ranking-pais-mas-feliz-del-mundo-noticia/?ref=gesr>

Guevara-Sánchez, Adrián A., & Moreta-Herrera, Rodrigo. (2023). Relación de la sabiduría y la felicidad en docentes de Enseñanza Secundaria del Ecuador. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, (19), 44-56. <https://doi.org/10.37135/chk.002.19.02>

Heidegger, M. (1962). El ser y el tiempo. FCE, México.

Hernández, Ronald M., & Carranza Esteban, Renzo Felipe. (2017). Felicidad, optimismo y autorrealización en estudiantes de un programa de educación superior para adultos. *Interdisciplinaria*, 34(2), 307-325. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-70272017000200005&lng=es&tlng=es.

Jaramillo Antillón, Juan (2019). El ser humano y su búsqueda de la felicidad. *Acta Médica Costarricense*, 61(1), 4-5. Epub May 31, 2019. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-60022019000100004&lng=en&tlng=es.

Langle, A. (1998). Condiciones fundamentales para una existencia plena. Ed. Suess-gasse 10. Austria. <https://laengle.info/userfile/doc/MF--Las-4-Condicionen-Fund-Exist-Ple-na-Basel.pdf>

López, María, Picazo, Carmen, & Gamboa, Juan Pablo. (2020). Análisis de la felicidad durante el tiempo libre: el papel de la conducta prosocial y material. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 16(2), 233-244. Epub July 01, 2020. <https://doi.org/10.15332/22563067.6291>

López-Walle, Jeanette; Tristán, José, Tomás, Inés; Gallegos-Guajardo, Julia; Gongora, Elias & Hernández-Pozo, M del Rocío. (2020). Estrés percibido y felicidad auténtica a través del nivel de actividad física en jóvenes universitarios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(2), 265-275.

Malluk Marengo, Ana Lorena (2018). Felicidad organizacional: mediación entre la valoración del empleado y la productividad. Una mirada a su gestión en el sector estatal. *Anagramas -Rumbos y sentidos de la comunicación-*, 17(33), 215-250. <https://doi.org/10.22395/angr.v17n33a10>

Margot, J. P. (2007). La Felicidad. *Revista Praxis Filosófica*. Nueva serie, No. 25, Julio-Diciembre 2007: 55-79. <https://www.redalyc.org/pdf/2090/209014642004.pdf>

Castro Martinez, A. (2021). Internal communication and its relationship with happiness at work within organizations. The Spanish case. At the University of Malaga (Spain) (Tesis doctoral) <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=288780>

Martínez, E. y Castellanos, C. (2013). Percepción de sentido de vida en universitarios colombianos. *P s i c o - l ó g i c o*, 11(1), 71-82. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-89612013000100005&script=sci_arttext

Méndez, A. (2020). Gestión de personas para propiciar la felicidad laboral, en la empresa Arenera Jaén, de Piura, año 2019. (tesis para obtención de grado). Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/42825>

Paez, M. A. (2008). Influencia de los años de condena en el sentido de vida de mujeres reclusas (Tesis de licenciatura). Universidad Pontificia Bolivariana. Bucaramanga. https://repositorio.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/148/digital_15724.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pareja Pérez, Lourdes Basilia, Barbachán Ruales, Enrique Alejandro & Sánchez Aguirre, Flor de María. (2019). Felicidad y comportamiento prosocial en estudiantes de educación de una universidad pública. *Conrado*, 15(70), 183-192. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000500183&lng=es&tlng=es.

Pulido Acosta, Federico & Herrera Clavero, Francisco (2018). Predictors of Happiness and Emotional Intelligence in Secondary Education. *Colombia Journal of Psychology*, 27(1), 71-84. <https://doi.org/10.15446/rcp.v27n1.62705>

Ramírez-García, C., Perea, J. G.-Á. de., & Junco, J. G.-D. (2019). La felicidad en el trabajo: validación de una escala de medida. *Revista De Administração De Empresas*, 59(5), 327-340. <https://doi.org/10.1590/S0034-759020190503>

Risold, P., Thompson, R. y Swanson, L. (1997). The structural organization of connections

between hypothalamus and cerebral cortex. *Brain Res Brain Res*, 197-254. DOI: 10.1016/s0165-0173(97)00007-6.

