



**Universidad Nacional Autónoma
de México**



Facultad de Psicología

***Significado psicológico de felicidad y percepción
de algunas dificultades para alcanzarla en adultos
mayores mexicanos depauperados***

TESIS

Que para obtener el título de

Licenciado en Psicología

PRESENTA

Carlos Adrián Palomero Jandete

DIRECTORA DE TESIS:

Dra. María Montero y López Lena.

Ciudad Universitaria, Cd. Mx., 2017



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos.

A Dios que me dio una segunda oportunidad en la vida.

A la Universidad Nacional Autónoma de México ya que me abrió sus puertas para iniciar mi formación profesional.

A la DGAPA ya que por medio del proyecto Costos psicológicos de envejecer en pobreza: propuesta de un modelo correlacional con Clave IN305214 pude realizar y concluir éste trabajo.

A la Dra. María Montero, gracias por toda la retroalimentación que me brindó y la paciencia que me tuvo para concluir óptimamente ésta titánica tarea.

A la Dra. Nazira Calleja, la Dra. Silvia Morales, la Mtra. Enna Calixto y la Mtra. Angelina Guerrero por todo el apoyo, retroalimentación y por sus innumerables consejos para realizar este proyecto.

A mi papá por creer siempre en mí y permitirme tener una segunda oportunidad a pesar de las adversidades.

A mi mamá por animarse a creer ciegamente aún en contra de todo pronóstico.

A mi hermano por animarme todas las noches al llegar a casa.

A Jessie por aguantar tantos días sin vernos, por respaldarme cuando nadie estaba ahí y por acompañarme en tus oraciones a pesar de la lejanía.

Contenido

| | |
|---|----|
| Agradecimientos..... | 2 |
| Introducción..... | 5 |
| Capítulo 1. La pobreza como fenómeno psicosocial. | 8 |
| 1.1. Índices de pobreza..... | 9 |
| 1.1.1. Pobreza a nivel mundial..... | 9 |
| 1.1.2. Pobreza en Latinoamérica. | 11 |
| 1.1.3. Pobreza en México. | 12 |
| 1.1.4. Medición de la pobreza..... | 13 |
| 1.1.5. Evolución de la pobreza..... | 14 |
| 1.1.6. Tendencia de la pobreza y programas sociales para paliarla | 16 |
| 1.1.7. El adulto mayor en pobreza. | 18 |
| Capítulo 2. Felicidad en adultos mayores. | 21 |
| 2.1. Aproximaciones teóricas a la felicidad. | 21 |
| 2.2. La psicología positiva..... | 21 |
| 2.3. Bienestar y felicidad en México..... | 24 |
| 2.4. Felicidad, calidad de vida y pobreza | 25 |
| Capítulo 3. La construcción del significado | 29 |
| Capítulo 4. Método | 31 |
| 4.1. Planteamiento del problema..... | 31 |
| 4.2. Pregunta de Investigación..... | 31 |
| 4.3. Hipótesis. | 31 |
| 4.4. Definición Conceptual de las Variables..... | 32 |
| 4.5. Participantes | 33 |
| 4.6. Instrumentos. | 34 |
| 4.7. Tipo de estudio..... | 34 |
| 4.8. Análisis estadístico..... | 34 |
| Capítulo 5. Resultados. | 36 |
| 5.1. Perfil sociodemográfico de la muestra. | 36 |
| 5.2 Diferencias en el significado psicológico de felicidad por sexo y estatus de pobreza..... | 39 |

| | |
|--|----|
| 5.3. Diferencias en la identificación de barreras para la felicidad por sexo y estatus de pobreza..... | 43 |
| Capítulo 6. Discusión. | 47 |
| 6.1. Sobre las hipótesis..... | 47 |
| 5.3. Limitaciones. | 50 |
| Capítulo 7. Implicaciones. | 51 |
| 7.1 Implicaciones Teóricas..... | 51 |
| 7.2 Implicaciones Metodológicas: | 51 |
| 7.3 Implicaciones Empíricas. | 51 |
| Bibliografía | 52 |
| Anexos. | 57 |
| Anexo I. Redes semánticas. | 57 |

Introducción

La felicidad ha sido objeto de estudio de diferentes disciplinas a lo largo de la historia, definiéndose en términos éticos, teológicos, políticos, económicos, y psicológicos (Diener , 1984); debido a la diversidad de paradigmas con la que se aborda, se han acuñado diferentes constructos para etiquetarla tales como bienestar subjetivo, índice de desarrollo humano o bienestar psicológico (Lu & Bin Shih, 1997).

En 2012 la Organización de las Naciones Unidas-ONU realizó un estudio para medir la felicidad y publicó el primer Reporte Mundial de la Felicidad que clasificó a 156 países de acuerdo con los niveles de felicidad que reportaron.

El indicador de felicidad realizado por la ONU, contó con la colaboración de expertos en las áreas de economía, psicología, análisis estadístico, análisis de encuestas, estadísticas nacionales, salud y política pública. Su principal objetivo fue describir cómo las medidas de bienestar pueden ser utilizadas eficazmente para evaluar el progreso de las naciones. El análisis revisa el estado de la felicidad en el mundo de hoy y muestra cómo la nueva ciencia de la felicidad explica las variaciones personales y nacionales en la misma. Reflejan una nueva demanda mundial de más atención a la felicidad como criterio de evaluación de la política del gobierno (Helliwell, Layard, & Sachs, 2016).

La ONU (1996) definió el constructo felicidad con base en la unión de evaluaciones de vida a largo plazo y reportes experienciales para obtener una mayor validez interna gracias a una adaptación de la Encuesta Mundial Gallup. Las variables que tomaron en cuenta para evaluar la felicidad fueron: Ingreso per cápita, apoyo social, esperanza de vida sana al nacer, libertad para hacer elecciones de vida, generosidad, percepción de la corrupción, afecto positivo y afecto negativo (Helliwell, Layard, & Sachs, 2016).

El último reporte de la ONU en 2015 ubica a México en el lugar 21 de los países más felices, por arriba de países como Reino Unido, Francia y España, por otro lado en Agosto de 2016 el Happy Planet Index, realizado por el Foro Económico Mundial ubica a México en el lugar número 2, sólo debajo de Costa Rica (World Economic Forum, 2016). Estos resultados contrastan contundentemente con los 53 millones de mexicanos que vivían en estado de pobreza económica al año 2014, los 58.5 millones que vivían en pobreza alimentaria o los 21 millones de mexicanos que no tenían acceso a los servicios de salud (CONEVAL, 2014), si la felicidad es medida mediante el ingreso y el acceso a los servicios de salud, ¿Cómo es posible que un país como México, que tiene a la mitad de gente en estado de pobreza y donde una cuarta parte de su población no tiene servicios de salud sea tan feliz? Una posible respuesta a este cuestionamiento sugiere que, la felicidad para quien vive en un estado de depauperación parece posible de acuerdo a cómo se esté definiendo y midiendo dicha felicidad.

El amplio interés en la medición del bienestar subjetivo o felicidad en el mundo refleja el creciente interés en el uso de la felicidad y del bienestar subjetivo como indicadores de la calidad del desarrollo humano. Debido a este interés creciente, muchos gobiernos, comunidades y organizaciones están utilizando los datos de la felicidad, y los resultados de bienestar subjetivo para crear políticas que promuevan una vida mejor (Helliwell, Layard, & Sachs, 2016).

En México, se ha tomado como base dichas mediciones para promover el desarrollo en la sociedad, de manera que se generen políticas públicas que “Permiten el proceso de expansión de las libertades de los individuos, tales como disfrutar de una vida prolongada y saludable, adquirir conocimientos y lograr un nivel de vida digno” (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo-PNUD, 1990).

De acuerdo con el PNUD (2015) México ha dado grandes pasos para mejorar la felicidad de su población, particularmente mediante la cobertura universal de salud en 2012. Además, en 2014 se impuso el impuesto a las bebidas azucaradas, en un esfuerzo por combatir el sobrepeso y obesidad, a pesar de la fuerte oposición de las empresas, se ha logrado una disminución de 12% en el consumo de estas bebidas.

Nos encontramos en un país con el 50% de su población que vive en estado de pobreza, con un porcentaje de la población de adultos mayores equivalente al 10% y que se estima se triplicará en los próximos 20 años, en una país donde los principales esfuerzos para superar la pobreza y mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos se centran en políticas asistencialistas que apoyan económicamente dejando de lado el bienestar psico-emocional del mexicano. A pesar de que existe evidencia contundente que apoya la teoría de que el bienestar puede ser mejorado mediante una incidencia en variables psicosociales distintas al ingreso económico (Cuadra & Florenzano, 2003).

Es por ello que el objetivo de la presente investigación es conocer la definición psicológica de la felicidad y de algunas de las barreras para alcanzarla en una población de adultos mayores que viven en estado de pobreza y no pobreza de la Ciudad de México.

Esta tesis está sustentada en la teoría del Procesamiento Humano de la Información (Anderson, 2000), donde una representación abstracta refleja conceptos y relaciones entre conceptos, que se representan como redes con nodos interrelacionados y organizados. Cumplir con el objetivo de esta tesis permitirá abordar un problema multifactorial como la felicidad en los adultos mayores de una forma más inclusiva, al incorporar los elementos cognitivos y afectivos vinculados con la definición de felicidad así como la identificación de algunas de las barreras para alcanzarla.

Capítulo 1. La pobreza como fenómeno psicosocial.

“La pobreza duele, se siente como una enfermedad. Ataca a las personas no sólo en lo material sino también en lo moral. Carcome la dignidad y lleva a la desesperación”

(Narayan, 2000, pág. 5)

La pobreza ha sido a lo largo de la historia, un fenómeno social que ha aquejado a la humanidad, su significado es determinado por la sociedad de acuerdo con el contexto sociocultural en la que se mida: género, edad, cultura, ingresos, clase social, todos estos factores dan pauta para poder definir la pobreza.

La ONU (2010) define pobreza como la situación en la que no se dispone de los recursos que permitan satisfacer al menos las necesidades básicas de alimentación.

Para el CONEVAL (2014) una persona se encuentra en situación de pobreza cuando tiene al menos una carencia social en alguno de los seis indicadores vinculados con: (1) rezago educativo, (2) acceso a servicios de salud, (3) acceso a la seguridad social, (4) calidad y espacios de la vivienda, (5) servicios básicos en la vivienda, (6) acceso a la alimentación y su ingreso es insuficiente para adquirir los bienes y servicios que requiere para satisfacer sus necesidades alimentarias y no alimentarias.

La perspectiva de pobreza definida por el CONEVAL nos permite apreciar que la pobreza no sólo se reduce al nivel de ingresos. Como se puede observar, existen múltiples definiciones de pobreza, lo que ha llevado a desarrollar indicadores para poder cuantificarla de manera objetiva, algunos de los cuales se muestran a continuación.

1.1. Índices de pobreza.

Para reducir la subjetividad en la medición de la pobreza, se desarrollaron parámetros que no sólo se basaran en la falta de ingresos, sino que incluyeran la medición de carencias o privaciones que afectan negativamente el desarrollo humano. De acuerdo con estos parámetros sociodemográficos, se describe a continuación la situación de la pobreza en tres niveles de análisis: mundial, latinoamericano y nacional.

