



2. Niveles de felicidad: una comparación entre la comunidad de la Escuela de Educación de una universidad privada en Colombia

2. Levels of happiness: a comparison among the community of the School of Education of a private university in Colombia

Adney Satty Ramírez Rincón ⁵

Resumen

La experiencia académica, bien sea como un momento de formación, o parte de la vida laboral, gracias a las exigencias del mundo actual, es un contexto que brinda diferentes circunstancias que, así como en diferentes esferas de la situación socioeconómica y cultural actual, deja de lado aspectos importantes de la existencia vital como la salud mental, la experiencia de bienestar y la búsqueda de felicidad. Por esto, se planteó un ejercicio investigativo que estableció los niveles de felicidad en los miembros de la comunidad educativa de la facultad de educación de una universidad privada de Bogotá, encontrando que los puntajes más altos en docentes, personas mayores de treinta años y casados, reflexionando finalmente, estrategias de fortalecimiento emocional que incrementen estos niveles.

Palabras Clave: Emociones, bienestar subjetivo, felicidad.

⁵ adneyramirez@ustadistancia.edu.co





Abstract

The academic experience, either as a moment of training, or as part of working life, thanks to the demands of today's world, is a context that provides different circumstances that, as well as in different spheres of the current socioeconomic and cultural situation, leaves aside important aspects of vital existence such as mental health, the experience of well-being and the search for happiness. For this reason, a research exercise was proposed to establish the levels of happiness in the members of the educational community of the faculty of education of a private university in Bogota, finding that the highest scores in teachers, people over thirty years old and married people, finally reflecting on strategies of emotional strengthening that increase these levels.

Key Words. Emotions, subjective wellbeing, happiness.



Introducción

Las emociones, como parte de los elementos del repertorio biológico que permite la sana relación entre la experiencia vital y el contexto, hacen parte del día a día y por esto tienen un impacto importante en la vida, el bienestar y la salud mental, por lo que resulta esencial afrontarlas de forma exitosa (Acosta y Clavero, 2018). Sin embargo, la exigencia y empeño que requiere la consecución de objetivos en la aceleración del mundo actual ha dejado aspectos importantes de la salud y bienestar fuera del eje de lo prioritario en el vivir de las personas.

Por esto, la gestión adecuada de las emociones es uno de los principales elementos de la promoción de la salud mental, teniendo en cuenta que todos los seres humanos atraviesan distintos estados emocionales de manera constante a lo largo de la experiencia vital y que implican la tendencia a actuar (Goleman, 2018), por lo tanto, interviene la relación entre los individuos y su contexto de manera recíproca, de ahí que a diario se experimenten la tristeza, la felicidad, el miedo, el amor, la ira, y otras, influyendo así, tanto el contexto interno, como el externo del individuo.

Por lo tanto, la experimentación adecuada de cada una de estas, promueve el bienestar y la consolidación de un propósito vital a pesar de las adversidades del diario vivir y de igual manera, la experimentación inadecuada de alguna de estas conlleva a consecuencias fatales, por lo que el control sobre lo que se siente y lo que se hace con lo que se siente a través de diferentes habilidades y recursos se ha vuelto un tema de estudio a fin de promoverlas desde la mejor evidencia posible, logrando así la promoción del bienestar y la preponderancia de experiencias emocionales positivas como la felicidad.

Esta, entendida como un estado prolongado de satisfacción que se genera desde la interacción adecuada del individuo con su contexto interno y externo, estimulando efectos y retroalimentaciones positivas en diferentes aspectos de la experiencia vital promoviendo la autorrealización tanto a nivel individual, como contextual, transformándose así, en una meta personal (Pulido y Herrera, 2018; Alarcón, 2015), inclusive, Cutler y Dalai Lama (2017) y Del Pilar (2015), aseguran la felicidad como propósito final de la existencia humana, pues brinda creatividad, resiliencia, flexibilidad, empatía, compasión y cariño.

De ahí que los estudios sobre este estado emocional inferan que esta puede ser aprendido, desarrollado y enseñado, por lo que la felicidad en si misma, y su manera de aumentarla ha resuelto ser de los objetivos de investigación más comunes dentro de la salud mental de diferentes tipos de población. Caballero y Sánchez (2018), exponen la importancia de estos dentro de la población universitaria teniendo en cuenta la cantidad de estresores con los que se convive durante este proceso, no solo la consecución de los objetivos académicos, y todo lo que esto implica, que se encuentra implícitamente, también procesos de otras esferas como el establecimiento de relaciones interpersonales y la demostración de habilidades.

Por eso, y teniendo en cuenta cómo la felicidad ha demostrado ser predictora del desarrollo de un proceso educativo exitoso y posteriormente, una vida laboral destacada, se planteó un estudio que determine los niveles de felicidad entre la comunidad educativa que hace parte de la escuela de Educación de una Universidad de carácter privado en la ciudad de Bogotá, desde el análisis de diferentes variables sociodemográficas como el género, el rango de edad, la situación socioeconómica y el estado civil con el fin de establecer los niveles de felicidad y buscar alternativas para su incremento.





Metodología

A partir de lo planteado, la presente investigación se enmarca en un tipo de estudio no experimental, cuantitativa, de corte transversal, lo que implica, el estudio de las variables en el propio contexto sin manipulación alguna, en donde la información y los métodos de análisis de esta, son estadísticos recolectados en un único momento (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014); para así identificar los niveles de felicidad presentados por los miembros de la comunidad educativa de Escuela de Educación en una universidad privada en Colombia.

