

FELICIDAD Y BIENESTAR SUBJETIVO: FACTORES DETERMINANTES

HAPPINESS AND SUBJECTIVE WELL-BEING: DETERMINANT FACTORS

ÁLVARO CARRILLO PUNINA

Universidad de las Fuerzas Armadas
Correo electrónico: apcarrillo@espe.edu.ec

SANDRA GALARZA TORRES

Universidad de las Fuerzas Armadas
Correo electrónico: spgalarza@espe.edu.ec

NELSON GARCÍA OSORIO

Universidad Tecnológica Equinoccial
Correo electrónico: nelsone.garcia@ute.edu.ec

FECHA DE RECEPCIÓN: 05/05/2016

FECHA DE ACEPTACIÓN: 05/06/2016

RESUMEN

Los estudios sobre felicidad y bienestar son abordados con mucho interés por investigadores y gobiernos, bajo la premisa que las personas felices generan organizaciones y naciones felices. Así, el objetivo del presente trabajo es identificar los factores determinantes de la felicidad y el bienestar subjetivo del individuo. Para el efecto, se revisan 51 documentos teóricos y empíricos. Del estudio se presenta un cuadro que describe los factores determinantes de la felicidad y el bienestar subjetivo agrupados de acuerdo con la clasificación de García-Martín (2002). Del mismo modo, se expone otro cuadro con los factores determinantes de la felicidad y el bienestar subjetivo que se relacionan con las necesidades de Maslow (1943). En ambos casos se utiliza la técnica de comparación de patrones. Los resultados indican que existen factores determinantes de la felicidad y el bienestar subjetivo, tanto internos del individuo como aquellos que provienen del entorno donde este se desenvuelve.

Palabras clave: Felicidad; bienestar; bienestar subjetivo; factores; necesidades.

ABSTRACT

The studies on happiness and well-being are addressed with much interest by academic researchers and Governments, under the premise that happy people generates happy Nations and organizations. Thus, the objective of the present study is to identify the determinant factors of happiness and the subjective well-being of the individual. For this purpose, we reviewed 51 theoretical and empirical papers. The study presents a picture that describes the determinant factors of happiness and subjective well-being grouped according to the classification of Garcia-Martin (2002). In the same way, it presents another picture with the determinant factors of happiness and subjective well-being that relates to the needs of Maslow (1943). In both cases, the pattern matching technique is used. The results indicate that there are determinant factors of happiness and subjective well-being, both inmates of the individual as those that come from the environment where this unfolds.

Keywords: Happiness; welfare; subjective well-being; factors; needs.

1. Introducción

Investigaciones sobre la felicidad se incrementan en los últimos años (Kahneman y Krueger, 2006 y Frey y Stutzer, 2006) ya que, el nivel de satisfacción o bienestar subjetivo del individuo incide en su conducta frente a cualquier situación (Clark y Shields, 2007). El ser humano al vivir una experiencia de felicidad se siente motivado, valioso, visionario y persistente para alcanzar metas personales y empresariales (Sánchez y Méndez, 2011). Es así que, el bienestar se presenta como un objetivo deseable para las personas (Escalante, 2016), considerando sus experiencias y expectativas frente a una serie de factores (Frey y Stutzer, 2006) que por lo general son demográficos y psicosociales (Krueger y Schkade, 2008).

Por ende, el objetivo de este trabajo es identificar los factores determinantes de la felicidad y bienestar subjetivo del individuo mediante la revisión de estudios empíricos y teóricos. Se desarrolla un primer apartado que describe el marco teórico y los estudios empíricos. El segundo epígrafe hace referencia a la metodología. En el tercer apartado se presentan los factores determinantes. Por último se exponen las conclusiones.

2. Marco teórico

2.1. Felicidad y bienestar

A finales del siglo XX aparece el interés por el estudio de la felicidad y el bienestar, como influencia del legado de Aristóteles, Platón y Confucio sobre la vida buena, el cuidado del alma y la vida virtuosa, y debido a la influencia de culturas espirituales de oriente y occidente (Vielma y Alonso, 2010). Precisamente, la felicidad es considerada como el producto de las emociones y sensaciones positivas que desarrollan un estado de bienestar en las personas y que se expresa como alegría y agrado (Ojeda, 2011).