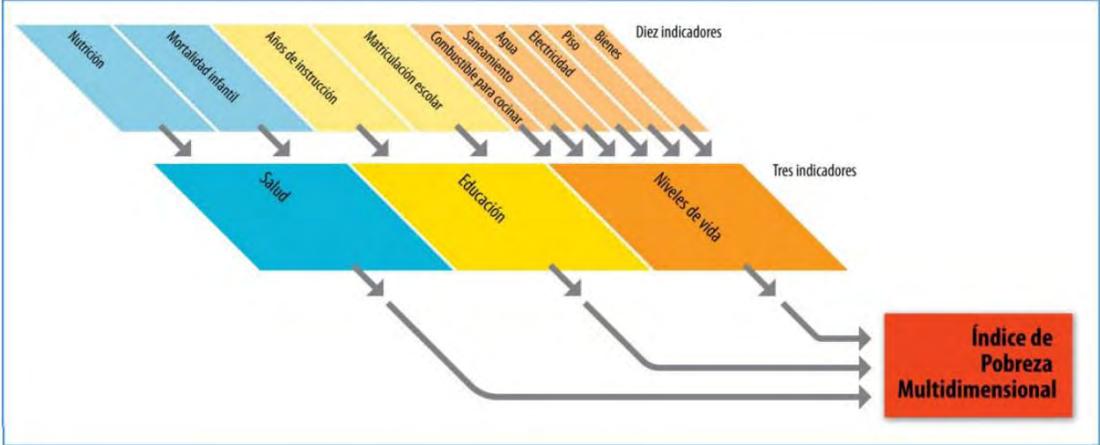
1.1.1. Pobreza a nivel mundial.

El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo presentó en el Informe Mundial de 1997 un índice de pobreza humana, IPH, cuyo objetivo fue incluir las diferentes características de privación en la calidad de vida de los individuos. Este índice toma en cuenta las siguientes variables:

- Esperanza de vida mayor a los 40 años
- Tasa de analfabetismo
- Porcentaje de la población sin acceso sostenible a una fuente de agua mejorada
- Porcentaje de niños con peso insuficiente para su edad
- Tasa de desempleo a largo plazo

A partir del IPH, la ONU (2010) creó el Indicador Multidimensional de la Pobreza que incluye diez dimensiones de pobreza (ver fig.1):

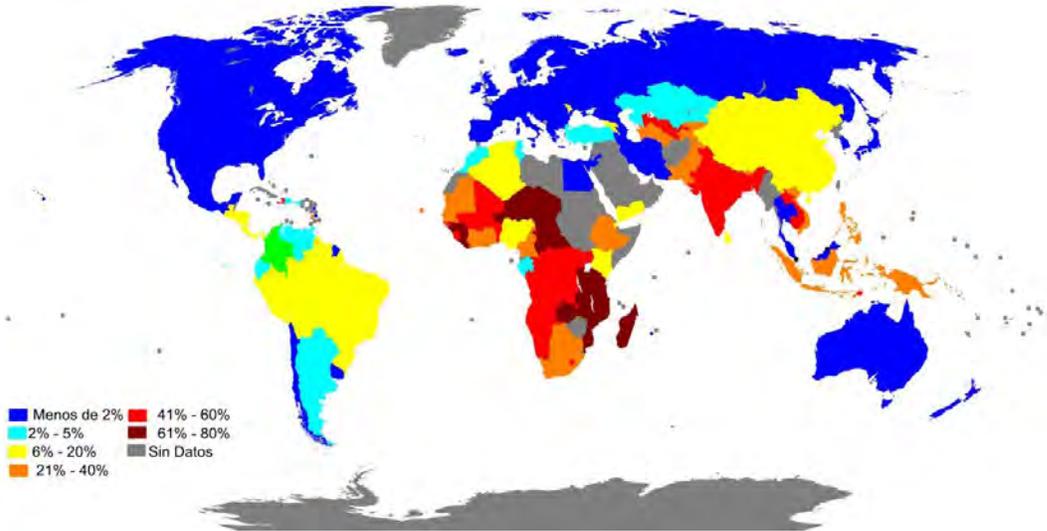
Fig.1. Composición del Indicador de pobreza multidimensional



Fuente: (ONU, 2010)

El IPH permitió a la ONU medir la pobreza de una forma más precisa e inclusiva (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2014), y con él se generó el reporte de la Fig. 2, que muestra la situación de pobreza en el mundo:

Fig 2. Porcentaje de personas en situación de pobreza en el mundo.



Fuente: (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, 2014)

El estudio realizado por la ONU muestra resultados que sitúan a México a la altura de países de primer mundo, tales como Estados Unidos Australia y Canadá por encima de todo los países latinoamericanos con excepción de Chile y Uruguay, lo cual no concuerda con los datos reportados por CONEVAL y la CEPAL quienes sitúan a México en una posición muy distinta.

1.1.2. Pobreza en Latinoamérica.

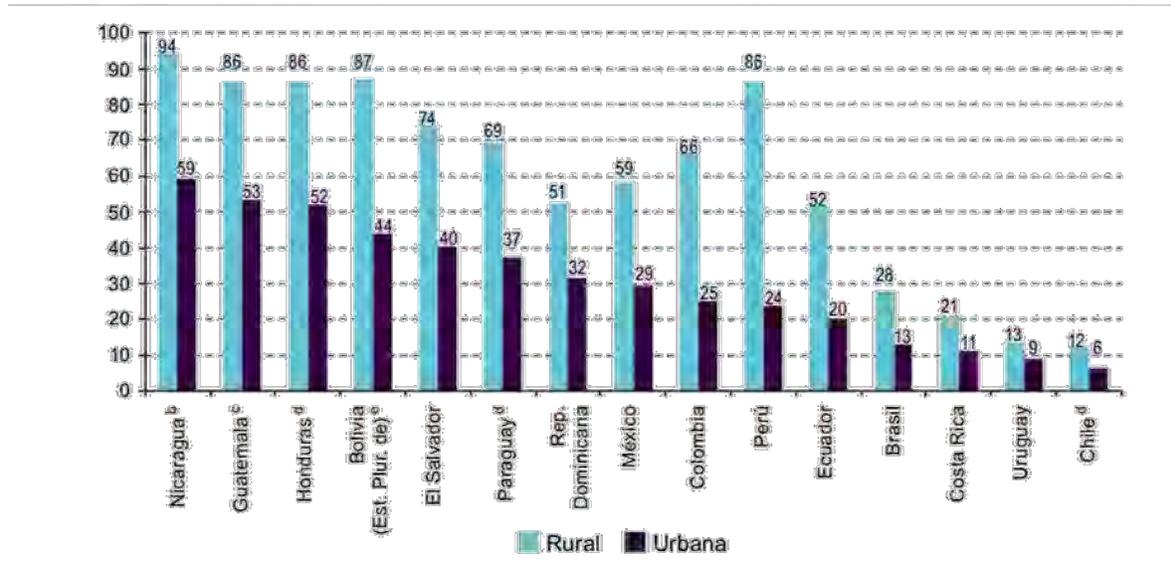
De acuerdo con el reporte presentado en 2016 por la Comisión Económica para América Latina y el Caribe la tasa de pobreza en América Latina se situó en 28,2% en 2014 y la tasa de indigencia alcanzó el 11,8% del total de la población, por lo que ambas mantuvieron su nivel respecto del año anterior. El número de personas pobres creció en 2014, alcanzando 168 millones, de las cuales 70 millones se encontraban en situación de indigencia. Este crecimiento tuvo lugar básicamente entre las personas pobres no indigentes, cuyo número pasó de 96 millones en 2013 a 98 millones en 2014.

Entre 2013 y 2014, el número de pobres se incrementó en alrededor de 2 millones de personas. Esta variación fue el resultado, por una parte, de un aumento de aproximadamente 7 millones de personas pobres registrado o proyectado principalmente en Guatemala, México y Venezuela, y, por otra, de una disminución de 5 millones observada sobre todo en el Brasil, Colombia y el Ecuador.

Según las proyecciones, para 2015 ambos indicadores variarían al alza. La tasa de pobreza se situaría en el 29,2% y la tasa de pobreza extrema en el 12,4%, lo que representaría aumentos de 1,0 y 0,6 puntos porcentuales, respectivamente. Sin embargo los resultados superaron a la realidad; así, en 2016 habían más de 175 millones de personas en situación de pobreza por ingresos en Latinoamérica, 75 millones de las cuales estarían en situación de indigencia (Íñiguez, 2016).

Como se puede apreciar en la Gráfica 1, a diferencia del reporte de la ONU, para la CEPAL México ocupa el lugar #8 con respecto al mayor porcentaje de población en estado de pobreza.

Gráfica 1. Incidencia de pobreza en Latinoamérica por zona de acuerdo al porcentaje de la población



Fuente: (Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), 2014)

1.1.3. Pobreza en México.

En nuestro país el INEGI y el CONEVAL son los encargados de monitorear la incidencia de la pobreza, por un lado el INEGI se encarga de hacer el levantamiento de información mediante el módulo de datos sociodemográficos del censo y por otro lado el CONEVAL monitorea e informa la situación económica del país.

Para poder monitorear la pobreza, la Comisión Nacional de Evaluación del Desarrollo Social clasificó la pobreza en tres niveles (Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social, 2014):

“*Pobreza alimentaria*: CONEVAL la define como la incapacidad para obtener una canasta básica alimentaria, aun si se hiciera uso de todo el ingreso disponible en el hogar en comprar sólo los bienes de dicha canasta.

Pobreza de capacidades: Insuficiencia del ingreso disponible para adquirir el valor de la canasta alimentaria y efectuar los gastos necesarios en salud y educación, aun dedicando el ingreso total de los hogares nada más que para estos fines.

Pobreza de patrimonio: Insuficiencia del ingreso disponible para adquirir la canasta alimentaria, así como realizar los gastos necesarios en salud, vestido, vivienda, transporte y educación, aunque la totalidad del ingreso del hogar fuera utilizado exclusivamente para la adquisición de estos bienes y servicios” (pág. 2).

De acuerdo al CONVEVAL (2014), el INEGI realizó el levantamiento de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH) y del Módulo de Condiciones Socioeconómicas (MCS) 2014 entre agosto y noviembre de 2014 y publicó sus resultados el 16 de julio de 2015 donde se indica que existen 46.2 millones de personas que viven en condiciones de pobreza.

1.1.4. Medición de la pobreza.

Existen múltiples definiciones de pobreza que cambian de acuerdo con el contexto sociocultural, lo cual ha provocado que la medición de la pobreza sea desarrollada mayoritariamente desde una perspectiva unidimensional, donde se utiliza al ingreso como una aproximación del bienestar económico de la población. Dicha medición fue vista como una limitación por los Senadores en México, lo que los movió a trabajar en conjunto con el CONEVAL para establecer criterios y lineamientos clave para definir la pobreza multidimensional, que quedaron plasmados en el artículo 36 Ley General de Desarrollo Social (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión , 2004) de la siguiente manera:

“Artículo 36. Los lineamientos y criterios que establezca el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social para la definición, identificación y medición de la pobreza son de aplicación obligatoria para las entidades y dependencias públicas que participen en la ejecución de los programas de desarrollo social, y deberá utilizar la información que genere el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática, independientemente de otros datos que se estime conveniente, al menos sobre los siguientes indicadores:

I. Ingreso corriente per cápita; II. Rezago educativo promedio en el hogar; III. Acceso a los servicios de salud; IV. Acceso a la seguridad social; V. Calidad y espacios de la vivienda; VI. Acceso a los servicios básicos en la vivienda; VII. Acceso a la alimentación, y VIII. Grado de cohesión social.” (pág 8)

Esta definición de pobreza abarca los principales indicadores ocupados a nivel Internacional. En el proyecto PAPIIT IN305214 “Costos psicológicos de envejecer en pobreza: propuesta de un modelo correlacional” (Montero López-Lena, 2014) se creó un indicador para medir pobreza que incorporara las dimensiones del artículo 36 de la Ley General de Desarrollo.