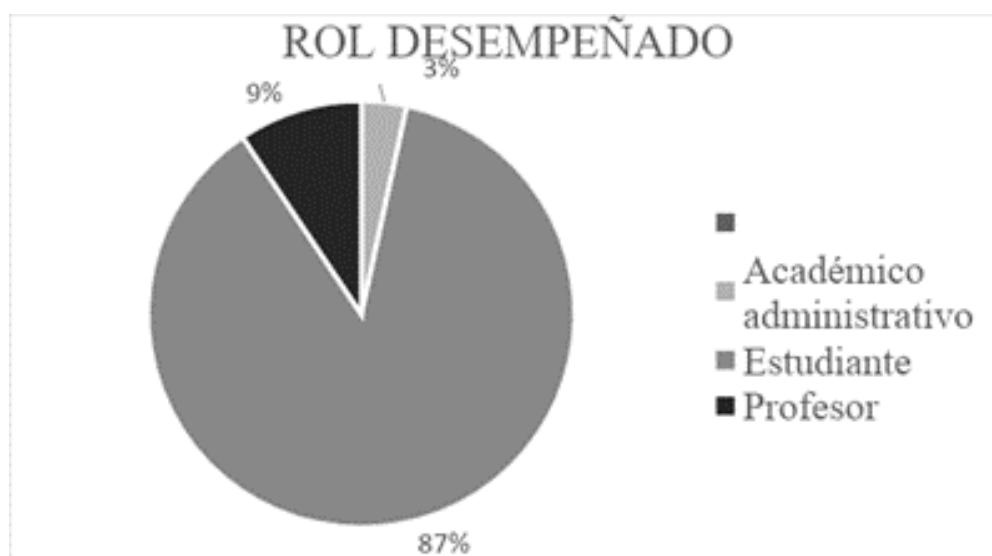
Así pues, la muestra se compone de 234 participantes entre estudiantes, docentes y académicos administrativos de la facultad de educación de una universidad privada en Bogotá que oferta tres programas de pregrado y uno de posgrado. Su oferta en pregrado incluye la licenciatura en básica primaria, licenciatura bilingüe y licenciatura en educación infantil, mientras que el programa posgradual es una Maestría en Educación desde y para las diversidades.

Se aplicará el cuestionario escala de Felicidad para adultos (Moyano, Dinamarca, Mendoza y Palomo, 2018) conformado por 21 ítems. Este instrumento presenta altos índices de confiabilidad.

Resultados

La muestra se compuso por 234 miembros de la comunidad educativa de una universidad de carácter privado ubicada en la ciudad de Bogotá. Poco más del 87% de esta se compone de estudiantes, mientras del restante, 22 personas se desempeñan como docentes y 8 hacen parte del área académica administrativa (Ver Gráfica 1).

Gráfico 1. Diagrama de torta representando la agrupación de datos según el rol dentro de la comunidad educativa.



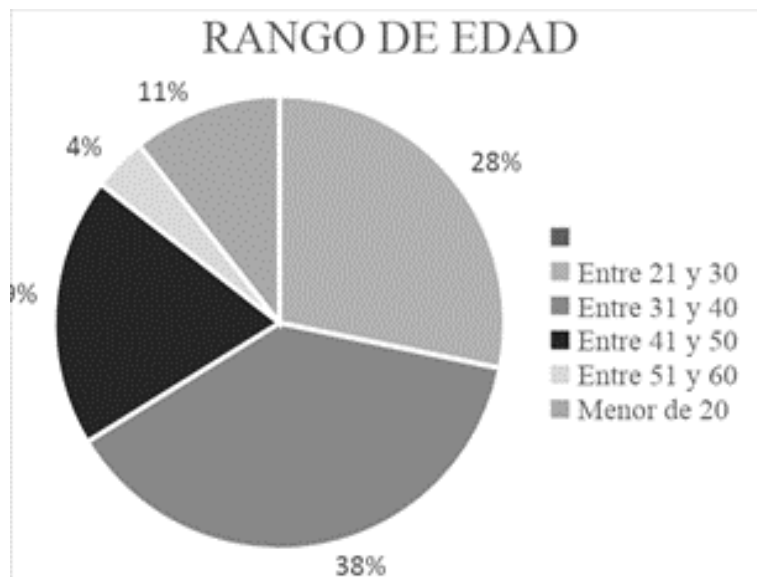


Respecto al género, la tabla 1 expone que casi el 89% de la muestra fue compuesto por mujeres. Tal como se evidencia en el gráfico 2, poco menos del 40% de los participantes, se encuentran por debajo de los treinta, mientras que, de la muestra total, la mayoría de la muestra corresponde a personas entre los 31 y 40 años, el 38%.

Tabla 1. Frecuencia Genero

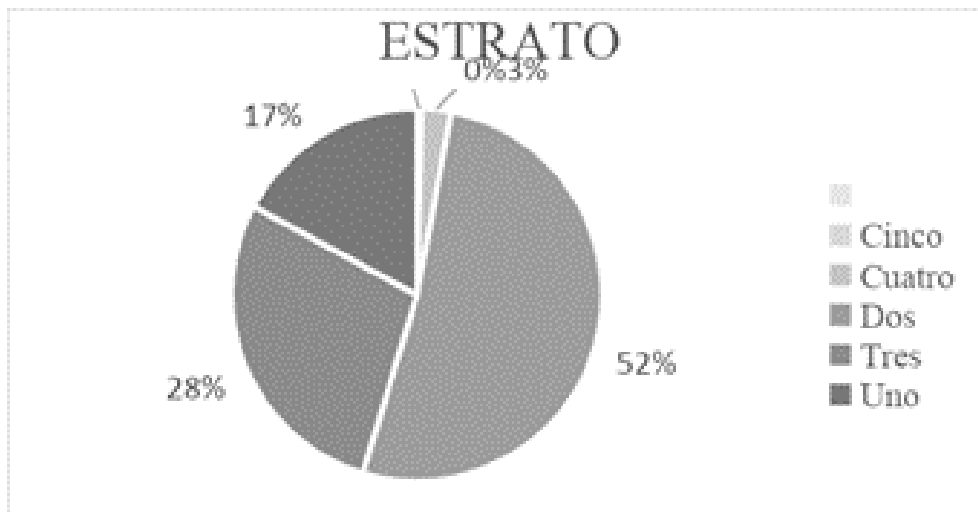
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Femenino	208	88,9	88,9	88,9
	Masculino	26	11,1	11,1	100,0
	Total	234	100,0	100,0	

