



UNIVERSIDAD
DON VASCO, A. C.

UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

INCORPORACIÓN N° 8727-25 A LA

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

*CONCEPTO DE FELICIDAD DE LOS ESTUDIANTES DE
PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.*

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

DIEGO IVAN GONZÁLEZ GARCÍA

Asesora: Lic. Perla Lizbeth Uribe Carmona

Uruapan, Michoacán. A 31 de enero de 2017.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

ÍNDICE

Introducción.

Antecedentes	1
Planteamiento del problema	5
Objetivos	7
Pregunta de investigación	9
Instrumentos de campo	9
Justificación	10
Marco de referencia	12

Capítulo 1. La felicidad.

1.1 Definición de felicidad	15
1.2 Factores que influyen en la felicidad.	20
1.3 Tipos de felicidad	25
1.4 Consecuencias de la felicidad	30
1.5 Bases biológicas y científicas de la felicidad	31

Capítulo 2. Género.

2.1 Definición de género	35
2.1.1 Diferencia entre género y sexo	41
2.2 Mujer	43
2.3 Hombre	44

2.4 El rol típico de hombres y de mujeres en el contexto de la cultura mexicana	46
2.5 Principales diferencias entre hombres y mujeres	48

Capítulo 3. Metodología, análisis e interpretación de resultados.

3.1 Descripción metodológica	56
3.1.1 Tipo de enfoque	57
3.1.2 Tipo de diseño	59
3.1.3 Tipo de estudio	59
3.1.4 Tipo de alcance	60
3.1.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	61
3.2 Población	64
3.3 Descripción del proceso de investigación	66
3.4 Análisis e interpretación de resultados	68
Conclusiones	90
Bibliografía	93
Mesografía	95
Anexos.	

INTRODUCCIÓN

En el presente documento se expone el estudio realizado acerca del concepto de felicidad manejado por los estudiantes de Psicología de una universidad privada. Como primer asunto, se exponen enseguida los elementos contextuales necesarios para brindar al lector un panorama inicial.

Antecedentes

De acuerdo con la Real Academia Española (2016), la felicidad es un estado de grata satisfacción espiritual y física. También la define como persona, situación, objeto o conjunto de ellos que contribuyen a hacer feliz. Los estudios o investigaciones acerca del concepto de felicidad son muy escasos, sin embargo, enseguida se hablará de algunas investigaciones que se realizaron y que están relacionadas con la felicidad.

El primer estudio es una tesis doctoral que lleva por título “Estudio de los conceptos cotidianos de *happiness* y felicidad desde un enfoque probabilístico”, hecho por Vargas, en la ciudad de Madrid, España, en el año 2010. Esta indagación tenía como objetivo comparar los conceptos emocionales detrás de los términos *happiness* del inglés y felicidad del español, con el propósito de revisar si efectivamente corresponden a categorías completamente equivalentes. Para este estudio de los conceptos emocionales, se propuso y se utilizó metodológicamente un

enfoque probabilístico, esto quiere decir que se entienden que hay un concepto emocional detrás de cada término emocional estudiado (*happiness* y felicidad), los cuales poseen características diversas, las que no pueden ser consideradas necesarias ni suficientes.

De acuerdo con Vargas (2010), se hicieron dos estudios con diferentes muestras, las cuales se mencionan a continuación: En el estudio uno, los participantes fueron doscientos diez estudiantes palestinos (65% mujeres y 35% hombres); 196 estudiantes chilenos (60% mujeres y 40% hombres); 267 estudiantes españoles (69% mujeres y 31% hombres) y 80 estudiantes de USA (74% mujeres y 26% hombres). Adicionalmente, se incorporó una muestra de estudiantes colombianos, país que usualmente destaca por sus reportes elevados de felicidad (Diener et al., 2000) y una muestra de Alemania, país que reporta niveles bajos en comparación con países de similar nivel de desarrollo e ingresos (Csikszentmihalyi, 1999); en el estudio dos, los participantes fueron treinta y dos estudiantes de Manhattan College, Georgetown University y Adelphi University de Nueva York (56,2% mujeres y 43,8% hombres); y 101 estudiantes de la Universidad Autónoma de Madrid (56,4% mujeres, 43,6% hombres).