Cuando somos más felices estamos dispuestos a brindar ayuda a otros (Myers, 2000), así, las personas que se encuentran satisfechas con su vida

demuestran satisfacción en el trabajo y en su vida (Luthans, 2002) y, la felicidad se traduce en el bienestar subjetivo o la sensación manifiesta de la alegría de vivir (Mihaly, 1996). Así, la felicidad es una aptitud que forma parte del estado de ánimo (Bar-On, 2000). Según Manucci (2016) la calidad de vida de las personas determina sus condiciones de bienestar. Es así que, el nivel de adaptación que tiene una empresa con su entorno se traslada al bienestar de sus miembros (Zamarrón, 2006).

La definición de los términos de felicidad, bienestar, bienestar subjetivo, satisfacción y calidad de vida son utilizados por algunos autores con el mismo significado (Díaz, Portela y Neira, 2011). Por lo general, se considera que la integración de los conceptos de bienestar subjetivo y bienestar psicosocial son elementos del constructo de la felicidad (Escalante, 2016). Sin embargo, Gasper (2004) manifiesta que el concepto de bienestar tiene ambigüedades y se lo debe “tratar como una noción general” (p.7).

Por su parte, Diener y Lucas (1999) definen el bienestar como la noción global de la satisfacción con la propia vida, la presencia de sentimientos positivos y ausencia de pensamientos negativos. El bienestar individual se relaciona directamente con la calidad de vida laboral (Davis y Newstrom, 2003) y puede ser subjetivo o *hedónico* y psicosocial o *eudaimónico* (Diener, 1994 y Shmotkin, 1990). En consecuencia, la felicidad y el bienestar son inseparables, actúan como motivadores internos y pueden convertirse en la misma meta (Seligman, 2002). Por tanto, son conceptos intercambiables entre sí y pueden medirse a base de otros factores (Layard, 2005 y Dickes y Klein, 2011)

2.2. Bienestar subjetivo

El bienestar subjetivo es el grado en que las personas expresan, por medio de pensamientos y afectos, si están a gusto con el tipo de vida que llevan (Veenhoven, 1994). La felicidad y el bienestar subjetivo son el resultado de la satisfacción que tiene el individuo con el cumplimiento de sus metas (Palys y Little, 1983). El bienestar sub-

jetivo se define como el resultado de la evaluación general que la persona realiza sobre su situación emocional actual y su satisfacción con la vida, tomando en cuenta sus logros y objetivos deseados (García, 2007). Para las teorías contemporáneas la felicidad y el bienestar subjetivo representan la brecha que existe entre lo deseado y lo alcanzado (Markus y Nurius, 1986).

De igual manera, el bienestar subjetivo se conceptúa como los juicios mentales que los individuos realizan sobre su situación afectiva positiva o negativa con la vida, de acuerdo con sus experiencias (Organization for Economic Cooperation and Development OECD, 2013). En consecuencia, el bienestar subjetivo asocia a la felicidad como experiencia y actitud (Alexandrova, 2005), entonces, a medida que aumenta el bienestar subjetivo y la felicidad se incrementan la creatividad, las relaciones interpersonales, el estado de ánimo y la salud (Carr, 2007).

2.3. Bienestar psicosocial

El bienestar psicosocial resulta de la percepción que tienen las personas sobre el logro de metas en la vida y de su satisfacción con lo que realizan, han realizado y podrían realizar, es decir, la percepción sobre el sentido de la vida y su proyección futura (Salotti, 2006). El bienestar psicológico es una virtud permanente de lucha por lograr la excelencia individual (Ryff, 1989). De este modo, el bienestar subjetivo está asociado con las emociones de corto plazo, el sentirse bien y ser feliz, mientras que, el bienestar *eudaimónico* se relaciona con la satisfacción de sentirse realizado en la vida y con las metas personales (Engelbrecht, 2009).

2.4. Factores determinantes del bienestar subjetivo

Según García-Martín (2002) la salud y variables sociodemográficas, características individuales, variables comportamentales y acontecimientos vitales influyen en el bienestar subjetivo de las personas. El autor agrupa los factores que tienen relación con el bienestar subjetivo en salud, va-

riables socio-demográficas, características individuales, variables comportamentales y, acontecimientos vitales.

Según Cummins (1996) la calidad de vida o bienestar subjetivo se encuentra asociado con salud, bienestar material, productividad, intimidad, seguridad, comunidad y bienestar emocional. Primero, se tiene que, la satisfacción con la vida depende de la satisfacción de la persona con la familia, el trabajo, la salud, el entretenimiento y sus ingresos (Bharadwaj y Wilkening, 1977). Luego, Diener, Suh, Lucas y Smith (1999) identifican los componentes del bienestar subjetivo en afecto positivo, afecto negativo, satisfacción con la vida y dominios de satisfacción.