Gráfico 2. Diagrama de torta representando la agrupación de datos según el rango de edad reportado.



En cuanto al estrato socioeconómico, casi el 80% de la población se encuentra entre el estrato dos y tres (Ver gráfica 3).

Gráfico 3. Diagrama de torta representando la agrupación de datos según el estrato sociodemográfico reportado.



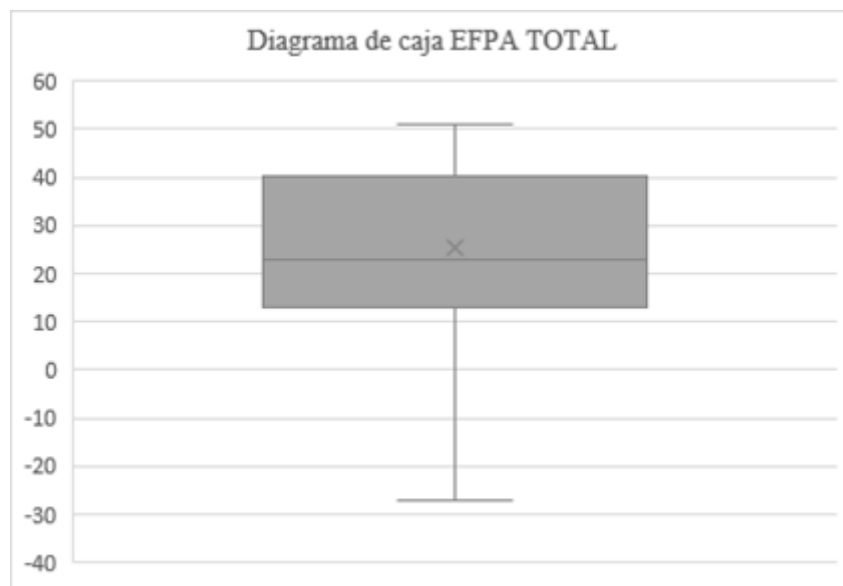
A nivel general, los resultados de la Escala de Felicidad para Adultos, el instrumento que permitió establecer los niveles de esta, demuestran puntuaciones medias teniendo en cuenta que la media de los puntajes fue 25,43 aun cuando el máximo estadístico demostrado es 51; sin embargo, al evidenciar que la desviación de los puntajes obtenidos en la EFPA con respecto a la media es de 16, en promedio (Ver tabla 2), se entiende que los datos se encuentran dispersos y en adición, encontrar una asimetría negativa, lo que permite asegurar que los puntajes obtenidos en la EFPA se dispersan hacia debajo de la media como se puede observar en el gráfico No. 4.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos.

	N Estadístico	Mínimo Estadístico	Máximo Estadístico	Media Estadístico	Desv. Estadístico	Asimetría		Curtosis	
						Estadístico	Desv. Error	Estadístico	Desv. Error
TOTAL	234	-27	51	25,43	16,033	-,106	,159	-,628	,317
N válido (por lista)	234								



Gráfico 4. Diagrama de cajas representando el puntaje obtenido por los participantes en la EFPA.



Ahora bien, para analizar los datos desde las diferentes variables sociodemográficas indagadas, se realizó la agrupación por cuartiles de los puntajes arrojados por los participantes además de las herramientas de estadística descriptiva, así pues, partiendo en el género, tanto la población femenina como la masculina se agruparon en los últimos dos cuartiles (ver tabla 3).

Tabla 3. Puntajes de EFPA agrupadas en cuartiles dentro de la categoría de género.

		1	2	3	4	TOTAL
Genero	Femenin o	1	41	91	75	208
	Masculin o	1	5	10	10	26
Total		2	46	101	85	234

Así pues, el gráfico No 5 evidencia similitud entre los puntajes de la muestra femenina y la masculina. Como la tabla 4 lo indica, ambas medias son cercanas a 25. Sin embargo, así como la varianza general, en ambos grupos esta indica una dispersión considerable, en los dos grupos la curtosis indica poca concentración cercana a la media. De hecho, si bien en ambos grupos los puntajes negativos correspondientes a la asimetría indican que los datos están tendiendo a ser inferiores a la media, en el caso del grupo masculino, el alto puntaje indica que, en este grupo los puntajes son tendientes a ser aún más inferiores.



Gráfico 5. Diagrama de cajas representando el puntaje obtenido por los participantes en la EFPA agrupado según el género reportado.