Las encuestas fueron respondidas de manera voluntaria durante los meses de junio a septiembre de 2007. Las edades de los sujetos están entre los 18 y 30 años, con un promedio de 21,8 (SD=2,8). Los resultados que se obtuvieron con estos estudios desvirtúan uno de los principales planteamientos de algunos investigadores que sostienen la perspectiva clásica, en el sentido que todas las personas parecen

comprender un único concepto asociado con los términos *happiness* y sus más próximos equivalentes (Layard, 2005; Veenhoven, 2000). Por lo tanto, la conclusión a la que se llegó fue que las personas no comprenden el mismo concepto asociado entre *happiness* y felicidad.

El siguiente estudio es una tesis para obtener la Licenciatura en Psicología realizada por Delgado (2010), de la Universidad Don Vasco, A.C. de Uruapan, Michoacán, la cual lleva como título “Percepción de la felicidad en mujeres casadas.”, la cual tenía como objetivo establecer el nivel de felicidad percibido por las mujeres casadas a partir de su matrimonio. Para ello, se utilizó un enfoque cuantitativo, con una investigación bibliográfica previa, ya que se utilizó un cuestionario con un escalamiento tipo Likert. Este estudio se realizó con una muestra de 25 mujeres casadas legalmente, de 25 a 29 años de edad, de la ciudad de Uruapan, Michoacán, de las cuales solo se consideraron 23, ya que eran las que cumplían con los parámetros. Los resultados que se obtuvieron se dividieron en categorías; a continuación, se citan las tres más relevantes.

- Auto-realización de la mujer: las mujeres encuestadas se encuentran neutrales con respecto a la autorrealización obtenida mediante su matrimonio, sin embargo, la mayoría refiere haber conseguido en su matrimonio las circunstancias que para ellas resultan de importancia.
- Toque físico: valor tan importante que tiene para las mujeres casadas el tener contacto físico con sus parejas.

- Soltería y matrimonio en la mujer: las mujeres casadas se perciben más felices cuando eran solteras, por lo que consideran que el estado ideal de la mujer es cuando está soltera y, por ello, desearían regresar el tiempo atrás y volver a ese estado; además, mencionan haberse perdido algunas atenciones o detalles por sus parejas, quienes han cambiado actitudes de manera negativa para ellas.

Por último, la conclusión a la que se llegó con esta investigación fue que se considera que las mayores satisfacciones y autorrealización se obtienen cuando la mujer está soltera, pues ellas mismas así lo experimentaron. Agregaron además que el contacto físico, el tiempo de calidad y las palabras de afirmación, son expresiones necesarias e importantes para mantener el nivel estable y adecuado de felicidad.

El último estudio es un artículo de la Revista Interamericana de Psicología del año 2006, realizado por Alarcón, de la Universidad Ricardo Palma, de la ciudad de Lima en Perú, el cual se titula “Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad”. Este trabajo tenía como objetivo conocer el grado de felicidad de las personas mediante la aplicación de una escala de tipo Likert. A partir de una definición teórica de la felicidad, que después fue operacionalizada, se construyó una escala de tipo Likert con cinco alternativas de respuesta. Los 27 reactivos que integran la Escala de Felicidad de Lima (EFL), que fue como se denominó al instrumento, fue administrada a 709 estudiantes universitarios, varones y mujeres, con una edad media de 23.1 años. Después de su aplicación y de varios estudios

más, se llegó a la conclusión de que sus valores psicométricos la acreditan como un instrumento válido y confiable.

La Escala de Felicidad está compuesta por ítems contruidos según una escala de tipo Likert, de cinco alternativas: totalmente de acuerdo; acuerdo; ni acuerdo ni desacuerdo; desacuerdo; y totalmente en desacuerdo. Al extremo positivo se le otorgó cinco puntos y al extremo negativo, un punto. Los ítems fueron redactados en forma favorable o desfavorable a la felicidad. En el cuestionario los ítems están distribuidos aleatoriamente. Los datos estadísticos descriptivos de la Escala de Felicidad son los siguientes: Media =110.08; Mediana=112.00; Moda=111; Desviación Estándar=14.80; Varianza=219.25; Asimetría=-.77; Curtosis=1.50; Rango=112.

Se puede observar que los valores de tendencia central son muy cercanos entre ellos. Ya que la media obtenida fue de 110.08, y el máximo puntaje posible es de 135, se puede llegar a la conclusión de que el grado de felicidad de las personas a las que se aplicó el test para su validación, fue bastante alto.

Planteamiento del problema

Como es sabido, en todas las culturas y países la felicidad es un tema central y de gran importancia, y es algo que, en general, todas las personas buscan. Pero siempre ha quedado la duda sobre lo que en realidad es la felicidad.