En la teoría de las discrepancias múltiples se sustenta que el bienestar subjetivo está en función lineal con 1) lo que la persona tiene hoy y lo que tienen otros, 2) lo que esperaba tener hoy y en el futuro y, 3) lo que necesita o cree merecer, dimensiones influenciadas por las variables de sexo, educación, ingresos y sociedad (Michalos, 1985). El bienestar subjetivo, de acuerdo con la OECD (2013) está compuesto por tres elementos: la evaluación reflexiva de la vida de la persona, el afecto y la *edudaimonía* o propósito de vida.

Cummins, Eckersley, Pallant y Darven (2002) señalan que en gran parte de estudios el bienestar subjetivo se define como la calidad de vida. De este modo, darle un sentido a la vida a través de los propósitos futuros incrementa el bienestar en las personas (Frankl, 2011), es decir, la felicidad sentida (Sen, 1998). En la misma línea, el Programa de Desarrollo de las Naciones Unidas elabora el índice de desarrollo humano en base al concepto de felicidad sentida e incluye el ingreso, la educación y la esperanza de vida (Organización de Naciones Unidas, 1991), considerando que, el desarrollo sostenible en las organizaciones depende de factores económicos y de la felicidad (Posada y Aguilar, 2012).

2.4.1. Estudios empíricos

En la investigación realizada por Wright y Croppanzano (2004) acerca de la relación entre

felicidad y psicología del bienestar se determina que, a mayor grado de felicidad y emoción de los trabajadores, mayor es la incidencia entre la satisfacción laboral, la implementación y los resultados organizacionales. El estudio desarrollado en Culiacán identifica los factores de la calidad de vida que inciden en el bienestar de las personas: grado de satisfacción local, apoyo social, capacidad subjetiva, capacidad objetiva que involucra las variables de ingresos y educación y satisfacción con la salud (Watanabe y Yasuko, 2005).

El análisis de la felicidad de Fowler y Christakis (2008) concluye que la felicidad se transmite de persona a persona dentro de una red social. Por lo que, en la organización la felicidad de un trabajador puede producir una reacción en cadena de felicidad sobre los demás. Ahn y Mochón (2010) establecen que la felicidad del individuo aumenta por la incidencia de la renta, salud, empleo, experiencias positivas, optimismo, progreso económico, confianza en otros, confianza en las instituciones y ética.

El ingreso y el capital social son dos factores determinantes del bienestar subjetivo según Díaz, Portela y Neira (2011). Así también, en el informe de felicidad y bienestar subjetivo de las naciones desarrollado por OECD (2013) se establecen como predictores a las variables: PIB, esperanza de una vida sana al nacer, apoyo social, generosidad con otros, libertad para tomar decisiones, percepción sobre la corrupción, afectos positivos y, afectos negativos (Helliwell, Layard y Sachs, 2017).

El estudio de Ureña, Barrantes y Solís (2014) determina como factores determinantes del bienestar psicológico, espiritualidad en el trabajo y percepción de la salud al propósito de vida, autoaceptación, funcionamiento social, significado del trabajo, vida interior y condiciones comunitarias. Finalmente, Peiró et al. (2015) demuestran que la felicidad no se relaciona con la productividad.