1.1.5. Evolución de la pobreza.

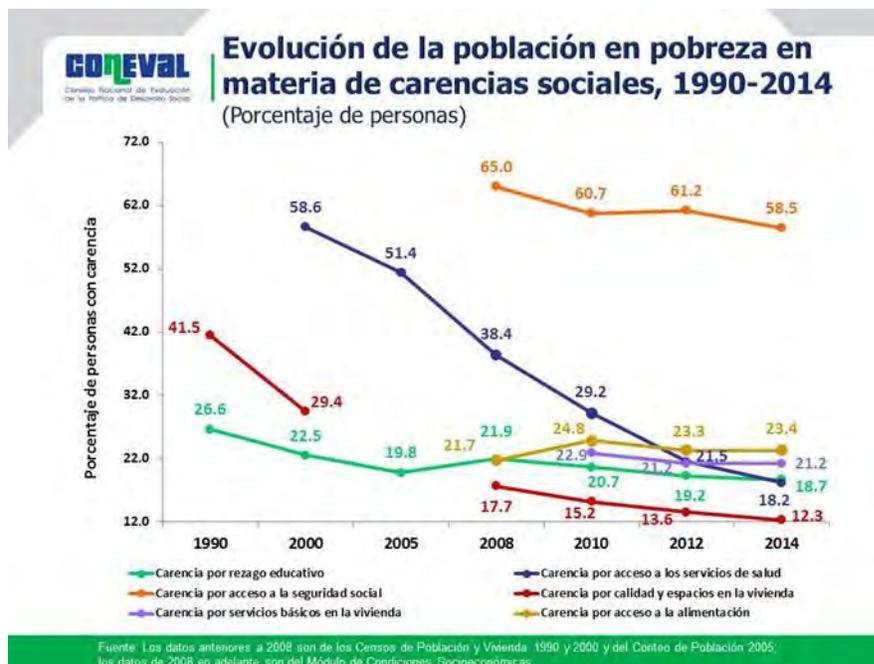
Los primeros informes de pobreza en México realizados por CONEVAL datan de 1990, quien reporta 2 tipos de pobreza (CONEVAL, 2014):

1. Pobreza por carencias sociales:

La Ley General de Desarrollo Social (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión , 2004) indica que para medir la pobreza es necesario tomar en cuenta los siguientes indicadores de carencias sociales: rezago educativo, acceso a los servicios de salud, acceso a la seguridad social, calidad y espacios en la vivienda, acceso a los servicios básicos en la vivienda, acceso a la alimentación y grado de cohesión social.

De acuerdo con el CONEVAL (2014) las carencias en México han decrecido drásticamente en las últimas 2 décadas como lo muestra la gráfica 3, lo cual es el resultado del aumento en el acceso a servicios públicos por parte de la población en estado de pobreza.

Gráfica 2. Evolución de las carencias sociales en la población mexicana 1990-2014

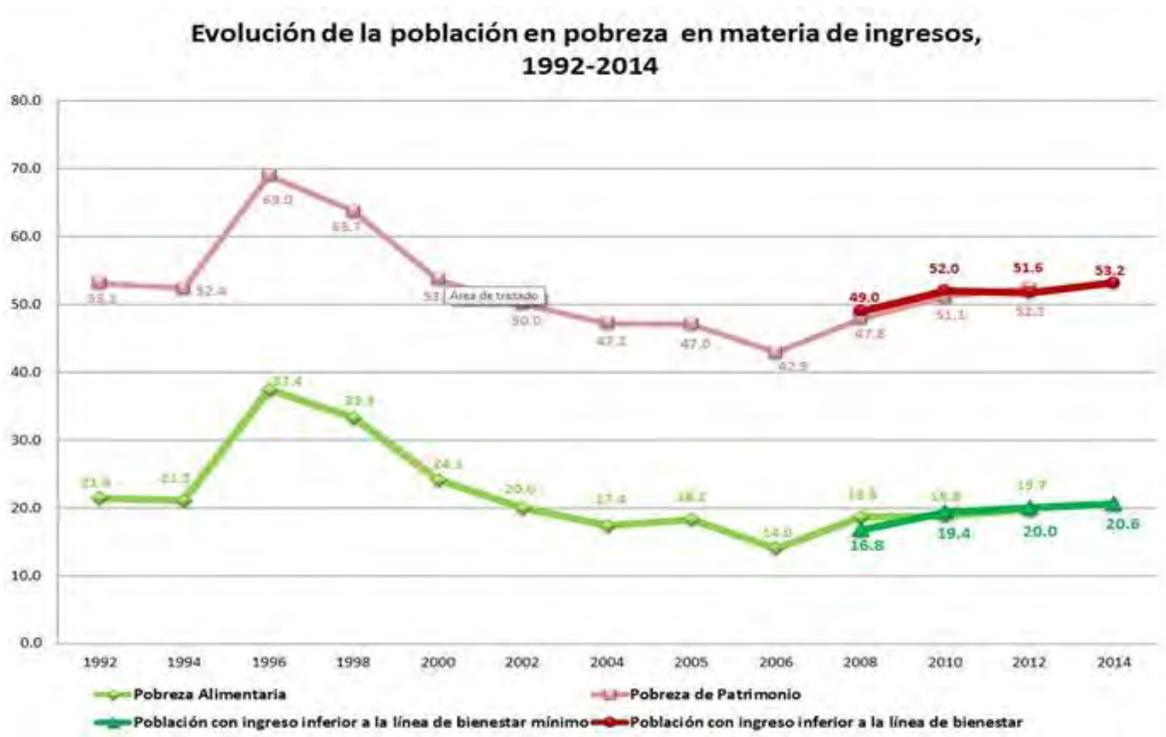


En México la tendencia de la pobreza parece ir a la baja en los últimos 3 años, sin embargo a pesar del abatimiento de los indicadores parece existir un problema más profundo puesto que el número de pobres sigue creciendo día a día.

2. Pobreza en materia de ingresos:

De acuerdo a la Comisión Ejecutiva del CONEVAL celebrada los días 9 y 10 de mayo de 2013, se reportó como en pobreza al porcentaje de la población cuyos ingresos se encontraron por debajo de las líneas de bienestar y de bienestar mínimo. (CONEVAL, 2014). Como observamos en la Gráfica 3 a pesar de que las carencias sociales de los mexicanos van a la baja, la pobreza en materia de ingresos parece ir a la alza a partir del año 2006.

Gráfica 3.



Fuente: CONEVAL 2014

1.1.6. Tendencia de la pobreza y programas sociales para paliarla

Si se toman en cuenta los datos obtenidos por el CONEVAL, la pobreza tiene una clara tendencia a la baja a partir de 1996 hasta el año 2005, después a partir de 2006 y hasta 2012 se presentan aumentos constantes, quedando en términos porcentuales ligeramente por debajo de los registrados en el 2000.

Para promover dicha tendencia a la baja en pobreza, el gobierno mexicano ha implementado programas asistencialistas que permitan decrementar la pobreza en distintos ámbitos los cuales se resumen a continuación:

El Programa de Desarrollo Humano Oportunidades, brinda apoyos económicos para mejorar la alimentación (Yaschine & Ochoa, 2015). El programa Apoyo Alimentario que otorga apoyos monetarios directos a las familias beneficiarias para contribuir a que mejoren su alimentación y estado de nutrición. El Programa de Abasto Rural a cargo de Diconsa (PAR). El Programa de Coinversión Social-PCS. El Programa Pensión para Adultos Mayores antes Programa 70 y más. El Programa de Atención a Jornaleros Agrícolas (PAJA). El programa Fondo para el Apoyo a Proyectos Productivos en Núcleos Agrarios (FAPPA). El Programa de Albergues Escolares Indígenas (PAEI). El Programa de Apoyo al Empleo (PAE), todos estos programas brindan a la población un ingreso económico o un ingreso material con el fin de abatir la pobreza (Anaya Ortiz, 2014).

Todos los programas anteriormente descritos, fueron implementados a partir del año 2000, y el gasto empleado para su operación se plasma en la Tabla 1:

Tabla 1. Presupuesto en millones de pesos asignado a la mitigación de la pobreza del año 2000 a 2012

| | |
|----------------------------------|---------------|
| Oportunidades (2000 a 2012) | \$ 260,000.00 |
| 70 y más (2004-2012) | \$ 84,000.00 |
| Leche Liconsa(2001-2012) | \$ 13,000.00 |
| Tortilla Liconsa (2000-2003) | \$ 9,000.00 |
| Diconsa (2001- 2012) | \$ 17,000.00 |
| PAL (2004-2012) | \$ 19,000.00 |
| Opciones Productivas (2003-2012) | \$ 8,300.00 |
| Coinversión (2000-2012) | \$ 2,400.00 |
| PAJA (2001-2012) | \$ 2,300.00 |

Fuente: Elaboración propia con base en los Presupuestos de Egresos de la Federación 2000-2012

La Tabla 1 muestra que hubo un gasto de más de 415,000 millones de pesos de inversión destinada a programas asistenciales de 2000 a 2012, sin embargo la cantidad de personas en estado de pobreza parecen ir a la alza.

1.1.7. El adulto mayor en pobreza.

De acuerdo con datos de la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos en los Hogares, ENIGH, en 2012 había 8.6 millones de personas de 65 y más años, de las cuales, 45.8% se encontraba en situación de pobreza y 3.1 millones eran atendidas por el programa federal 70 y más (Coneval, 2013). Este programa inició en 2007, y definía como su población objetivo a las personas de 70 años y más, residentes en localidades rurales.

Actualmente opera el denominado Programa Pensión para Adultos Mayores-PPAM, que es un programa federal de cobertura nacional, y que a junio de 2014

tenía una población beneficiaria de 5.10 millones de personas (58.7% mujeres y 41.3% hombres). Este programa busca contribuir a la protección social de las y los adultos mayores, a fin de que las personas de 65 años y más, que no perciben ingreso por concepto de pago por pensión contributiva o ésta no sea superior a 1,092 pesos, incrementen su ingreso y aminoren el deterioro de su salud física y mental a través de acciones de participación y protección social. El PPAM consideró como su población potencial para el ejercicio fiscal 2014 a un total de 6,289,174 de adultas y adultos mayores. Su principal acción consiste en un apoyo monetario de 580 pesos mensuales, administrados bimestralmente. Tanto la cobertura como los recursos se han incrementado sustancialmente. Aunque no es el único programa de pensión no contributiva, sí es el más importante en cuanto a su cobertura y presupuesto. (Sedesol, 2014; Coneval, 2013).

No obstante los esfuerzos por atender a la población adulta mayor, el reto es muy grande, pues solamente 28.1% de los hombres de 65 años o más de edad y 8.5% de las mujeres de ese grupo de edad reciben los beneficios de una pensión o jubilación, lo que hace evidente la alta demanda de este tipo de programas y pone un foco rojo a la dirección de las políticas públicas que mitiguen la pobreza.

Nos encontramos con un incremento anual de población que vive en pobreza y la tendencia demográfica nos indica que la población adulta mayor se triplicará para el 2030 (INEGI, 2015), si los datos nos indican que el 45% de adultos mayores se encuentra en pobreza es indispensable encontrar factores que podamos promover desde el ámbito psicológico para mitigar la pobreza y favorecer el bienestar, en especial en los adultos mayores, es aquí donde cobra relevancia la felicidad y las barreras para alcanzarla. Dentro de la Psicología, existe una rama que se ha dedicado a estudiar los principales factores psicológicos “positivos”, factores cuya presencia en vez de restar calidad de vida, la mejoran y la felicidad es uno de esos factores.