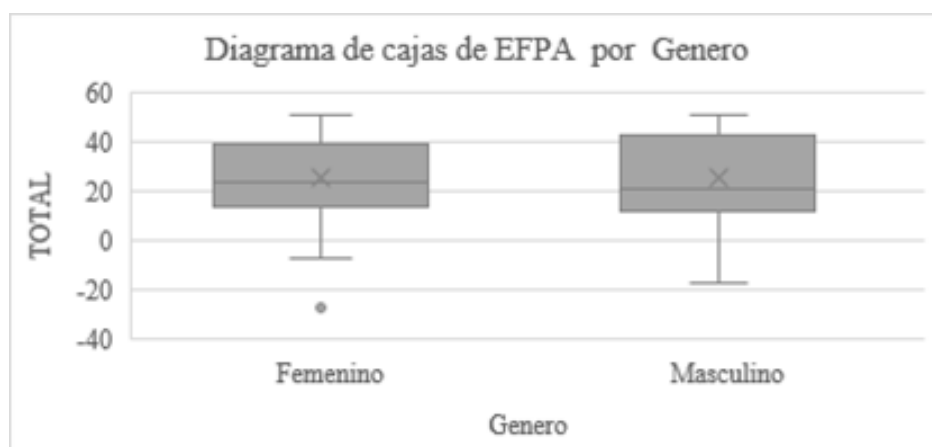


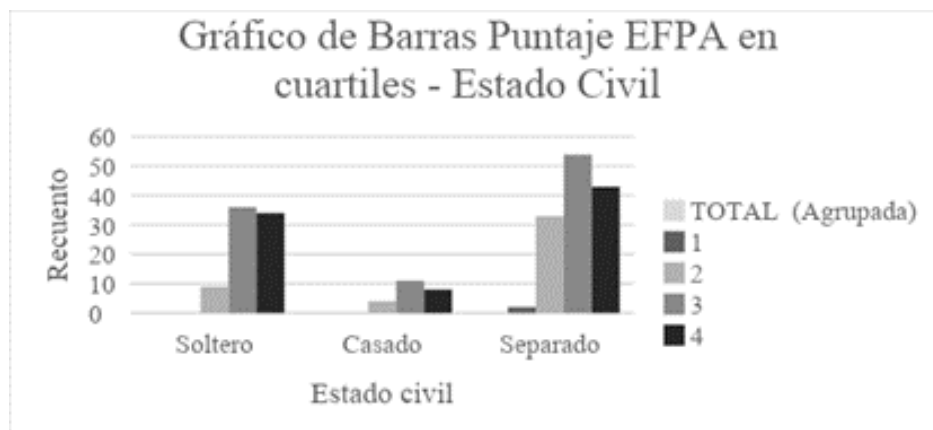
Tabla 4. Estadísticos descriptivos agrupados según el género.

Genero	Medi a	N	Desv .	Mí n	Má x	Varianza	Curtos is	Asimetría	Rang o
Femeni no	25,4 3	20 8	15,7 84	-27	51	249,136	-,642	-,076	78
Masculi no	25,3 8	26	18,2 43	-17	51	332,806	-,555	-,279	68
Total	25,4 3	23 4	16,0 33	-27	51	257,044	-,628	-,106	78

Desde las categorías correspondientes al estado civil, se pudo evidenciar que los cuartiles inferiores fueron más recurrentes en los solteros que en los casados y los separados (ver gráfico 6), de los tres grupos, el que tuvo la media más alta, con casi 29, fue el grupo de los participantes que reportaron ser casados.



Gráfico 6. Diagrama de barras representando el puntaje obtenido por los participantes en la EFPA agrupado en cuartiles según el estado civil.



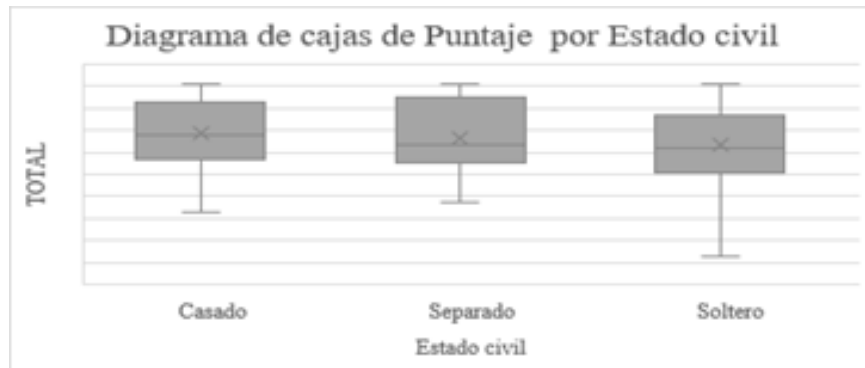
Sin embargo, en los tres grupos se evidenció que los datos tienen una varianza significativa, en todos, hay baja concentración de los datos cercano a la media y en el grupo de los casados y los solteros, los datos son tendientes a ser inferiores, mientras que, en el grupo de los participantes separados, la asimetría indica, que los puntajes son tendientes a ser mayores a la media (Ver tabla 5). El grupo de datos que presentó un rango más amplio es el correspondiente a los solteros, en donde el mínimo fue -27 y el máximo 51, mientras que en los otros grupos el mínimo no llegó a -10 como se puede observar en el gráfico 7. Cabe mencionar la posibilidad de que esto se deba a la cantidad de datos correspondientes a la categoría de solteros toda vez que es en la que más se agrupa la muestra.

Tabla 5. Estadísticos descriptivos agrupados según el estado civil.

Estado civil	Mediana	N	Desv. .	Mín. n.	Máx. x.	Varianza	Curto sis	Asimetría	Rango
Casado	28,87	79	14,951	-7	51	223,522	-1,057	-,092	58
Separado	26,00	23	16,774	-3	51	281,364	-1,292	,172	54
Soltero	23,27	132	16,276	-27	51	264,914	-,408	-,110	78
Total	25,43	234	16,033	-27	51	257,044	-,628	-,106	78



Gráfico 7. Diagrama de cajas representando el puntaje obtenido por los participantes en la EFPA agrupado según el estado civil reportado.