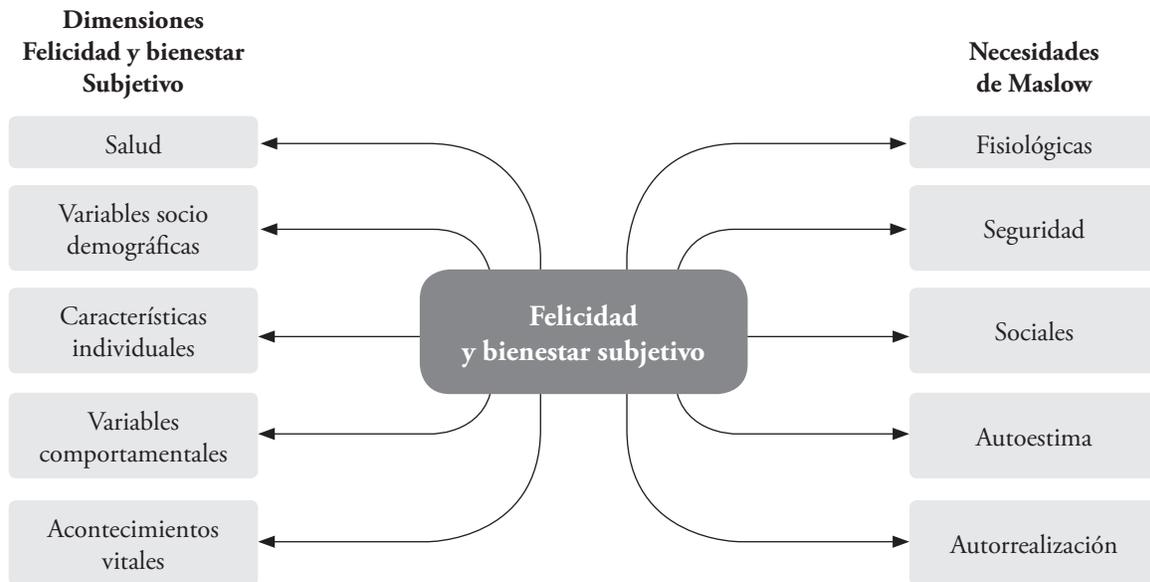
3. Metodología

El presente trabajo comprende la revisión literaria de 51 documentos teóricos y empíricos obtenidos de las bases digitales *Redalyc*, *Dialnet*, *Scielo*, *Proquest* y *JStor* sobre el tema felicidad y bienestar subjetivo. Se presentan los estudios identificados en orden cronológico para una vez analizados describir en un cuadro los factores determinantes de la felicidad y bienestar subjetivo de acuerdo con García-Martín (2002): salud, variables socio-demográficas, características individuales, variables comportamentales y acontecimientos vitales. Del mismo modo, se elabora un cuadro que describe los factores determinantes de la felicidad y bienestar subjetivo que se relacionan con la clasificación de las necesidades de Maslow (1943). Se utiliza la técnica de estudio de comparación de patrones *pattern matching*.

4. Resultados

Como se puede observar en la Figura No.1 se presenta una relación entre la felicidad y las dimensiones y entre la felicidad y las necesidades.

FIGURA NO. 1: FELICIDAD Y BIENESTAR SUBJETIVO: DIMENSIONES Y NECESIDADES DE MASLOW



Fuente: Elaboración propia

4.1. Felicidad y bienestar subjetivo: factores determinantes

En el Cuadro No. 1 se describen las dimensiones establecidas por García-Martín (2002) donde se identifican cinco dimensiones básicas con los factores determinantes.

CUADRO NO. 1: FELICIDAD Y BIENESTAR SUBJETIVO: FACTORES DETERMINANTES

Dimensiones García-Martín (2002)	Factores	Autores
Salud	1) Salud y, 2) salud pública	Bharadwaj y Wilkening (1977); Cummins (1996); Davis y Newstrom (2003); Watanabe y Yasuko (2005); Carr (2007); Fowler y Christakis (2008); Ahn y Mochón (2010); Ureña, Barrantes y Solís (2014)
Variables socio-demográficas	1) Edad, 2) género, 3) estado civil, 4) educación, 5) ingresos, 6) desarrollo sostenible y, 7) variables económicas	Bharadwaj y Wilkening (1977); Michalos (1985); Organización de Naciones Unidas (1991); Watanabe y Yasuko (2005); Ahn y Mochón (2010); Díaz, Portela y Neira (2011); Posada y Aguilar (2012); OCDE (2013); Ureña, Barrantes y Solís (2014)
Características individuales	1) Bienestar: material, emocional y ecológico, 2) capacidad subjetiva en: cultura, ética, confianza en otras personas e instituciones y, 3) capital social	Cummins (1996); Sen (1998); Watanabe y Yasuko (2005); Ahn y Mochón (2010); Díaz, Portela y Neira (2011); Agner (2011); OCDE (2013)