En el planeta existen más de 7 mil millones de personas y, muy probablemente, el mismo número de conceptos de felicidad. Dicho concepto se ha vuelto muy subjetivo, cada persona ve la felicidad de distintas maneras, algunos ni siquiera creen que existe, aunque algo común es que todos lo ven como algo positivo y, por lo menos, la mayoría intenta obtenerla.

El que el concepto de felicidad sea muy subjetivo llega a ocasionar problemas o malos entendidos entre las personas y sus relaciones, ya que mientras una persona intenta ser feliz de determinada manera, otra podría intentarlo de una forma totalmente distinta.

En la psicología, particularmente en psicoterapia, queda claro que cada persona es un mundo y que nunca habrá dos personas iguales, por ello, el trabajo y el proceso que se lleve siempre será diferente y particular; pero que sean distintas no significa necesariamente que no existan similitudes y características que se repitan, de las cuales se puedan obtener ciertas generalizaciones para, así, seguir un determinado camino en su proceso y, por lo tanto, facilitarlo.

Las personas que acuden a psicoterapia o atención psicológica, generalmente llegan por distintos motivos de consulta y metas que les gustaría lograr, pero siempre, ya sea explícita o implícitamente, buscan la felicidad, aunque, como se ha venido mencionando, la quieren encontrar de distintas maneras.

Por todo lo anteriormente planteado, se ha decidido efectuar esta investigación, para conocer de manera general cuáles son las diferencias y similitudes que se tienen acerca del concepto de felicidad en distintos grupos o sectores de la sociedad, y como para conocer esto se necesitarían llevar a cabo muchas investigaciones, se decidió comenzar con un contraste más básico, entre el concepto de felicidad que tienen los hombres con el que tienen las mujeres de 18 a 27 años de edad.

Aparte de todo lo anterior, se decidió hacer esta investigación, por motivo de que son muy escasas las indagaciones relacionadas. Es complicado encontrar información acerca del concepto de felicidad, ya que la información del concepto se limita mucho a definiciones concretas por parte de diccionarios o enciclopedias, y no se le da peso al factor de la subjetividad. Si bien se pueden encontrar estudios e investigaciones de la felicidad, generalmente son enfocados al área de superación personal, por ejemplo, estudios que afirman que al ayudar a los demás o que al practicar algún deporte, hará a la persona más feliz; por otro lado, que las personas de ciertas edades son menos felices; pero las investigaciones enfocadas al concepto de felicidad, en realidad son muy escasas y difíciles de encontrar.

Objetivos

El presente trabajo tuvo diversas tareas teóricas y metodológicas que estuvieron reguladas por las directrices que enseguida se enuncian.

Objetivo general

Describir el concepto de felicidad que tienen los estudiantes de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C., en la ciudad de Uruapan, Michoacán, México.

Objetivos particulares

1. Determinar el concepto de la felicidad de acuerdo con la corriente de la psicología positiva.
2. Listar las características de la felicidad que maneja la psicología positiva.
3. Distinguir las principales diferencias de género que se presentan en los jóvenes, desde un enfoque psicológico.
4. Diferenciar los roles sociales que adquieren los hombres y las mujeres en su juventud.
5. Identificar los conceptos que tienen en común hombres y mujeres estudiantes de Psicología de la Universidad Don Vasco, A. C., de Uruapan, Michoacán, México, mediante la aplicación de una red semántica.
6. Contrastar el concepto que tienen los hombres estudiantes de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C., con el concepto de las mujeres de la misma carrera y universidad, de acuerdo con los resultados obtenidos de la aplicación de la red semántica y la entrevista.

Pregunta de investigación

Conocer el concepto de felicidad que tienen las personas es algo fundamental para todo psicólogo, incluso para cualquier profesional con una carrera relacionada, ya que lograr que el paciente o cliente la obtenga, será el fin último en cualquier proceso de atención psicológica o de psicoterapia. Por ello, se plantea la siguiente pregunta de investigación.

¿Cuál es el concepto de felicidad que tienen los estudiantes de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C., en la ciudad de Uruapan, Michoacán, México?