Respecto a la edad, el análisis por cuartiles indicó que los cuartiles inferiores fueron más frecuentes en personas menores a 40, aunque en total, en el cuartil más bajo solo se ubicaron dos participantes, uno entre los 21 y 30 años y otro entre los 41 y 50 (Ver tabla 6), esto también se evidencia en la amplitud del rango de los distintos grupos, teniendo lo anterior en cuenta, en estos grupos el rango fue más amplio, que en las otras categorías. Respecto a la media, en la tabla 8 se evidencia que las más altas correspondieron a los grupos con personas mayores a 40, aunque los datos de dispersión indican que el grupo de participantes mayores a los 50 años tiene una dispersión más alta que el resto de las categorías. Sin embargo, aunque el único grupo que indica tener los datos más concentrados en la media, los puntajes de participantes entre los 41 y 50, así como los participantes mayores a 50, los puntajes son tendientes a dispersarse debajo de la media en contraste con los participantes agrupados en los rangos de edad inferiores a los 40, en donde, aunque los grupos tienen poca concentración cerca a la media, tienden a dispersarse sobre ella (Ver gráfico 8).

Tabla 6. Puntajes de EFPA agrupadas en cuartiles dentro de la categoría de rango de edad.

		TOTAL (Agrupada)				Total
		1	2	3	4	
Rango de edad	Entre 21 y 30	1	15	29	21	66
	Entre 31 y 40	0	16	36	37	89
	Entre 41 y 50	1	4	21	19	45
	Entre 51 y 60	0	1	4	4	9
	Menor de 20	0	10	11	4	25
Total		2	46	101	85	234



Gráfico 8. Diagrama de cajas de puntajes de EFPA agrupados en el rango de edad

Rango de edad	Mediana	N	Desv.	Mín.	Máx.	Varianza	Curto sis	Asimetría	Rango
Entre 21 y 30	23,85	66	15,017	-17	51	225,515	-,342	,017	68
Entre 31 y 40	26,98	89	15,777	-3	51	248,909	-1,341	,043	54
Entre 41 y 50	28,58	45	17,213	-27	51	296,295	1,000	-,808	78
Entre 51 y 60	28,00	9	18,228	-3	51	332,250	-,943	-,230	54
Menor de 20	17,48	25	14,677	-7	47	215,427	-,598	,305	54
Total	25,43	234	16,033	-27	51	257,044	-,628	-,106	78

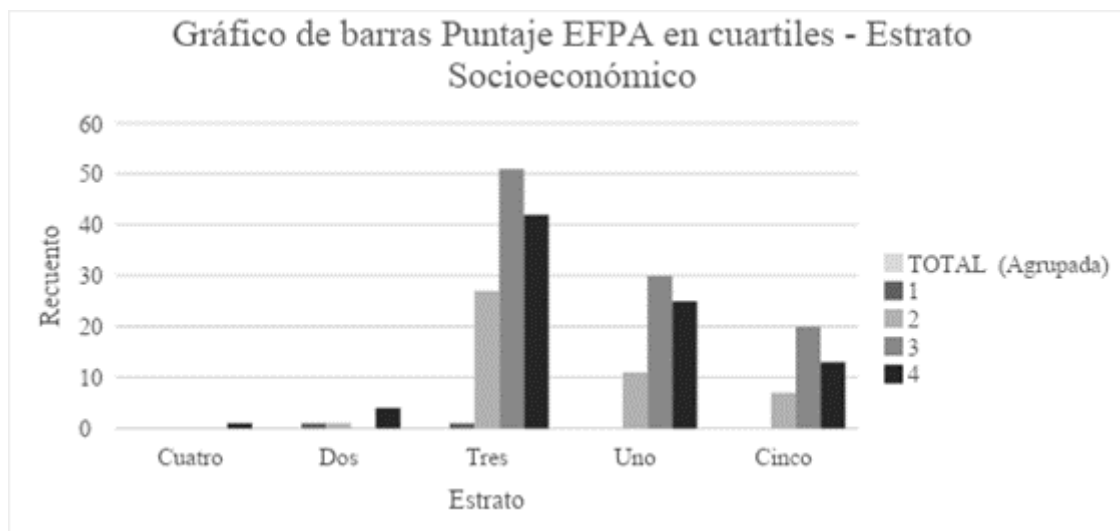
Tabla 7. Estadísticos descriptivos agrupados según el rango de edad.

Rango de edad	Mediana	N	Desv.	Mín.	Máx.	Varianza	Curto sis	Asimetría	Rango
Entre 21 y 30	23,85	66	15,017	-17	51	225,515	-,342	,017	68
Entre 31 y 40	26,98	89	15,777	-3	51	248,909	-1,341	,043	54
Entre 41 y 50	28,58	45	17,213	-27	51	296,295	1,000	-,808	78
Entre 51 y 60	28,00	9	18,228	-3	51	332,250	-,943	-,230	54
Menor de 20	17,48	25	14,677	-7	47	215,427	-,598	,305	54
Total	25,43	234	16,033	-27	51	257,044	-,628	-,106	78

Desde el estrato socioeconómico, de los 48 participantes que se encuentran en los cuartiles más bajos, 7 reportaron pertenecer al estrato socioeconómico 1, 28 al estrato 2, 11 al estrato 3 y 2 al estrato 4; mientras que 67 del total de la muestra que reportó pertenecer al estrato 2 y 3 se ubican en el cuartil más alto (Ver gráfica 9).