Rodriguez, C. (2022). Niveles de felicidad y percepción del sentimiento de amor en un grupo de estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. (Tesis para licenciatura). Facultad de Teología Pontificia y Civil de Lima Escuela Profesional de Psicología <http://repositorio.ftpcl.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12850/747/RODRIGUEZ%20LEON%2c%20CECILIA%20-%20LICENCIADO.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Rojas-Solís, J. L., Méndez-Rizo, J. y Oyarzábal-Jiménez, M. L. C. (2022). Felicidad en estudiantes universitarios de América Latina: Una revisión sistemática (Happiness in Latin America college students: A systematic review). *Psicumex*, 12 (1), 1-25.

Rodríguez, W. (2020). Programa de biodanza "Acompañamiento biocéntrico" para mejorar la felicidad de los docentes de una institución educativa de Lima, 2019. (Tesis para obtención de grado de maestría). Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/107406>

Rojas-Solís, José Luis, Méndez-Rizo, Julián, & Oyarzábal-Jiménez, María Laura Cristina. (2022). Felicidad en estudiantes universitarios de América Latina: Una revisión sistemática. *Psicumex*, 12, e463. Epub 13 de enero de 2023. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.463>

Rosales, N. (2018) Bienestar psicológico y calidad de vida. Universidad Rafael Landívar (Tesis de Grado). Guatemala.

Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. Vintage Books.

Sierra, A. (2019). La felicidad reside en nuestro cerebro. Ediciones Lander Rea <https://ifelicidad.es/ana-sierra-la-felicidad-resi->

de-en-nuestro-cerebro/

Steger, M. F. (2012). Making meaning in life. *Psychological Inquiry*, 23(4), 381-385.

Torres-Flórez, D., Castañeda, Y., & Salgado Cifuentes, W. F. (2023). Aspectos de la felicidad laboral en profesores universitarios: Universidad de los Llanos, Colombia. *Praxis*, 19(2). <https://doi.org/10.21676/23897856.4717>

Vargas Pacosonco, Kleiber Rosendo & Callata Gallegos, Zaida Esther (2021). La felicidad en tiempos de pandemia y educación virtual: un estudio en universitarios del Altiplano. *Comuni@cción*, 12(2), 111-119. <https://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.12.2.493>

Venhoven, R. (2016). El principio de la mayor felicidad. La felicidad como un objetivo de la política pública. Editores David Gomez-Alvarez y Victor Ortiz Ortega. *Políticas Y Bienestar subjetivo*. Ediciones Culturales Paidós, Guadalajara, Jalisco, Mexico. <https://personal.eur.nl/veenhoven/Pub2010s/2016h-fulls.pdf>

Vera, S. (2019). Felicidad y satisfacción laboral de los colaboradores del Centro de Salud Mental Comunitario "Renacer", Otuzco-2019. (Tesis para obtención de grado de maestría). Universidad Cesar Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37864/vera_a_s.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vilchez, F. (2019). Funcionamiento Familiar y Felicidad en Adolescentes de las Instituciones. (Tesis para obtención de título profesional). Educativas Públicas de la Ugel Norte. Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/8541>

Villanueva Kuong, Leslie E., Arias Gallegos, Walter L., Ugarte Concha, Angel R., Esquivel Delgado, Augusto, & Barreda Parra, Ayme. (2022). Felici-

dad y variables socioeconómicas en Arequipa (Perú). *Revista de análisis*

Helliwell, J., Huang, H., Norton, M., Wang, S. & Goff, L. (2023). Statistical Appendix for "World happiness, trust and social connections in times of crisis," Chapter 2

of World Happiness Report 2023. March 13. <https://worldhappiness.report/ed/2023/world-happiness-trust-and-social-connections-in-times-of-crisis/>

Kolakowsky, L. (1969). *Tratado sobre la Mortalidad de la Razón*. Monte Avila Editores. Caracas.

Weinberg, Noaj (2024). El secreto de la felicidad. Aish Latino. <https://aishlatino.com/48419877/#:~:text=El%20juda%C3%ADsmo%20dice%3A%20La%20felicidad,sentir%20la%20alegr%C3%ADa%20sin%20l%C3%ADmites.>

WHR (2023). World Happiness Report 2023. WHR. <https://worldhappiness.report/about/>

Zubieta, Elena Mercedes; Fernández, Omar Daniel; Bombelli, Juan Ignacio & Mele, Silvia Viviana (2011). El bienestar eudaimónico, la soledad social emocional y la importancia de la confianza y las redes. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII. Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-052/667.pdf>