La propuesta de esta tesis es que mediante la definición del constructo felicidad por parte de los adultos mayores se puede tener una mejor perspectiva para mejorar su calidad de vida independientemente de si vivan o no en estado de pobreza.

En el siguiente capítulo retomaremos cómo ha sido definida la felicidad dentro de la psicología, así como la influencia que ésta puede tener sobre la calidad de vida de las personas y en particular en las personas adultas mayores.

Capítulo 2. Felicidad en adultos mayores.

2.1. Aproximaciones teóricas a la felicidad.

La primera definición de felicidad fue introducida por Tatarkiewics en 1973, quien le definió como Satisfacción justificada con la vida.

Arraga, Virginia y Sánchez (2010) han considerado un concepto más operativo que el término Felicidad, y han propuesto el de bienestar subjetivo, ya que el uso del primero ha sido un tanto ambiguo y difuso en la bibliografía científica debido a sus connotaciones filosóficas.

2.2. La psicología positiva.

Tradicionalmente la mayoría de las escuelas de psicología clínica se han centrado en las patologías y emociones negativas de los seres humanos. Esta orientación ha sido denominada psicología negativa (Gillman & Seligman, 1999), a partir de la psicología negativa, surge una corriente nueva llamada psicología positiva, que tiene como objeto de estudio las variables positivas y preventivas en lugar de los aspectos negativos y patológicos como tradicionalmente se estudiaban.

La psicología positiva-PP se define como “el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología” (Seligman, 2005). La PP es definida también “como el estudio científico de las fortalezas y virtudes humanas, las cuales permiten adoptar una perspectiva más abierta respecto al potencial humano, sus motivaciones y capacidades” (Sheldon, Kennon & King, 2001).

El marco de la psicología positiva proporciona un esquema integral para describir y entender en qué consiste una buena vida (Park & Peterson, 2009). Este campo se puede dividir en cuatro áreas relacionadas entre sí:

- Experiencias subjetivas positivas (felicidad, plenitud, fluir)
- Rasgos individuales positivos (fortalezas del carácter, talentos, intereses, valores)
- Relaciones interpersonales positivas (amistad, matrimonio, compañerismo)
- Instituciones positivas (familias, escuelas, negocios, comunidades).

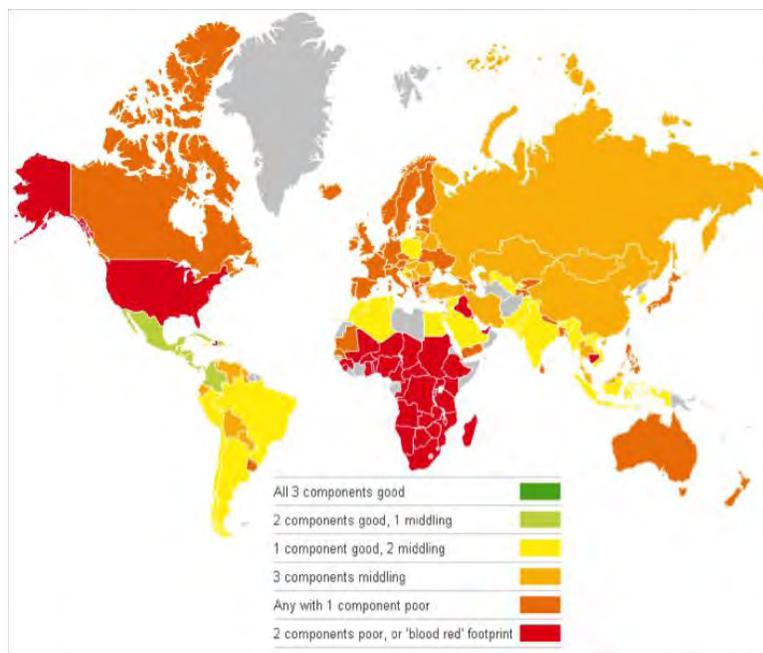
Seligman (2005) creó un modelo que relaciona las 4 áreas anteriores llamado PERMA.

- P. Positive emotions (emociones positivas): Se refiere a la sumatoria de palabras y emociones positivas expresadas y sentidas en un día. La ecuación podría ser: X (palabras positivas) + Y (emociones positivas) – A (palabras negativas) – B (emociones negativas) = Bienestar
- E. Engagement (involucramiento): Es lograr impregnar nuestra jornada diaria de optimismo, buscarle la mejor cara a la adversidad y poner nuestras fortalezas como instrumento para erradicar el malestar.
- R. Relationship (relaciones): Tener una buena actitud en las relaciones con los demás, buscar a cada persona ese detalle especial que puede enriquecer nuestra cotidianidad y bienestar.
- M. Meaning (significado): Sentirse parte de algo más grande que uno mismo. Para Seligman, ayudar puede traer mayor felicidad que comprar.
- Accomplishment (logro): No rendirse, llegar hasta el final, cumplir las metas.

El modelo de Seligman propone que el enfocarse en emociones positivas, sumado a los factores PERMA, puede ayudar a amortiguar factores negativos como la pobreza.

La teoría de Seligman (2005) puede ser una alternativa que nos ayude a explicar cómo naciones latinoamericanas donde se concentra la mayor parte de la pobreza, se encuentran marcadas como las más felices, tal como lo muestra la Gráfica 4.

Gráfica 4. Resultados del Happy Planet Index (2016)



Fuente: World Economic Forum (Extraído de <http://happyplanetindex.org/>, 29-03-2017)

El estudio de las distintas emociones positivas brinda elementos para diseñar intervenciones útiles para la vida diaria que no solamente busquen aliviar enfermedades enraizadas en las emociones negativas, sino que produzcan efectos positivos en la salud corporal y mental; en suma, que se vuelvan elementos concatenados del funcionamiento óptimo de las personas para lograr que se sientan bien en el presente y mejoren además sus vidas en el futuro (Fredrickson, 2002).

2.3. Bienestar y felicidad en México.

Ante el creciente interés por medir la felicidad y definir el constructo de manera operativa, validando el concepto científicamente, las investigaciones no se han hecho esperar; de acuerdo con Alarcón (2006) existe una gran variedad de instrumentos para medir este constructo, los más conocidos son: el Oxford Happiness Inventory (Argyle, Martín, & Crossland, 1989), el Oxford Happiness Questionnaire (Hills & Argyle, 2002) la escala Depression-Happiness Scale (Joseph, Linley, Harwood, Lewis & McCollam, 2004), la Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (Kozma & Stones, 1980) y la Escala Factorial de Felicidad (Alarcón, 2006)

Para Martin y Crossland (1989) la felicidad es un constructo psicológico que se compone de la satisfacción con la vida, alegría, autoestima, tranquilidad, control y eficacia.

Para Hills y Argyle (2002) la felicidad es un constructo que se compone de la satisfacción con la vida, la alerta mental, la autosatisfacción, el optimismo, el recibir recompensas de la vida, la autonomía de tiempo, la autopercepción y el tener recuerdos felices.

Para Joseph, Linley, Harwood, Lewis y McCollam (2004) la felicidad es una medición contraria a la depresión.

Alarcón (2006) define felicidad por medio de 4 dimensiones: Sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir.

Para Kozna y Stones (1980) la felicidad queda definida como experiencias positivas de la vida.

Por otro lado el Foro Económico Mundial (2016) realiza su propia medición de felicidad, ranking donde México se encuentra ubicado en el puesto número 2 sólo por detrás de Costa Rica. La felicidad se compone del factor bienestar (satisfacción con el lugar donde viven, acceso a servicios públicos), la expectativa de vida, la

desigualdad de ingresos y la huella ecológica (el impacto ecológico que cada habitante tiene para su país). Este índice especialmente ha sido utilizado como argumento para implementar políticas públicas que amplíen la cobertura en servicios públicos.

2.4. Felicidad, calidad de vida y pobreza

En la literatura y las publicaciones actuales que versan sobre la felicidad es muy común utilizar como equivalentes términos y conceptos que tienen diferencias entre sí. Tales conceptos son la calidad de vida y la felicidad, a pesar de que se encuentran muy relacionados entre sí, la calidad de vida es más bien un estado que depende del contexto y la felicidad se define como el disfrute que tenemos del contexto en el que nos encontramos, la calidad de vida es externa al sujeto y la felicidad es interna (Veenhoven R. , 2001) .

Según la OMS (1996, pág. 387) , la calidad de vida es “ la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su contexto en general”

Desde 1990 el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD, 2015); calcula un índice, el IDH (Índice de Desarrollo Humano). Se trata de un indicador social estadístico que toma en cuenta tres parámetros:

- Vida larga y saludable (medida según la esperanza de vida al nacer)
- Educación (medida por la tasa de alfabetización de adultos y la tasa bruta combinada de matriculación en educación primaria, secundaria y terciaria)
- Nivel de vida digno (medido por el PIB per cápita en USD)

Las emociones son factores que a menudo no están incluidos dentro de las definiciones de calidad de vida o bienestar, sin embargo desde hace décadas hay pruebas fehacientes que el afecto es más importante para los seres vivos que los factores que contribuyen a la supervivencia (Harlow, 1958), así al incidir en mejorar la felicidad de una persona indirectamente estaríamos incidiendo en mejorar su calidad de vida a pesar del contexto donde se encuentre.

Los estudios empíricos (Layar, 2005a) llevados a cabo parecen indicar que los siete grandes factores que más afectan al bienestar subjetivo son: relaciones familiares, situación financiera, trabajo, comunidad y amigos, salud, libertad personal y valores personales, cabe señalar que los cinco primeros se exponen en orden de importancia).

En contraste, la felicidad es, un estado personal muy difícil de aprehender, de concretar. Es por eso nos hemos enfocado en presentar diferentes definiciones psicológicas basadas en las cosas buenas de la vida que pueden contribuir al florecimiento humano como: educación, atención sanitaria, agua potable, derechos civiles, libertad de expresión, entre otros.

Al definir felicidad, a partir del Happy Planet Index (2015), nos encontramos con México en segundo lugar del ranking y se desprenden las preguntas, ¿Si una persona se encuentra sin carencias, es feliz? ¿Puede considerarse una persona feliz, cuando su vida está llena de privaciones?"

Una de las preguntas que plantea la economía de la felicidad es la de la relación entre ingresos y felicidad. Los estudios al respecto se basan en las respuestas que dan los encuestados a cuestionarios tipo Gallup en los que se les pide que autoevalúen su satisfacción con la vida (Layard, 2005)

Una pregunta típica es: “En un sentido general, ¿diría que es usted muy feliz, bastante feliz o no muy feliz?”. También se hacen preguntas acerca de otros factores, además del dinero, que pueden contribuir a la felicidad como pueden ser: trabajo, socialización, ver la TV, cuidar de los niños, trasladarse al trabajo, labores domésticas, libertad, participación ciudadana, salud, educación entre otros.

Las encuestas Gallup, se vienen realizando desde hace más de 50 años y los resultados extraídos son los siguientes:

“Primero: Dentro de un país determinado y en un momento temporal dado, la correlación entre nivel de ingresos y felicidad existe y es sólida. Es decir, el dinero sí da más felicidad; quienes tienen más ingreso se declaran porcentualmente más felices que quienes tienen menos” (Esteve, 2004, pág. 117).

“Esta relación se mantiene aunque de modo más débil incluso cuando otros factores (como la educación o la salud, que también afectan a la felicidad) son controlados, pero aquí hay que tener en cuenta que en muchos casos el ingreso afecta positivamente a esos factores” (Bruni & Zamagni, 2007, pág. 118).

De acuerdo con los datos reunidos, parece que el dinero sí cuenta para la felicidad, es decir, que en un país y momento dado los ricos son más felices que los pobres y también merece la pena apuntar que el ingreso contribuye notablemente a disminuir la infelicidad.