Gráfico 9. Diagrama de barras representando el puntaje obtenido por los participantes en la EFPA agrupado en cuartiles según el estrato.



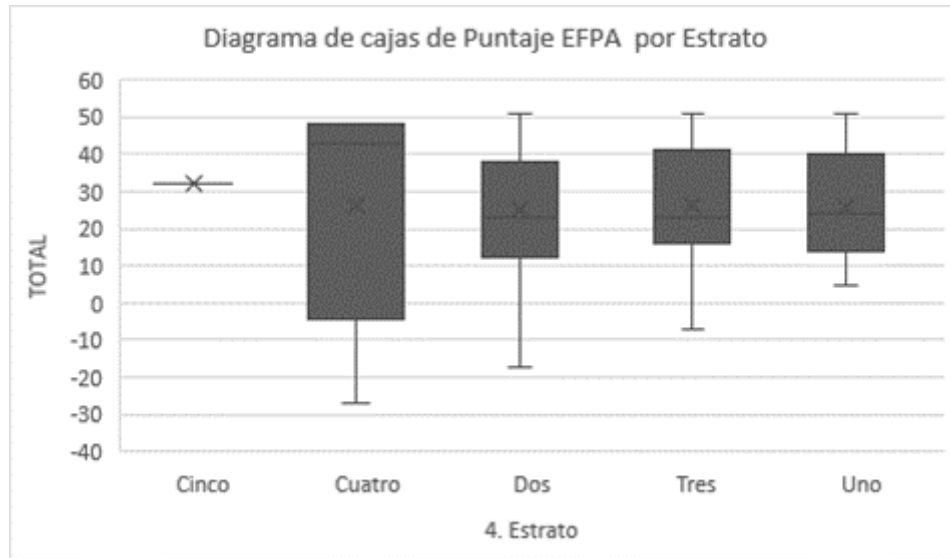
La media más alta entre los grupos fue la correspondiente al estrato cinco, reportado por un único participante. Como se evidencia en la tabla 8, los estratos tres y cuatro arrojaron la segunda y tercera media correspondientemente, sin embargo, en el estrato cuatro se evidencia el rango más amplio de todos los grupos, siendo este grupo el único con un mínimo de -27, 10 puntos sobre el estrato dos y 20 sobre el estrato tres. Lo mismo se evidencia en las medidas de dispersión, el estrato cuatro arrojaron la desviación y la varianza más altas, por lo que se evidencia que en este grupo los datos son muy dispersos y la diferencia de estos con la media es considerable; razón de lo anterior puede ser que únicamente el 3% hace parte de este grupo. A partir de la curtosis, se evidencia que en todos los grupos hay poca concentración de los datos cerca a la media, sin embargo, en los estratos uno y dos, se muestra que los valores son tendientes a ser superiores a la media, contrario a los estratos tres y cuatro (ver gráfica 10).

Tabla 8. Estadísticos descriptivos agrupados según estrato socioeconómico.

Estrato	Media	N	Desv .	Mín.	Máx.	Varianza	Curto sis	Asimetría	Ra ng o
Cinco	32,00	1	.	32	32	.	.	.	0
Cuatro	26,33	6	31,252	-27	48	976,667	,342	-1,325	75
Dos	24,94	121	16,021	-17	51	256,688	-,808	,016	68
Tres	26,05	66	15,518	-7	51	240,813	-1,006	-,084	58
Uno	25,58	40	14,719	5	51	216,661	-1,207	,378	46
Total	25,43	234	16,033	-27	51	257,044	-,628	-,106	78



Gráfico 10. Diagrama de cajas de puntajes EFPA agrupados en el estrato socioeconómico.



Tal como se mencionó en diferentes ocasiones, es necesario tener en cuenta la concentración de los datos en algunas categorías para revisar las conclusiones de este análisis, entre las cuales se establece, a nivel general, que los puntajes obtenidos en la EFPA muestran niveles de felicidad medios en la comunidad educativa de una universidad privada de Colombia, resultado concordante con la variación del índice de felicidad en el país, que disminuyó de 6,260 en 2018 a 5,781 en 2022 (datosmacro.com, s.f.).

En el presente estudio se evidenció que no hubo mucha diferencia entre los puntajes obtenidos en la Escala de Felicidad de los hombres y de las mujeres, frente a lo cual, estudios anteriores concluyeron lo mismo (Vera-Villarroel, et. al., 2012), aunque, Abril Valdez, Cubillas Rodríguez, Domínguez Ibáñez, Román Pérez, R. y Córdova Moreno (2022), gracias al uso del Índice de Felicidad de Pemberton (PHI) para medir la felicidad desde la percepción del bienestar, mostraron que aunque en el bienestar general los puntajes fueron mayores en las mujeres, los hombres tuvieron puntuaciones ligeramente mayores en otras categorías como el bienestar psicológico, subjetivo y significativamente más altas en el bienestar experimen-

tado y social, a partir de la libertad percibida para satisfacer sus necesidades sociales.

Respecto a las categorías correspondientes al estado civil, se evidenció un ligero incremento en los puntajes obtenidos por los participantes que reportaron ser casados sobre aquellos que reportaron ser solteros o separados, de la misma manera en la que diferentes estudios empíricos y teóricos expresan la relación entre relaciones estables y la felicidad (Poveda Bermúdez, 2015); dentro de los resultados obtenidos por Pozos Gutiérrez y compañía (2013), se destaca que si bien tanto para solteros como para casados el amor es importante para sentirse felices, los solteros reportaron necesitarlo más, lo que los autores relacionan con la necesidad de una relación estable y duradera, tanto como la seguridad de tenerla.