Variables comportamentales	1) Satisfacción de la persona con: familia, trabajo, entretenimiento, gobierno y apoyo social y, 2) productividad y resultados organizacionales	Bharadwaj y Wilkening (1977); Cummins (1996); Diener, Suh, Lucas y Smith (1999); Cummins, Eckersley, Pallant y Darven (2002); Wright y Croppanzano (2004); Watanabe y Yasuko (2005); Fowler y Christakis (2008); Ahn y Mochón (2010); Díaz, Portela y Neira (2011); Frankl (2011); OCDE (2013); Ureña, Barrantes y Solís (2014)
Acontecimientos vitales	1) Intimidad, 2) seguridad, 3) comunidad, 4) afecto positivo y negativo, 5) propósito de vida y, 6) calidad de vida.	Michalos (1985); Cummins (1996); Sen (1998); Diener, Suh, Lucas y Smith (1999); Bar-on (2000); Cummins, Eckersley, Pallant y Darven (2002); Ahn y Mochón (2010); Díaz, Portela y Neira (2011); Frankl (2011); OCDE (2013); Ureña, Barrantes y Solís (2014); Manucci (2016)

Fuente: Elaboración propia

4.2. Factores determinantes de la felicidad y el bienestar subjetivo en el marco de las motivaciones de Maslow

Desde el enfoque de la teoría de motivación de Maslow (1943) se observa que los factores identificados que inciden en la felicidad y bienestar subjetivo, se los puede agrupar en cinco tipos de necesidades: fisiológicas, de seguridad, sociales, autoestima y autorrealización (Santrock, 2002). Así, el estado de felicidad, en niveles de bienestar alto o bajo, puede presentarse en cualquier etapa

de la vida de los seres humanos, ya sea, buscando o satisfaciendo necesidades.

Entonces, el bienestar puede actuar como motivador interno para lograr una meta (Seligman, 2002). En el Cuadro No. 2 se clasifican los factores determinantes de la felicidad y bienestar subjetivo de acuerdo con las necesidades de Maslow, tomando en cuenta, además que cada factor puede convertirse en un indicador del bienestar y la felicidad como bien señalan Layard (2005) y Dickes y Klein (2011).

CUADRO NO. 2: FACTORES DETERMINANTES DE LA FELICIDAD Y EL BIENESTAR SUBJETIVO EN EL MARCO DE LAS MOTIVACIONES DE MASLOW

Necesidades de Maslow (1943)	Factores	Autores
Fisiológicas	1) Salud y, 2) Intimidad	Bharadwaj y Wilkening (1977); Cummins (1996); Davis y Newstrom (2003); Watanabe y Yasuko (2005); Carr (2007); Fowler y Christakis (2008); Ahn y Mochón (2010); Ureña, Barrantes y Solís (2014); Cummins (1996)
Seguridad	1) Capacidad subjetiva en: cultura, ética, confianza en otras personas e instituciones, 2) capital social, 3) satisfacción de la persona con: trabajo, gobierno, 4) ingresos y, 5) educación	Watanabe y Yasuko, 2005. Ahn y Mochón (2010); Díaz, Portela y Neira (2011); Bharadwaj y Wilkening (1977); Michalos (1985); Watanabe y Yasuko (2005); Davis y Newstrom (2003) y Organización de Naciones Unidas (1991)

Sociales	1) Satisfacción de la persona con: familia, entretenimiento, y apoyo social y, 2) comunidad	Bharadwaj y Wilkening (1977); Cummins (1996); Diener, Suh, Lucas y Smith (1999); Cummins, Eckersley, Pallant y Darven (2002); Wright y Croppanzano (2004); Watanabe y Yasuko (2005); Fowler y Christakis (2008); Ahn y Mochón (2010); Díaz, Portela y Neira (2011); Frankl (2011); OCDE (2013); Ureña, Barrantes y Solís (2014)
Autoestima	1) Productividad y, 2) bienestar: material, emocional y ecológico	Cummins (1996); Sen (1998); Watanabe y Yasuko (2005); Ahn y Mochón (2010); Díaz, Portela y Neira (2011); Agner (2011); OCDE (2013); Frankl (2011); Ureña, Barrantes y Solís (2014)
Autorrealización	1) Afecto positivo y negativo, 2) propósito de vida y, 3) calidad de vida	Diener, Suh, Lucas y Smith (1999); Agner (2011); OCDE (2013); Manucci (2016)

Fuente: Elaboración propia

5. Conclusiones

En el presente estudio se identifican los factores determinantes de la felicidad: salud, edad, género, estado civil, educación, ingresos, desarrollo sostenible, factores económicos, bienestar material, bienestar emocional y bienestar ecológico, capacidad subjetiva, satisfacción de la persona, productividad y resultados organizacionales, intimidad, seguridad, comunidad, afecto positivo y negativo, propósito y calidad de vida. Los factores determinantes de la felicidad se asocian con la estructura jerárquica de las necesidades de Maslow, en razón de que la felicidad se puede lograr por la satisfacción de necesidades o el establecimiento

de las mismas como propósitos de vida, sin importar un orden jerárquico.