Aunque existe una tendencia a que los países ricos tengan índices de felicidad más altos, hay algunos casos de países con ingreso per-cápita mucho más bajo que se sitúan por encima de otros con ingreso per-cápita mucho mayor.

La relación ingreso-felicidad es compleja pero hay algunas tendencias bastante claras: los países más ricos tienden a ser más felices que los pobres; la relación existe y es sólida ($r= 0,72$) y, a medida que países pobres como India, México, Filipinas, Brasil, y Corea del Sur van experimentando un crecimiento económico, se observan algunas evidencias de que la felicidad media también ha ido aumentando (Diener & Oishi, 2000). A este respecto Layard (2005, pág. 25) señala: “La razón es clara: los ingresos adicionales son realmente valiosos cuando sirven para elevar a las personas por encima del umbral de la verdadera pobreza física”.

Como hemos revisado, hay una diferencia entre la calidad de vida y la felicidad, mientras el primero es externo, el segundo es interno. La felicidad juega un papel importante para mejorar la calidad de vida y puede ser independiente del contexto. A lo largo del tiempo se han hecho múltiples investigaciones para definir la felicidad, cada una aporta características diferentes, por lo cual es necesario hacer una definición que concentre el significado que tienen esas definiciones para las personas.

Para obtener esta definición de felicidad en adultos mayores se procedió a definirla a partir de una adaptación de la técnica de redes semánticas que incorporase lo que causa felicidad en ellos y los obstáculos que ellos tienen para alcanzarla y se tomaron como base las teorías que se citan en el Capítulo 3.

Capítulo 3. La construcción del significado

Bien lo decía Vygotsky “El significado de una palabra, con la generalización implícita que lleva, es un acto de pensamiento en el sentido del término. Una palabra sin significado no es una palabra sino un sonido vacío” (2007, pág. 19). El significado de las palabras es un fenómeno del pensamiento determinado por el contexto social en el cual se encuentra inmerso el lenguaje.

Los conceptos aislados no poseen significado, adquieren esta propiedad simbólica al estar en relación con otros conceptos con los cuales se encuentran interconectados, creando redes que se organizan jerárquicamente y taxonómicamente. Estas redes forman vínculos que a su vez nos llevan a brindar un significado de acuerdo a los conectores que se utilicen (Collins & Loftus, 1988).

El significado de un concepto está contenido en sus relaciones con otros conceptos, existiendo un trabajo continuo entre memoria y significado, de tal manera que en la memoria se almacenan los conceptos que conforman la base de lenguaje en un espacio semántico (Figueroa, González & Solís, 1981).

En psicología, el significado ha sido definido como la unidad fundamental de organización cognoscitiva, que está compuesta de elementos afectivos y de conocimiento, que crean un código subjetivo de reacción ante la sociedad. Este código refleja la imagen del universo y la cultura subjetiva que tiene el individuo (Szalay & Bryson, 1974).

Uno de los métodos utilizados más frecuentes para intentar medir o evaluar el significado son las redes semánticas naturales (Valdéz Medina, 1998).

Las redes semánticas o redes de significados, son las concepciones que las personas hacen de cualquier objeto o constructo dentro de su contexto, mediante ellas se vuelve factible conocer la gama de significados expresados a través del lenguaje cotidiano que tiene todo objeto social conocido (Vera & Batista de Albuquerque, 2005)

El conocimiento sobre el mundo se construye jerárquicamente en forma de red, adicionalmente la forma interna de organizar la información en la memoria a corto plazo es en una red que vincula a las palabras y los eventos para generar el significado de un concepto. Esto hace que la técnica de redes semánticas sea una buena alternativa para evaluar el significado de un constructo debido a que su resultado es una serie de conceptos vinculados entre sí que hacen evidentes la presencia de sentimientos, emociones y cogniciones.

Como lo hemos visto hay múltiples formas de obtener un significado, sin embargo una de las más integrales es la de redes semánticas, es por esto que se procedió a identificar el significado de la felicidad para los adultos mayores con una adaptación de dicha técnica. Dicha adaptación consistió específicamente en tres ajustes: (a) libertad de expresión sin límite de tiempo: se le pidió al participante que expresara de manera libre las palabras con las que definía felicidad y las barreras para alcanzarla sin que mediara la especificación de tiempo. (b) Se pidieron solamente cinco definidoras y no 10 como la técnica de redes semánticas naturales lo específica y (c) No se les pidió la jerarquía de palabras, se asumió que el orden de las menciones de las definidoras correspondía al orden de importancia para los participantes. Con estos ajustes se evitó el cansancio cognitivo del participante. Se obtuvieron 2 redes semánticas, una vinculada a la concepción de felicidad y otra que identificó algunas de las barreras que los participantes percibían para lograr la felicidad. El método seguido para la obtención de las redes semánticas y los resultados de la instrumentación en campo se describen en el siguiente capítulo.

Capítulo 4. Método

4.1. Planteamiento del problema.

De acuerdo con el INEGI en 2005 había 11.7 millones de personas mayores de 60 años, lo que representa 9.7% de la población total. Se estima que para el 2025, la cantidad de adultos mayores en el país aumentará a 17.2 millones.

Como ya se mencionó, la medición de la felicidad se ocupa para la implementación de políticas públicas que promuevan el desarrollo de la sociedad (PNUD, 2015), sin embargo no estamos seguros que las políticas implementadas para incrementar el puntaje en el indicador de felicidad tenga un impacto directo o indirecto sobre los individuos con mayor vulnerabilidad en México que son los adultos mayores como lo señala Montes de Oca (2013).

Con base en datos recabados mediante la adaptación de la técnica de Redes Semánticas Naturales (Valdéz-Medina, 2000) se identificarán posibles diferencias en la definición de felicidad y de las barreras para alcanzarla que perciben adultos mayores que viven en pobreza vs. los que no viven en dicha condición.

4.2. Pregunta de Investigación.

¿Cuál es el significado psicológico de felicidad y qué barreras identifican para alcanzarla las personas adultas mayores que viven en pobreza vs. las que no padecen dicha situación?

4.3. Hipótesis.

H₁: Existirán diferencias en el significado psicológico de la felicidad en función del nivel de pobreza en el que viven los adultos mayores.

H₁: Existirán diferencias en la identificación de barreras para lograr la felicidad en función del nivel de pobreza en el que viven los adultos mayores.

4.4. Definición Conceptual de las Variables.

Variables Dependientes: (a) Significado psicológico de felicidad. (b) identificación de barreras para alcanzarla.

Definición Operacional: Significado psicológico de felicidad e identificación de las barreras para alcanzarla. Son las definidoras que los participantes den ante las dos preguntas que al respecto se les apliquen.

Variable Independiente: Pobreza.

Definición conceptual:

Una persona se encuentra en situación de pobreza cuando presenta al menos una carencia social, considerando seis indicadores: (1) rezago educativo, (2) acceso a servicios de salud, (3) acceso a la seguridad social, (4) calidad y espacios de la vivienda, (5) servicios básicos en la vivienda y (6) acceso a la alimentación y su ingreso es insuficiente para adquirir los bienes y servicios que requiere para satisfacer sus necesidades alimentarias y no alimentarias (CONEVAL, 2014).

Definición Operacional:

Se ocupará el índice de pobreza empleado en el proyecto PAPIIT IN305214 “Costos psicológicos de envejecer en pobreza: propuesta de un modelo correlacional” (Montero, 2014) el cual permite agrupar a la muestra en dos grupos: (a) en pobreza y (b) en no pobreza. Se suman las ausencias de satisfactores y se obtiene un índice de pobreza cuyo rango fluctúa de 0 a 6, donde a mayor puntuación mayor pobreza.

Los seis indicadores que se consideraron para constituir el índice de pobreza fueron:

- 1) Infraestructura de la vivienda. Hace referencia a los servicios que el Estado provee a los habitantes: abastecimiento de agua, luz y drenaje.
- 2) Calidad de la vivienda. Evalúa la calidad de la vivienda mediante los materiales usados en su construcción, pisos, techos y paredes.
- 3) Equipamiento de la vivienda. Se consideró el tipo de combustible usado para cocinar, la posesión de baños de uso exclusivo, el contar con refrigerador, radio o televisor así como teléfono y posesión de automóvil o camioneta propios. Todos estos indicadores en general tienen que ver con aspectos de salud, higiene, entretenimiento y ventajas de desarrollo que puede tener un hogar.
- 4) Tecnología de la información. Se evaluó el acceso a tecnologías de información y comunicación.
- 5) Educación. Referido al nivel de escolaridad alcanzado por el jefe de familia.
- 6) Ingreso Familiar: Se obtuvo de la suma de actividades laborales remuneradas realizadas por los integrantes del hogar en un mes y agrupadas de acuerdo con el INEGI (2012) en rangos de salario mínimo mensual.

4.5. Participantes

Se seleccionó una muestra de 215 adultos mayores por disponibilidad.

4.6. Instrumentos.

Los instrumentos empleados para esta tesis fueron obtenidos de un Proyecto mayor auspiciado por la UNAM-DGAPA a través del proyecto PAPIIT IN305214. De dicho proyecto se abstrajeron específicamente dos reactivos que correspondieron a la sección de redes semánticas. En esta sección se les pidió a los participantes que expresaran en sus propias palabras qué era para ellos felicidad y también se les pidió que identificaran con palabras algunas de las barreras que percibían para alcanzar la felicidad.

4.7. Tipo de estudio.

Exploratorio de campo porque las entrevistas se llevaron a cabo en el contexto natural de los participantes (Kerlinger, 1997).

4.8. Análisis estadístico.

Se obtuvo el perfil sociodemográfico de la población por medio de un análisis de frecuencia.

Una vez concluida esta tarea, se obtuvieron los siguientes valores de las redes generadas por los sujetos (Valdéz Medina, 1998):

Extensión de la red (Valor J). Es la lista que resulta de considerar todos los conceptos empleados por el grupo para describir una palabra en particular. Indica la amplitud conceptual de la red semántica asociada con el estímulo focal (ej.: felicidad y obstáculos para alcanzar la felicidad)

Valor jerárquico de cada descriptor (Valor M). Se obtiene al multiplicar la frecuencia de cada palabra definidora por la posición jerárquica de acuerdo con el orden dado por los sujetos.

Conjunto SAM (Semantic Analysis of M-value). Indica las definidoras que obtuvieron las frecuencias más altas. Este conjunto se basa en el valor M, y usualmente está constituido por las 10 definidoras más frecuentemente asociadas con el concepto focal.

Se separaron los puntajes asignados a cada definidora de felicidad y de las barreras para alcanzarla para obtener el puntaje SAM (Semantic Analysis of M-value) (Figuroa, González, & Solís, Una aproximación al problema del significado: las redes semánticas, 1981). Se conformaron 4 grupos: (1) hombres en pobreza, (2) mujeres en pobreza, (3) hombres en no pobreza y (4) mujeres en no pobreza. Se seleccionaron las 10 palabras con el puntaje SAM más elevado y se procedió a comparar el significado entre cada uno de los grupos. Para probar las hipótesis se utilizaron los valores derivados de la técnica de redes semánticas y se sometieron a análisis de X^2 .

En esta tesis se utilizó el programa SPSS versión 20 para llevar a cabo el procesamiento de datos y el análisis estadístico.

Capítulo 5. Resultados.

El objetivo de esta tesis consistió en explorar el significado psicológico de felicidad y la identificación de algunas barreras para alcanzarla mediante una adaptación de la técnica de redes Semánticas Naturales (Valdéz-Medina, 2000). La muestra focal estuvo compuesta por adultos mayores con diferente nivel de pobreza.