Por el contrario, se encontró la tendencia a puntajes más altos en personas mayores, con respecto los puntajes obtenidos por los participantes menores a 40 años, tal como encontraron Castilla, Caycho y Ventura-León (2016), quienes usando la Escala de la Felicidad de Lima (EFL) realizada por Alarcón (2006, citado en Castilla, Caycho y Ventura-León, 2016) evi-





denciaron puntajes superiores en los grupos de mayor edad. Opuesto a lo encontrado por González-Quiñones y Restrepo Chavarriaga (2018) quienes encontraron relación entre la felicidad y las redes de apoyo, en donde aseguran que a medida que las personas tienen redes de apoyo más amplias y fuertes, como en la niñez y la juventud, son más felices, mientras que en edades superiores a los 45, cuando ya estas redes tienden a ser más pequeñas, las personas reportan menores niveles de felicidad.

Además, dentro de la muestra se evidenció tendencia a obtener puntajes más altos del instrumento, en personas pertenecientes al estrato 4 y 5, resultados consistentes con diversos estudios que encuentran relación directa entre el bienestar y la felicidad con el estrato socioeconómico o nivel de ingresos, especialmente en países de la región iberoamericana (Vera-Villarroel, et.al., 2012; Kanheman & Deaton, 2010; Camacho y Horta, 2022); de hecho, Botello Peñaloza y Guerrero Rincón (2021), en su intento de comprobar la paradoja de Easterlin, aquella que plantea la relación entre el ingreso y el bienestar subjetivo en Colombia, encontrando que, si bien es una variable fundamental, se torna secundaria en relación a otras como la seguridad, la salud y el trabajo.

Inclusive, gracias a Gerstenblüth, Melgar y Rossi (2013), se puede aseverar que ciertas características macroeconómicas, afectan el nivel de felicidad de los individuos, toda vez que los autores encontraron que vivir en un país con cualidades como un mayor índice de desarrollo humano, mayor producto per capita y menor proporción de personas por debajo de la línea de pobreza, incrementa los niveles de felicidad, y en el mismo sentido, vivir en países con problemas de inequidad, altos niveles de pobreza, mendicidad, violencia y criminalidad, disminuye la felicidad.

Conclusiones

Dentro de los objetivos planteados para este ejercicio investigativo, se estableció la comparación de los niveles de felicidad entre los miembros de la comunidad educativa de la facultad de educación en una universidad de Bogotá, Colombia; donde se pudo evidenciar que quienes arrojaron mayor puntaje fueron los participantes casados, pertenecientes a estratos altos y dentro de un rango de edad superior a los 30 años.

Ahora bien, disciplinas emergentes se han centrado en investigar con rigor científico el bienestar y las cualidades, fortalezas y virtudes humanas teniendo en cuenta también, el dolor y el sufrimiento como factores inevitables de la vida a fin de prevenir o reducir la incidencia de patologías del estado mental y emocional, en especial, la psicología positiva (Muñoz Arroyave, Cardona Arango, Restrepo-Ochoa y Calvo, 2022). Esta, según los autores, busca ofrecer un cuerpo de conocimiento en torno a los diferentes componentes para una experiencia vital saludable y plena, incluyendo los problemas y/o situaciones desagradables y de enfermedad, brindando una visión holística de la vida.

Desde esta perspectiva, el bienestar físico y mental no recae únicamente en elementos contextuales, biomédicos o comportamentales, Sánchez Robayo, García Gómez, Gómez Díaz, Gómez Sánchez y Delgado Gómez (2016), exponen los cuatro elementos que los teóricos han considerado como básicos para lograr el buen funcionamiento vital, los que incluyen experiencias subjetivas positivas como la felicidad, rasgos individuales positivos, relaciones interpersonales positivas e instituciones positivas, como los entornos educativos; en este sentido, la psicología positiva busca el incremento de experiencias positivas, hacer uso de los recursos individuales y tener un





propósito vital, por eso, interviene mayormente fortaleciendo los recursos y desarrollando nuevos, que permitan vivencias saludables y satisfactorias Park, Peterson y Sun (2013).

Entonces, teniendo en cuenta la importancia del bienestar emocional en la comunidad educativa y la vulnerabilidad en contextos estresantes dentro de la experiencia académica. Además, de tener en cuenta que a nivel general, los puntajes que la muestra obtuvo en la Escala de Felicidad para Adultos, EFPA, pueden ser más altos; partiendo desde la salud y la psicología positiva se plantea el incremento y/o desarrollo de ciertas habilidades vitales que permitirán a la comunidad encontrar el equilibrio entre las vivencias positivas y negativas, la prevención de la prevalencia de patologías o psicopatologías y en últimas, la obtención de bienestar (Millán De Lange, García-Álvarez y D'Aubeterre López, 2014; Benito y Rivera Rivera, 2019).

Por esto, se plantea un protocolo de incremento en recursos personales positivos, como estrategia de fortalecimiento emocional, dentro de la facultad de educación dentro de la cual se realizó el presente ejercicio investigativo, a través del conocimiento de fortalezas y recursos con los que cuentan los miembros de la comunidad educativa, desarrollando y fortaleciendo actitudes relativas a la gratitud y el humor, así como la promoción de la atención plena en los miembros de la comunidad educativa.