De igual manera, el bienestar se puede definir como la expresión de la felicidad que tiene la persona de acuerdo con el nivel de satisfacción de necesidades que ha alcanzado. Es decir, la satisfacción plena de las necesidades llevan a los individuos a la felicidad y a mantener un cierto estado de bienestar. Se concluye que los factores determinantes de la felicidad y el bienestar subjetivo hacen que exista una asociación entre necesidades-felicidad-dimensiones de felicidad. Por lo que, se recomienda la realización de investigaciones que asocien estos aspectos con variables económicas.

6. Referencias bibliográficas

- Agner, E. (2011). The evolution of eupathics: The historical roots of subjective measures of wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 1 (1), 4-41.
- Ahn, N., y Mochón, F. (2010). La felicidad de los españoles: factores explicativos. *Revista de Economía Aplicada*, XVIII (54), 5-31.
- Alexandrova, A. (2005). Subjective well-being and Kahneman's 'objective happiness'. *Journal of Happiness Studies*, 6 (3), 301-324.
- Bar-On, R. (2000). *The Handbook of Emotional Intelligence*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Bharadwaj, L., y Wilkening, E. (1977). The Prediction of Perceived Well-Being. *Social Indicators Research* (4), 421-439.
- Carr, A. (2007). *Psicología Positiva. La Ciencia de la Felicidad* (40). Barcelona: Revista Latinoamericana de Psicología.
- Clark, A. P., y Shields, M. (2007). Relative income, happiness and utility: An explanation for the Easterlin paradox and other puzzles. *IZA Discussion Paper* (2840), 1-65.
- Centro de Investigaciones Sociológicas. (3 de mayo de 2017). Obtenido de http://www.cis.es/cis/opencm/ES/11_barometros/index.jsp
- Cummins, R. (1996). The Domains of Life Satisfaction: An Attempt to Order Chaos. *Social Indicators Research* (38), 303-328.
- Cummins, R., Eckersley, R., Pallant, J. y Davern, M. (2002). *Australian Unity Well-being Index, Survey 3: Report 1*. Australia: Australian Centre on Quality of Life. Deakin University.
- Davis, K., y Newstrom, J. (2003). *Comportamiento humano en el trabajo*. México: Mc Graw Hill. Interamericana.
- Díaz, R., Portela, M., y Neira, I. (2011). Bienestar y felicidad: relación con la renta y el capital social en países europeos. *Revista Galega de Economía*, 20, 1-29.
- Dickes, P., y Klein, C. (2011). *Satisfaction in Life Conditions and Well-Being*. Luxembourg: CEPS/INSTEAD.
- Diener, E. (1994). El bienestar subjetivo. *Intervención Psicosocial* (3), 67-113.
- Diener, E., y Lucas, R. E. (1999). *Personality and subjective well-being*. New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., y Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.
- Engelbrecht, H. (2009). Natural Capital, Subjective Well-Being, and the New Welfare Economics of Sustainability: Some Evidence from Cross-Country Regressions. *Ecological Economics*, 69 (2), 380-388.
- Escalante-Gómez, E. (2016). Nota sobre el concepto de Bienestar o Felicidad y los Sucesos de vida: una aproximación a partir de hallazgos teóricos y empíricos. *Panorama*, 10 (19), 1-14.
- Fowler, J. H., y Christakis, N. A. (2008). Dynamic spread of happiness in a large social network: longitudinal analysis over 20 years in the Framingham Heart study. *British Medical Journal*, 337-338.
- Frankl, V. (2011). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Grupo Planeta.
- Frey, B., y Stutzer, A. (2006). *Economics and Psychology: Developments and Issues. Economics and Psychology. A promising new Cross-disciplinary field*, CES ifo Seminar Series, 3-16.