5.1. Perfil sociodemográfico de la muestra.

Como primer paso se realizó un análisis descriptivo de la muestra en el que se obtuvo una distribución equitativa en función del estado de pobreza, así como en función del nivel educativo; no obstante, existió una mayoría de adultas mayores mujeres que superaron a los hombres, triplicando su participación en el estudio como se muestra en la Gráfica 6.

Así mismo se encontró que cerca de un 75% de la población de ambos sexos había estado en pareja a lo largo de su vida, ya sea que casados, divorciados o viudos.

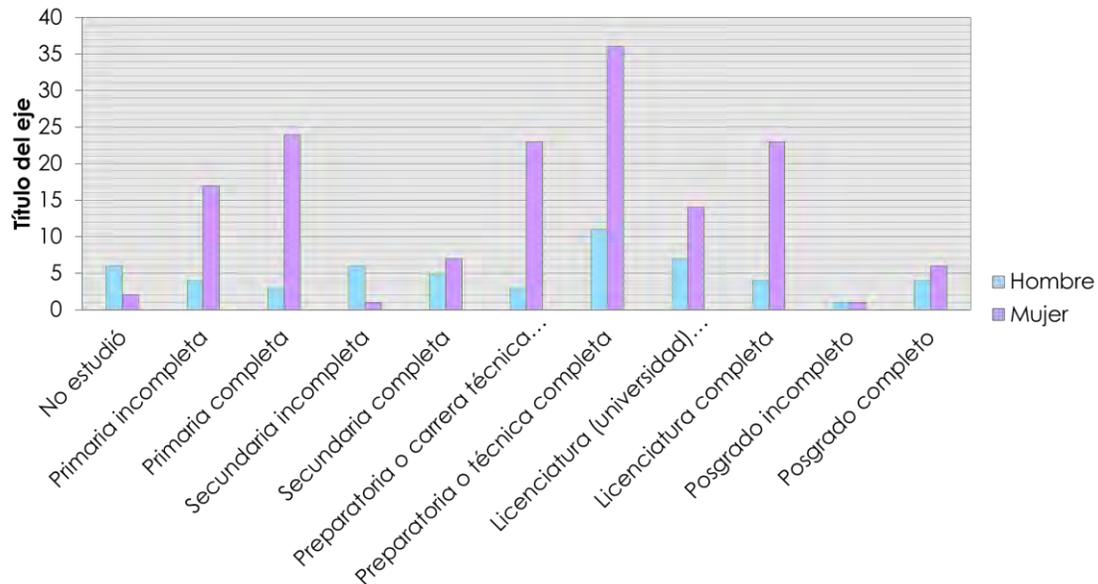
Gráfica 6. Distribución de la muestra por sexo.



Gráfica 7. Distribución de la muestra por pobreza.

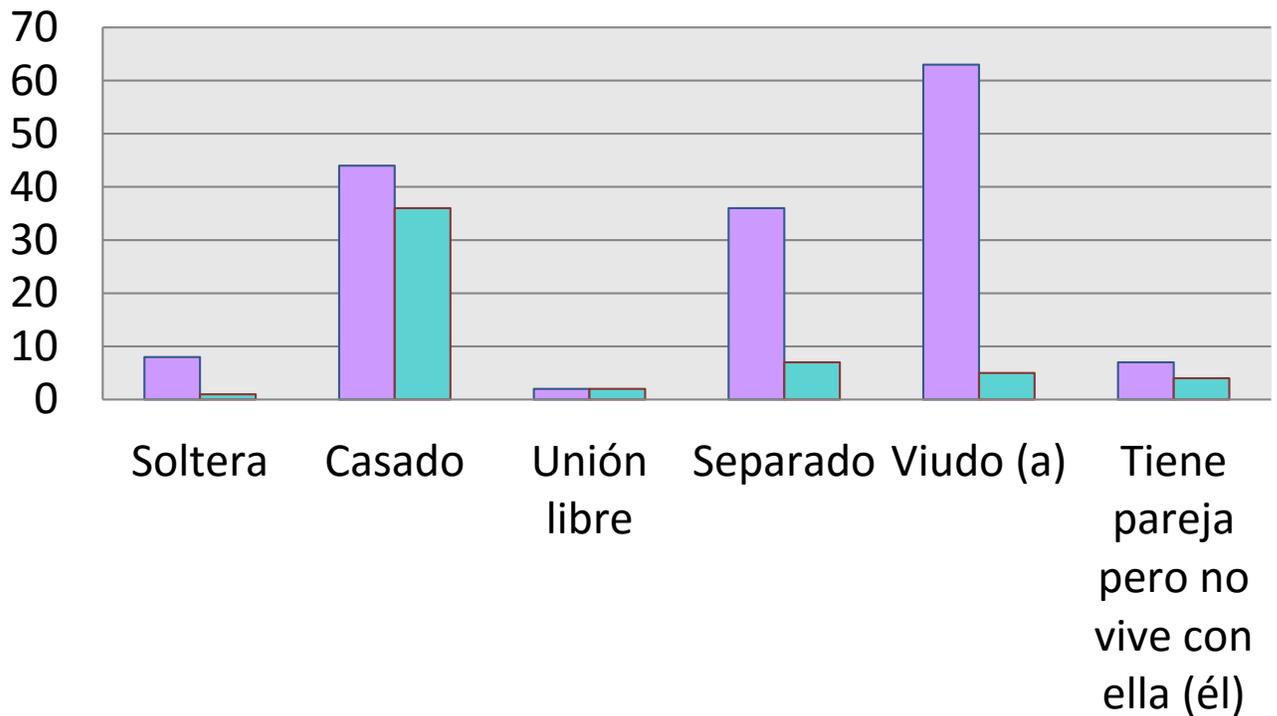


Gráfica 8. Distribución de la muestra por años de educación.



Gráfica 9. Distribución de la muestra por estado civil.

Estado Civil



Gráfica 10. Distribución de la muestra por sexo y pobreza.



Los datos fueron organizados con base en la técnica de redes semánticas naturales de Valdez-Medina, (1998). De acuerdo con los objetivos de esta investigación se realizaron análisis por sexo y grupo de pobreza. A continuación se muestran los resultados:

5.2 Diferencias en el significado psicológico de felicidad por sexo y estatus de pobreza.

A partir del valor J (Número total de definidoras), se observaron diferencias estadísticamente significativas en varios sentidos; como puede observarse en las tablas 4 y 5 los hombres en pobreza tuvieron la misma cantidad de vocabulario para definir la felicidad y una diferente cantidad de vocabulario para definir los obstáculos para alcanzarla en comparación con los hombres que no viven en pobreza (Felicidad, $\chi^2=1.44$, $p=0.22$) (Obstáculos, $\chi^2=3.97$, $p<0.046$)

Llama la atención la producción de definidoras de los hombres que no viven en pobreza, ya que muestran un mayor vocabulario para definir su felicidad así como los obstáculos que presentan para alcanzarla en contraste con los hombres que viven en pobreza, cuya amplitud de la red que generaron fue más reducida, tal como se aprecia en las tablas 4 y 5.

Tabla 4. Definidoras Felicidad en Hombres que viven en no pobreza y Hombres que viven en pobreza

| Hombres que viven en no pobreza | | Hombres que viven en pobreza | |
|---------------------------------|----|------------------------------|----|
| Valor J | 75 | Valor J | 61 |

Tabla 5. Definidoras Obstáculos en Hombres que viven en no pobreza y Hombres que viven en pobreza

| Hombres que viven en no pobreza | | Hombres que viven en pobreza | |
|---------------------------------|----|------------------------------|----|
| Valor J | 78 | Valor J | 55 |

Los datos obtenidos en la tabla 6 muestran la definición psicológica de felicidad de los hombres, como podemos apreciar la familia, hijos, salud y pareja parecen representar la felicidad para los hombres independientemente de su nivel socioeconómico pues tienen un peso semántico similar sin diferencias estadísticas significativas.

Tabla 6. Definidoras Felicidad en Hombres que viven en no pobreza y Hombres que viven en pobreza

| Valor M | No pobreza | Pobreza | X2 | sig |
|--------------|---------------|---------|-------|--------|
| Familia | 46 | 45 | 0.010 | 0.91 |
| Hijos | 37 | 50 | 1.942 | 0.16 |
| Salud | 28 | 19 | 1.723 | 0.18 |
| Leer | 19 | | 19 | <0.001 |
| Nietos | 18 | | 18 | <0.001 |
| Pareja | 18 | 13 | 0.806 | 0.36 |
| Pasear | 15 | | 15 | <0.001 |
| Tranquilidad | 14 | | 14 | <0.001 |
| Diversión | 12 | | 12 | <0.001 |
| Trabajo | 12 | | 12 | <0.001 |
| Bailar | | 20 | 20 | <0.001 |
| Dormir | | 14 | 14 | <0.001 |
| Música | | 13 | 13 | <0.001 |
| Caminar | | 11 | 11 | <0.001 |
| Comida | | 11 | 11 | <0.001 |
| Dinero | | 9 | 9 | <0.001 |

Es importante resaltar que los hombres comparten una definición de felicidad que involucra a las redes de apoyo familiar más cercano independientemente del estado de pobreza (familia, pareja e hijos), tal definición involucra también el estado de salud como un factor que aporta a la felicidad del adulto mayor, sin embargo los datos mostrados en la Tabla 6 muestran que la felicidad para los adultos depauperados se encuentra relacionado con actividades recreativas tales como la música y el baile, con necesidades básicas tales como la comida, el dormir y el dinero mientras que las personas en estado de no pobreza identifican actividades productivas económicamente como el trabajo, así como actividades que no requieren una alta interacción social tales como la lectura y el pasear.

Por otro lado, para los hombres que no viven en estado de pobreza la felicidad se encuentra mayormente en los siguientes pasatiempos: leer, los nietos, pasear, la tranquilidad, la diversión y el trabajo. Mientras que los hombres que viven en pobreza vinculan la felicidad con pasatiempos que parecen más comunes como bailar, dormir, música y caminar, dicha población también define felicidad con objetos tangibles como la comida y el dinero.

Los datos obtenidos en la tabla 7 muestran la definición psicológica de los obstáculos para alcanzar la felicidad de los hombres, los resultados parecen indicar que la enfermedad, la salud y el dinero son preocupaciones que comparten los hombres independientemente de su nivel socioeconómico, lo cual parece indicar la influencia social que existe pues estos indicadores se encuentran relacionados con el estereotipo de vejez existente en los mexicanos (Aristizábal-Vallejo, 2005). También sugieren que los adultos mayores hombres que no viven en estado de pobreza tienen como obstáculos para su felicidad problemas como la economía, las oportunidades, la familia, el tiempo y el trabajo, casi todos ellos se encuentran relacionados con la percepción económica, mientras que los hombres que viven en pobreza dirigen su atención a obstáculos que se centran en su estado de ánimo, tales como la tristeza, el abandono, angustias, ausencia y su pareja.