Referencias

- Abril Valdez, E., Cubillas Rodríguez, M. J., Domínguez Ibáñez, S. E., Román Pérez, R. y Córdova Moreno, M. A. (2022). Rol de género y percepción de bienestar y felicidad en universitarios del noroeste de México. *Nova Scientia*, 14(28), 1-18. doi.org/10.21640/ns.v14i28.2983
- Acosta, F. P., & Clavero, F. H. (2018). Relaciones entre felicidad, inteligencia emocional y factores sociodemográficos en secundaria. *Anuario de Psicología*, 48(1), 34-42. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0066512618300102>
- Alarcón, R. (2015). La idea de la felicidad. *Apuntes de Ciencia & Sociedad*, 5(1), 2. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5168773>
- Benito, E., Rivera Rivera, P. (2019) El cultivo de la autoconciencia y el bienestar emocional en los profesionales que trabajan con el sufrimiento. *Revista de Investigación y Educación en Ciencias de la Salud*, 4(51), 77- 93.
- Botello-Peñaloza, H.-A., & Guerrero-Rincón, I. (2021). Ingresos y felicidad: paradoja de Easterlin en Colombia. *Ánfora*, 28(50), 275–294. <https://doi-org.ezproxy.unal.edu.co/10.30854/anf.v28.n50.2021.696>
- Caballero García, P. Ángeles, & Sánchez Ruiz, S. (2018). La felicidad en estudiantes universitarios. ¿Existen diferencias según género, edad o elección de estudios? *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(3), 1–18. <https://doi.org/10.6018/reifop.21.3.336721>
- Camacho, M. & Horta, R. (2022). Bienestar y felicidad: impactos del ingreso, la riqueza y el empleo en el bienestar subjetivo en el ámbito urbano. El caso de Montevideo. *Estudios Gerenciales*, 38(163), 161–171. <https://doi-org.ezproxy.unal.edu.co/10.18046/j.estger.2022.163.4802>
- Castilla, H., Caycho, T., & Ventura-León, J. L. (2016). Diferencias de la felicidad según sexo y edad en universitarios peruanos. *Actualidades en Psicología*, 30(121), 25–37. <https://doi.org/10.15517/ap.v30i121.24366>



Cutler, H., & Dalái Lama. (2017). *El arte de felicidad*. Bogotá D.C., Colombia: Debolsillo.

Datosmacro.com. (s. f.). *Colombia - Índice Mundial de la Felicidad 2022*. <https://datosmacro.expansion.com/demografia/indice-felicidad/colombia>

Del Pilar Rojas, T. (2015). Felicidad en jóvenes miembros de la Soka Gakkai Internacional de Lima. *Persona*, 018, 105-121. Recuperado de <http://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/501>

Gerstenblüth, M., Melgar, N., & Rossi, M. (2013). Ingreso y desigualdad: ¿Cómo afectan a la felicidad en América Latina?. *Cuadernos de Economía*, 32(59), 165–180. Recuperado a partir de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/ceconomia/article/view/38349>

Goleman, D. (2018). *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*. México. D.F.: No Ficción.

González-Quiñones, J. C., & Restrepo-Chavarriaga, G. (2010). Prevalencia de felicidad en ciclos vitales y relación con redes de apoyo en población colombiana. *Revista de Salud Pública*, 12(2), 228–238. <https://doi.org/10.1590/S0124-00642010000200006>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, M.P. (2014) *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.

Kanheman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but no emotional well being. *Proceedings of The National Academy of Sciences*. PNAS Early Edition, 1-5.

Millán De Lange, A. C., García-Álvarez, D. D. J., y D'Aubeterre López, M. E. (2014). Efecto de la Inteligencia Emocional y Flujo en el Trabajo Sobre Estresores y Bienestar Psicológico: Análisis de Ruta en Docentes. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(1), 207–228. <https://doi.org/10.15446/rcp.v23n1.37676>

Moyano Díaz, E., Dinamarca, D., Mendoza-Llanos, R., y Palomo-Vélez, G. (2018). Escala de Felicidad para Adultos (EFPA). *Terapia psicológica*, 36(1), 37-49. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-48082017000300033>

Muñoz Arroyave, Cardona, D., Restrepo-Ochoa, D.A., & Calvo, A.C. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *Rev. CES Psico*, 15(2), 151-168. <https://dx.doi.org/10.21615/cesp.5275>

Park, N., Peterson, C., y Sun, J. K. (2013) *La Psicología Positiva: Investigación y Aplicaciones*. *Terapia Psicológica*, 31(1), 11-19. Recuperado de: <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v31n1/art02.pdf>





- Gutiérrez, J. L. P., Aragón, S. R., Martínez, L. M. R., Núñez, B. I. V., & Parra, M. S. L. (2013). Felicidad general y felicidad en la pareja: diferencias por sexo y estado civil. *Enseñanza e investigación en psicología*, 18(1), 69-84.
- Poveda Bermúdez, Ó. M. (2015). Felicidad en américa latina; algunos determinantes socioeconómicos. *Revista de Antropología y Sociología: Virajes*, 17(1), 253-273. Recuperado a partir de <https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/virajes/article/view/1363>
- Pulido, F., & Herrera, F. (2018). Predictores de la Felicidad y la inteligencia emocional en la educación secundaria. *Revista Colombiana de Psicología*, 27(1), 71-84. Doi: <http://dx.doi.org/10.15446/rcp.v27n1.62705>
- Sánchez Robayo, P. H., García Gómez, M., Gómez Díaz, M., Gómez Sánchez, R., & Delgado Gómez, M. S. (2016). *Bienestar Emocional*. Madrid: Editorial Dykinson.
- Vera-Villaruel, P., Celis-Atenas, K., Pavez, P., Lillo, S., Bello, F., Díaz, N., & López, W. (2012). Dinero, edad y felicidad: Asociación del bienestar subjetivo y variables sociodemográficas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(2), 155-163.