- García-Martín, M. Á. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de Psicología* (6), 18-39.
- Gasper, D. (2004). *Human Well-Being: Concepts and Conceptualization*. Helsinki: United Nations University: World Institute for Development Economics Research (WIDER).
- Helliwell, J., Layard, R., y Sachs, J. (2017). *World happiness report 2017*. New York: Associate Editors: Jan-Emmanuel De Neve, Haifang Huang and Shun Wang.
- Kahneman, D., y Krueger, A. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic Perspectives*, 20 (1), 3-24.
- Krueger, A. B., y Schkade, D. (2008). The Reliability of Subjective Well-being Measures. *Journal of Public Economics*, 92 (8), 1833-1845.
- Layard, R. (2005). *La felicidad. Lecciones aprendidas de una nueva ciencia. (Traducción de V. Gordo del Rey y M. Ramírez)*. México: Taurus Pensamiento.
- Luthans, F. (2002). Positive organizational behaviour: developing and managing psychological strengths. *Academy of Management Executive*, 16 (3), 57-72.
- Manucci, M. (2016). *Competitividad Emocional*. Buenos Aires: Ediciones B Argentina SA.
- Markus, H., y Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist* (41), 954-969.
- Maslow, A. H. (1943). A preface to motivation theory. *Psychosomatic Med* (5), 85-92.
- Michalos, A. (1985). Multiple discrepancies theory (MDT) [Introducción a la Teoría de las Discrepancias Múltiples]. *Social Indicators Research* (16), 347-413.
- Mihaly, C. (1996). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and Innovation*. New York: Harper Collins.
- Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55 (1), 56-67.
- Organization for Economic Cooperation and Development OECD. (2013). *OECD guidelines for measuring subjective well-being*. París: OECD Publishing.
- Ojeda, A. (2011). El Bienestar Subjetivo como Resultado de la Apreciación ¿Qué tan Felices Somos? *Psicología Iberoamericana*, 19 (2), 5-8.
- Organización de Naciones Unidas. (1991). *Informe sobre desarrollo humano*. Madrid: Mundi Prensa.
- Palys, T., y Little, B. (1983). Perceived life satisfaction and the organization of personal projects systems. *Journal of Personality and Social Psychology* (44), 1221-1230.
- Peiró, J., Tordera, N., Lorente, L., Rodríguez, I., Ayala, Y., y Latorre, F. (2015). Bienestar sostenible en el trabajo. Conceptualización, antecedentes y retos. *PSIENCIA. REVISTA LATINOAMERICANA DE CIENCIA PSICOLÓGICA*, 7 (1), 133-135.
- Posada, R., y Aguilar, O. (2012). La felicidad como elemento del desarrollo sostenible desde la organización. *Revista del Centro de Investigación*, 10 (37), 83-94.
- Ruiz, R., y Vargas, I. (2010). Tratamiento metodológico del concepto desarrollo sostenible en el curriculum del Ingeniero Metalúrgico. *Desarrollo Local Sostenible-Red Académica Iberoamericana Local Global*, 1-15.
- Ryff, C. (1989). Scale of Psychological Well-being. The structure of Psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology* (69), 719-727.
- Salotti, P. (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*. Barcelona: Tea Ediciones.

- Sánchez, R., y Méndez, R. (2011). Elementos mediadores de la felicidad y el bienestar subjetivo en hombres y mujeres. *REVISTA COSTARRICENSE DE PSICOLOGÍA*, 30 (45-46), 51-76.
- Santrock, J. (2002). *Psicología de la educación*. México: McGraw-Hill.
- Seligman, M. E. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York, NY: Free Press.
- Sen, A. (1998). *Capacidad y bienestar*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Shmotkin, D. (1990). Subjective Well-Being as a Function of Age and Gender: A Multivariate Look for Differentiated Trends. *Social Indicators Research* (23), 201-230.
- Ureña, P., Barrantes, K., y Solís, L. (2014). Bienestar psicológico, espiritualidad en el trabajo y percepción subjetiva de la salud en personal académico y administrativo de la Universidad Nacional. *Revista Electrónica Educare*, 18 (1), 155-175.
- Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3 (9), 87-116.
- Vielma, J., y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. *Educere*, 14 (49), 265-275.
- Watanabe, A., y Yasuko, B. (2005). La capacidad y el bienestar subjetivo como dimensiones de estudio de la calidad de vida. *Revista Colombiana de Psicología* (14), 73-79.
- Wright, T. A., y Cropanzano, R. (2004). The role of psychological well-being in job performance: a fresh look at an age-old quest. *Organizational Dynamics*, 33 (4), 338-351.
- Zamarrón, M. (2006). *El bienestar subjetivo en la vejez*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales Secretaría General de Asuntos Sociales: IMSERSO.