Tabla 7. Definidoras Obstáculos en Hombres que viven en no pobreza y Hombres que viven en pobreza

| Valor M | No pobreza | Pobreza | X2 | sig |
|---------------|---------------|---------|--------|--------|
| Enfermedad | 34 | 35 | 0.014 | 0.90 |
| Salud | 30 | 37 | 0.731 | 0.39 |
| Dinero | 24 | 36 | 2.4 | 0.12 |
| Economía | 10 | | 10 | <0.001 |
| Soledad | 10 | 32 | 11.523 | <0.001 |
| Oportunidades | 9 | | 9 | <0.002 |
| Familia | 8 | | 8 | <0.004 |
| Problemas | 8 | | 8 | <0.004 |
| Tiempo | 8 | | 8 | <0.004 |
| Trabajo | 8 | | 8 | <0.004 |
| Tristeza | | 12 | 12 | <0.001 |
| Problemas | | 11 | 11 | <0.001 |
| Abandono | | 9 | 9 | <0.002 |
| Angustias | | 9 | 9 | <0.002 |
| Ausencia | | 9 | 9 | <0.002 |
| Pareja | | 8 | 8 | <0.004 |

5.3. Diferencias en la identificación de barreras para la felicidad por sexo y estatus de pobreza.

Como puede observarse en las tablas 8 y 9 las mujeres en pobreza tuvieron la misma cantidad de vocabulario para definir la felicidad y una diferente cantidad de vocabulario para definir los obstáculos para alcanzarla en comparación con las mujeres que no viven en pobreza (Felicidad, $\chi^2=0.7$, $p=0.38$) (Obstáculos, $\chi^2=10.78$, $p<0.001$)

Llama la atención la producción de definidoras para obstáculos, puesto que las mujeres que no viven en pobreza muestran un mayor vocabulario en comparación con quienes viven en pobreza, tal como se aprecia en las tablas 8 y 9.

Tabla 8 Definidoras Felicidad en Mujeres que viven en no pobreza y Mujeres que viven en pobreza

| Mujeres que viven en no pobreza | | Mujeres que viven en pobreza | |
|---------------------------------|-----|------------------------------|-----|
| Valor J | 135 | Valor J | 121 |

Tabla 9. Definidoras Obstáculos en Mujeres que viven en no pobreza y Mujeres que viven en pobreza

| Mujeres que viven en no pobreza | | Mujeres que viven en pobreza | |
|---------------------------------|-----|------------------------------|-----|
| Valor J | 163 | Valor J | 109 |

Los datos obtenidos en la tabla 10 muestran la definición psicológica de felicidad de las mujeres, como podemos apreciar la convivencia, familia, hijos, salud y nietos parecen representar la felicidad para las mujeres independientemente de su nivel socioeconómico pues tienen un peso semántico similar sin diferencias estadísticas significativas. Es importante resaltar que para el sexo femenino cobra relevancia la familia a una generación más abajo, puesto que incluyen a los nietos, mientras que los adultos mayores de sexo masculino sustituyen dicha figura por la de su pareja, mientras que para las mujeres el factor pareja parece quedar fuera de la definición de felicidad.

En cuanto a las diferencias en función de su estado de pobreza, en la definición de felicidad para las mujeres, la Tabla 10 muestran que la felicidad para los adultos de pauperados se encuentra relacionado con actividades recreativas tales como ejercicio, caminar, bailar y pasear, las cuales implican actividad física, mientras que las personas en estado de no pobreza identifican actividades productivas económicamente como el trabajo, así como actividades que no requieren una alta interacción social tales como la lectura, estar en casa, e incluyen otras sin categorización como el amor.

Existe una mayor homogeneidad para definir la felicidad en los adultos mayores de sexo femenino independientemente de su estado socioeconómico.

Los datos obtenidos en la tabla 10 sugieren que la felicidad para las mujeres independientemente de su nivel socioeconómico, consiste en la familia, hijos y nietos puesto que dichas definidoras tienen un peso semántico similar sin diferencias estadísticas significativas.

Tabla 10. Definidoras Felicidad en Mujeres que viven en no pobreza y Mujeres que viven en pobreza

| Valor M | No pobreza | Pobreza | X2 | sig |
|-------------|---------------|---------|-------|--------|
| Familia | 106 | 139 | 4.444 | 0.035 |
| Hijos | 105 | 127 | 2.086 | 0.14 |
| Salud | 103 | 77 | 3.755 | 0.05 |
| Amigos | 53 | 43 | 53 | <0.001 |
| Nietos | 49 | 57 | 0.603 | 0.43 |
| Amor | 36 | | 36 | <0.001 |
| Convivencia | 36 | 24 | 2.4 | 0.121 |
| Pasear | 32 | 24 | 2.6 | <0.122 |
| Leer | 30 | | 30 | <0.001 |
| Casa | 25 | | 25 | <0.001 |
| Ejercicio | | 46 | 46 | <0.001 |
| Bailar | | 29 | 29 | <0.001 |
| Caminar | | 24 | 24 | <0.001 |

Los datos obtenidos en la tabla 11 muestran la definición psicológica de los obstáculos para alcanzar la felicidad de las mujeres, los resultados parecen indicar que enfermedad, salud, soledad, hijos, familia y el dolor son preocupaciones que comparten las mujeres independientemente de su nivel socioeconómico, Estos resultados parecen indicar que existen mayor diversidad de barreras en el sexo femenino, entre las cuales se incluyen tanto factores sociales (familia, hijos y soledad) como factores físicos (enfermedad y salud).

Los resultados también sugieren que los adultos mayores mujeres que no viven en estado de pobreza tienen como obstáculos para su felicidad problemas como la economía, el tiempo, y la inseguridad, mientras que los hombres que viven en pobreza dirigen su atención a obstáculos que se centran en problemas, dolor y preocupación.

Tabla 11. Definidoras Obstáculos en Mujeres que viven en no pobreza y Mujeres que viven en pobreza

| Valor M | | | | |
|--------------|---------------|---------|-------|--------|
| | No pobreza | Pobreza | X2 | sig |
| Enfermedad | 106 | 88 | 1.670 | 0.19 |
| Salud | 77 | 57 | 2.985 | 0.08 |
| Economía | 74 | | 74 | <0.001 |
| Dinero | 43 | 61 | 3.115 | 0.07 |
| Tiempo | 39 | | 39 | <0.001 |
| Soledad | 38 | 17 | 8.018 | <0.004 |
| Hijos | 31 | 22 | 1.528 | 0.21 |
| Inseguridad | 18 | | 18 | <0.001 |
| Familia | 16 | 19 | 0.257 | 0.61 |
| No salir | 14 | 18 | 0.5 | 0.47 |
| Problemas | | 31 | 31 | <0.001 |
| Dolor | | 24 | 24 | <0.001 |
| Preocupación | | 17 | 17 | <0.001 |

Capítulo 6. Discusión.

6.1. Sobre las hipótesis.

Con los resultados obtenidos y contestando a las preguntas de investigación plateadas en esta tesis, se puede observar que para definir la felicidad, hombres y mujeres, independientemente del estado de pobreza y del sexo, manifestaron que este constructo se vincula a la familia, hijos y nietos.

Para las mujeres que viven en estado de pobreza y aquellas que viven en estado de no pobreza, el que la felicidad sea definida en términos de la interacción con otros (familia, hijos y amigos) corrobora lo que se ha reportado en otras investigaciones (Csikszentmihaly & Hunter, 2003) en las que se señala que los lazos sociales cercanos o íntimos son elementos centrales para aumentar la felicidad en las personas.

Arita (2006) señala que los factores seguridad y dinero que proporcionan son elementos indispensables que se hallan en los estudios sobre la calidad de vida y el felicidad, sin embargo el dinero se encuentran presente en las definiciones del sexo masculino como descriptoras de la felicidad, mientras que las mujeres lo señalan como una amenaza.

Cabe resaltar la diferencia que hay entre la presencia de la pareja entre las definidoras de los hombres que viven en pobreza como los que no viven en pobreza, mientras que en las mujeres la definidora pareja se encuentra ausente. Esto es, para los hombres que viven en pobreza tanto para los que viven en condiciones afluentes, la definidora “pareja” es importante como componente de la felicidad. En contraste, para las mujeres esta definidora no fue mencionada en ninguno de los dos grupos de pobreza considerados.

Se encuentra una similitud del 50% de definidoras para felicidad con hombres que viven en pobreza con hombres que no viven en pobreza, por lo que al menos en la población considerada se puede sugerir que la variable de pobreza no está cambiando la definición que los adultos mayores de sexo masculino tienen de la felicidad.

Por otro lado también se encuentra una similitud del 60% entre las definidoras para felicidad de mujeres que viven en pobreza con mujeres que no viven en pobreza, por lo que al menos en la población encuestada se puede asegurar que la variable de pobreza no está cambiando la definición que los adultos mayores de sexo femenino tienen de la felicidad.

A partir de los datos obtenidos en este estudio, se puede sugerir que la felicidad es una emoción positiva que se produce al hacer una evaluación general de la vida en un momento o situación particular, que está fuertemente unida al amor y que, en el caso de la cultura mexicana, se vincula a las redes de apoyo, como la familia, la pareja, los hijos y los amigos. Estas definiciones concuerdan con las planteadas por Veenhoven (2005) y Diener (1984) respecto a la evaluación de la felicidad.

Existe una gran diversidad de constructos que los adultos mayores ocuparon para definir la felicidad, de los cuales únicamente los constructos de familia, hijos y salud convergen para ambos sexos y niveles socioeconómicos lo cual difiere de la Encuesta Nacional sobre Satisfacción Subjetiva con la Vida y la Sociedad (ENSAVISO) (Instituto de investigaciones Sociales de la UNAM, 2015) donde se señala que existe una homogeneidad en la definición de felicidad para el 85% de la población mexicana. La explicación a dicha coincidencia parece estar ligada con un fenómeno contextual, ya que la cultura mexicana tiene la familia como un pilar indispensable.

Con respecto a las dificultades para alcanzar la felicidad, tanto para hombres como para mujeres se encuentran limitantes como el deterioro de la salud, la economía y el dinero que son parte del factor económico, las ausencias y la soledad las cuales están presentes tanto en personas que viven en pobreza como en personas que no viven en estado de pobreza. Una limitante para la felicidad en mujeres tanto que viven en pobreza como para aquellas que no viven en dicha condición es la dificultad para salir.

En contraste, para los hombres que viven en condiciones afluentes, el obstáculo más relevante para alcanzar la felicidad es el trabajo, mientras que para los hombres que viven en pobreza sus principales limitantes para alcanzar la felicidad es no contar con la pareja y el abandono.

Se puede concluir que las definiciones de felicidad elaboradas por ambos sexos incorporan factores subjetivos como el amor, el tiempo o la diversión y factores objetivos tangibles como la familia lo cual contrasta con las investigaciones de Wood, Rhose y Whelan (1989) y de Mookherjee (1997) quienes señalan que los hombres evalúan la felicidad con elementos más tangibles y objetivos mientras que las mujeres definen la felicidad subjetivamente.

Llama la atención la convergencia que existe en torno al núcleo familiar en las definiciones de ambos sexos independientemente del nivel socioeconómico lo cual converge con los datos de la Encuesta Nacional sobre Satisfacción Subjetiva con la Vida y la Sociedad (ENSAVISO) (Instituto de investigaciones Sociales de la UNAM, 2015) donde se señala que el factor que más les han ayudado a las personas a enfrentar la vida para ser felices son la relación con su familia.

Como se puede apreciar los hallazgos de éste estudio permitieron delimitar de una forma más integral el constructo de felicidad en adultos mayores, de acuerdo a su estado socioeconómico, durante el estudio se hallaron algunas dificultades y se visualizan algunas aportaciones que se citan a continuación.

5.3. Limitaciones.

Entre los problemas que se enfrentaron para la realización de este trabajo, destaca contactar a los participantes y que aceptaran la entrevista por lo que se recomienda que para futuras investigaciones se tenga una población cautiva.

Otra limitante del estudio es que los resultados solo son aplicables a la muestra con la que se trabajó (Ciudad de México y área metropolitana); por ello, es necesario ampliar la muestra y ahondar más en el análisis de los conceptos felicidad general y felicidad en la relación de pareja. Como sugerencia, se recomienda hacer más investigaciones sobre el tema con participantes del norte y sur del país, así como análisis en otras poblaciones, una mayor variación en datos socioeconómicos, religión y escolaridad, entre otras variables.

Capítulo 7. Implicaciones.

7.1 Implicaciones Teóricas

Hasta este momento la felicidad se mide de forma estandarizada, los resultados de dicha estandarización son que el 85% de la población mexicana se encuentra feliz a pesar de su situación económica (Instituto de investigaciones Sociales de la UNAM, 2015), dicha estandarización permitió que México se ubicara por encima de países Nórdicos y Europeos en el Happy Planter Index (World Economic Forum, 2016), sin embargo surge la pregunta, ¿Acaso la felicidad se debería medir de forma diferente de acuerdo con el nivel socioeconómico? De acuerdo a los resultados obtenidos, existen 3 factores que los adultos mayores asocian con la felicidad independientemente del nivel socioeconómico sin embargo, dichos factores constituyen únicamente un 30% de la definición de la felicidad

7.2 Implicaciones Metodológicas:

La adaptación de la técnica de Redes Semánticas Naturales (Valdéz-Medina 2000) permitió explorar el significado connotativo y denotativo del concepto de felicidad en los adultos mayores.

7.3 Implicaciones Empíricas.

La felicidad fue definida de distinta manera para hombres y mujeres adultos mayores que viven en estado de pobreza y no pobreza. La felicidad incluye el tiempo de esparcimiento en diferentes hobbies lo cual sólo se encuentra contemplado por la psicología positiva, sin embargo no se nombró dentro de los principales indicadores de felicidad dentro de la muestra estudiada.

Bibliografía

- Instituto de investigaciones Sociales de la UNAM. (2015). *Encuesta Nacional sobre Satisfacción Subjetiva con la Vida y la Sociedad*. Ciudad de México: UNAM.
- Alarcón, R. (2000). Variables psicológicas asociadas con la felicidad. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*, 147-157.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Interamerican Journal of Psychology*, 99-106.
- Anaya Ortiz, R. G. (2014). *Políticas públicas en el combate a la pobreza en México 2000-2012*. Universidad Autónoma del Estado de México. Amecameca Estado de México: Tesis de Licenciatura en Ciencias Políticas y Administración Pública.
- Anderson, J. R. (2000). *Cognitive psychology and its implications*. (5° Edición ed.). New York: Worth Publishers.
- Argyle, M., Martín, M., & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. En J. P. Forgas, & J. M. Innes, *Recent advances in social psychology: An international perspective* (págs. 189-203). North-Holland: Elsevier.
- Aristizábal-Vallejo, N. (2005). Imagen social de los mayores en estudiantes jóvenes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 1(4), 27-32.
- Arita, W. (2006). *Calidad de vida en Culiacán. Condiciones objetivas, capacidad y bienestar subjetivo*. México: Fontamara.
- Arraga Barrios, M. V., & Sánchez Villarroel, M. (2010). Bienestar Subjetivo en Adultos Mayores Venezolanos. (I. J. Psychology, Ed.) *Interamerican Journal of Psychology*, 44(1), 12-18.
- Bruni, L., & Zamagni, S. (2007). *Economía Civil: Eficiencia, equidad, felicidad pública*. Buenos Aires: Prometeo Libros.
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión . (2004). *Ley General de Desarrollo Social*. México D.F.: Diario Oficial de la Federación.
- Collins, A. M., & Loftus, E. F. (1988). A spreading activation theory of Semantic Processing. En A. Collins, & E. E. Smith, *Readings in cognitive science* (págs. 126-128). San Mateo California: Morgan Kaufman Publishers.

- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2014). *Panorama Social de América Latina*. Santiago de Chile: (LC/G.2635-P).
- CONEVAL. (20 de 12 de 2014). *Sitio Web CONEVAL*. Recuperado el 24 de 10 de 2016, de <http://www.coneval.org.mx/Medicion/EDP/Paginas/Evolucion-de-las-dimensiones-de-la-pobreza-1990-2014-.aspx>:
<http://www.coneval.org.mx/Medicion/EDP/Paginas/Evolucion-de-las-dimensiones-de-la-pobreza-1990-2014-.aspx>
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (Coneval). (2013). *“Evaluación de desempeño 2012-2013 Programa 70 y Más*. México D.F.: CONEVAL.
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2014). *Informe de Pobreza en México 2014*. México D.F.: CONEVAL.
- Csikszentmihaly, M., & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: the uses of experience sampling. *Journal of happiness studies*, 4, 185-199.
- Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, XII(1), 83-96.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*(95), 542-575.
- Diener, E. (2009). *The Science of Well-Being: The Collected Works*. New York: Springer.
- Diener, E., & Oishi, S. (2000). Money and happiness: Income and subjective well-being across nations. En E. Diener, & E. Suh, *Culture and Subjective Well-being*. Cambridge: Cambridge Mass., MIT Press.
- Esteve, F. (2004). La Economía de la Felicidad. Nuevos elementos para la crítica del liberalismo económico. En M. d. Ciencia, *Filosofía y economía de nuestro tiempo: orden económico y cambio social*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- Figuroa, J. G., González, E. G., & Solís, V. M. (1981). Una aproximación al problema del significado: las redes semánticas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 447-458.
- Figuroa, J. G., González, G. E., & Solís, V. M. (1976). An approach to the problem of meaning: Semantic networks. *Journal of Psycholinguistic Research*, 5(2), 107-115.

- Fredrickson, B. L. (2002). Positive emotions. En C. R. Snyder, & S. J. Lopez, *Handbook of positive psychology* (págs. 457-459). New York: Oxford University Press.
- Gillman, J. E., & Seligman, M. (1999). Footsteps on the road to a positive psychology. *Behaviur Research and Therapy*, 37, 163-173.
- Harlow, H. F. (1958). The Nature of Love. *American Psychologist*, 673-685.
- Helliwell, J., Layard, R., & Sachs, J. (2016). *World Happiness Report 2016, Update (Vol. I)*. New York: Sustainable Development Solutions Network.
- Hernández Licona, G. (2013). Combatir la pobreza. *México Social*.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 1073-1082.
- INEGI. (2005). *Los adultos mayores en México. Perfil sociodemográfico al inicio del siglo XX*. México: INEGI.
- INEGI. (2015). *Encuesta Intercensal 2015*. México: INEGI.
- Íñiguez, M. (2016). Migrantes y Derechos Humanos. *Migrantes y Derechos Humanos* (págs. 2-3). Ciudad de México: Congreso de la Unión.
- Kerlinger, F. N. (1997). *Investigación del comportamiento*. Oregon: Mc Graw Hill.
- Kozma, A., & Stones, M. J. (1980). The Measurement of Happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness. *Journal of Gerontology*, 906-918.
- Layard, R. (2005). *La felicidad: lecciones de una nueva ciencia*. Madrid: Taurus.
- Lu, L., & Bin Shih, J. (1997). Sources of Happiness: A Qualitative Approach. *The Journal of Social Psychology*, 181-187.
- Montero López-Lena, M. (2014). *Costos psicológicos de envejecer en pobreza: propuesta de un modelo correlacional*. México D.F.: DGAPA-UNAM.
- Montes de Oca, V. (15 de Junio de 2013). Continúan adultos mayores desprotegidos y vulnerables. *Boletín UNAM-DGCS-360*.
- Mookherjee, H. N. (1997). Marital status, gender, and perception of well-being. En I. Chakravarty, *Assessment of Happiness among the Elderly Population in the United States* (págs. 327 - 343). Calcutta, India: Life in Twilight Year.

- Narayan, D. (2000). *La voz de los pobres: ¿Hay alguien que los escuche?* Madrid: Ediciones Mundi Prensa (Banco Mundial).
- ONU. (2010). *El Progreso de América Latina y el Caribe hacia los Objetivos de Desarrollo del Milenio. Desafíos para lograrlos con igualdad*. Ginebra: ONU.
- ONU. (2010). *UNFA: Estado de la población mundial*. Ginebra: Grupo Consultivo UNFPA.
- Organización Mundial de la Salud. (1996). La Gente y la Salud ¿Que calidad de vida? *Foro Mundial de Salud*, 17, 385-387.
- Park, N., & Peterson, C. (2009). Achieving and sustaining a good life. *Perspectives on Psychological Science*, 4, 422-428.
- PNUD. (2015). *Índice de Desarrollo Humano para las entidades federativas, México 2015*. México: Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2014). *Informe sobre Desarrollo Humano 2014*. New York: PBM Graphics.
- Saldaña, I. (02 de 12 de 2014). *El Financiero*. Recuperado el 22 de 02 de 2017, de www.elfinanciero.com.mx:
<http://www.elfinanciero.com.mx/economia/mexicanos-pobres-pero-contentos.html>
- Secretaría de Desarrollo Social (Sedesol). (2014). *Segundo Informe Trimestral 2014. Programas de Subsidios del Ramo 20, Desarrollo Social*. México D.F.: Dirección General de Seguimiento-Sedesol.
- Secretaría de Gobernación. (2010). *Diario Oficial de la Federación*. México D.F.: Diario Oficial de la Federación.
- SEDESOL. (15 de 01 de 2015). *Página Web SEDESOL*. Recuperado el 24 de 10 de 2016, de Página Web SEDESOL: http://www.2006-2012.sedesol.gob.mx/es/SEDESOL/Programa_de_Desarrollo_Humano_Oportunidades
- Seligman, M. (2005). *La auténtica felicidad*. Colombia: Imprelibros, S.A.
- Sheldon, Kennon, M., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56(3), 216-217.

- Szalay, L., & Bryson, A. (1974). Psychological meaning: Comparative analyses and theoretical implications. *Journal of Personality and Social Psychology*, 860-870.
- Tatarkiewics, W. (1973). *Analysis of happiness*. Netherlands: The Hague.
- Valdéz Medina, J. L. (1998). *Las redes semánticas naturales : usos y aplicaciones en psicología social*. Ciudad de México: UAEM.
- Veenhoven, R. (2001). CALIDAD DE VIDA Y FELICIDAD: NO ES EXACTAMENTE LO MISMO. En G. De Girolamo, & , *Qualita' della vita e felicita'* (págs. 67-95). Torino, Italia: Centro Scientifico Editore.
- Veenhoven, R. (2005). Lo que sabemos de la felicidad. En E. L. Garduño, A. B. Salinas, & H. M. Rojas, *Calidad de vida y bienestar subjetivo en México* (págs. 17-55). México: Plaza y Valdés.
- Vera, J. A., & Batista de Albuquerque, F. J. (2005). Redes semánticas: Aspectos teóricos, técnicos, metodológicos y analíticos. *Revista Ra Ximhai*, 439-451.
- Vygotsky, L. (2007). *Pensamiento y habla*. Buenos Aires: Colihue.
- Wood, W., Rhodes, N., & Whelan, M. (1989). Sex Differences in Positive Well-Being: A Consideration of Emotional Style and Marital Status. *Psychological Bulletin of Texas A&M University*, 106(2), 249-264.
- World Economic Forum. (2016). *Happy Planet Index*. New York: World Economic Forum.
- World Economic Forum. (2016). *The Happy Planet Index 2016 A global index of sustainable wellbeing*. London: New Economics Foundation.
- Yaschine, I., & Ochoa, S. (2015). La política de la superación de la pobreza en México, 1997-2014. *Octavo Diálogo nacional por un México Social: El desarrollo ahora* (págs. 1-19). México: PUED UNAM.

Anexos.

Anexo I. Redes semánticas.

Escriba sobre la línea 5 cosas que le hagan sentirse feliz en la vida, palabras que expresen que usted se siente feliz con su vida.

Mencione 5 problemas u obstáculos para que se sienta feliz con su vida