Instrumentos de campo

Para la recolección de datos y para su posterior análisis, el instrumento a utilizar será el de Redes Semánticas Naturales, el cual Figueroa (citado por Álvarez-Gayou; 2003), propone por la necesidad que había surgido de abordar el estudio del significado directamente en humanos y no solamente mediante modelos computacionales. Además de lo anterior, y de acuerdo con Álvarez-Gayou (2003), este modelo intenta proporcionar una explicación del problema de las relaciones entre los nodos conceptuales que constituyen la estructura básica de la red. Para lograrlo, los participantes en la investigación realizan fundamentalmente dos tareas: definir la palabra estímulo con un mínimo de cinco palabras sueltas, para posteriormente jerarquizarlas considerando la importancia que cada palabra definitoria tiene, en función de la palabra estímulo.

Según Álvarez-Gayou (2003), el equipo de Figueroa demostró que los resultados no constituyen asociaciones libres como las que se obtienen en la técnica psicoanalítica, pues al pedir a los participantes que jerarquicen, se consigue precisamente una red semántica, entendida como el conjunto de conceptos seleccionados por los procesos de reconstrucción de la memoria, en la que participan las clases y las propiedades de los elementos que la integran.

El otro instrumento que se utilizó de forma complementaria fue la entrevista, la cuál de acuerdo con Álvarez-Gayou (2003), es una conversación que tiene una estructura y un propósito. En la investigación cualitativa, la entrevista busca entender el mundo desde la perspectiva del entrevistado, así como desmenuzar los significados de sus experiencias. Según Steinar Kvale (citado por Álvarez-Gayou; 2003: 110), el propósito de la entrevista es “obtener descripciones del mundo de vida del entrevistado respecto a la interpretación de los significados de los fenómenos descritos”.

Justificación

A lo largo de la historia, el concepto de felicidad ha ido cambiando, los diferentes sectores de la población han ido modificando su concepto de felicidad, pero nunca se le ha dado la importancia suficiente a estudiar estos conceptos, es decir, todo se queda en concluir que cada persona tiene su propio concepto. De acuerdo con esta investigación, es de primordial importancia efectuar un análisis para tratar de generalizar los conceptos de felicidad, de acuerdo con diferentes

grupos sociales, ya sea por edad, nivel socioeconómico, género, localización geopolítica o religión, entre otras características.

Para la gente inmiscuida en la psicología y en la psicoterapia, sería muy útil tener una base más generalizada sobre los conceptos de felicidad más frecuentes en ciertos grupos de personas, ya sea que fuera clasificado por edades, género, situación socioeconómica o algún otro factor. Para así saber, o por lo menos tener una idea, de lo que quiere lograr cierto paciente que acuda con ellos.

Por otro lado, se pretende incentivar a la realización de otras investigaciones relacionadas con el concepto de felicidad, analizándolo en diferentes contextos y sectores de la población, para así, de ser posible, en un futuro contar con varios conceptos generalizados de lo que es la felicidad, clasificados en distintas categorías. Si en esta investigación se demuestra que es posible obtener dichas generalizaciones, esto provocará a su vez que de ella se desprendan más estudios con objetivos similares, los cuales resultan por demás necesarios, ya que una variable tan grande y amplia como lo es la felicidad, necesita de una amplia investigación y análisis desde varios puntos de vista, para tratar de abarcarla tan cabalmente como sea posible.

También es muy importante hacer énfasis en la investigación a profundidad del tema, la cual hasta el momento es prácticamente inexistente, aunque se cree firmemente que es algo necesario de realizar, principalmente para el área de la psicología y de las ciencias sociales, pero también para la población en general.

Todo esto se hace con la finalidad de facilitar la labor del asesor psicológico o psicoterapeuta, en su papel de guía en la búsqueda de la felicidad y mejoría del estilo de vida de sus pacientes, clientes o usuarios.

Marco de referencia

La aplicación del instrumento de la red semántica y del complemento de las entrevistas, se realizó dentro de la Universidad Don Vasco, A.C., en Uruapan, Michoacán.

De acuerdo con la página oficial de la Universidad Don Vasco, A.C. (2016), dicho centro educativo es una de las primeras instituciones particulares de estudios superiores del occidente del país y la única, en el Estado de Michoacán, que goza del reconocimiento oficial por parte de la Universidad Nacional Autónoma de México. Desde 1976, su modelo educativo se rige por las normas y estándares de calidad de la máxima casa de estudios, la cual mantiene un sistema de evaluación permanente de la infraestructura, los programas académicos, la pedagogía, la organización administrativa y la planta docente de la UDV.

Con más de 50 años de desarrollo institucional sostenido, actualmente la Universidad se encuentra consolidada como la institución particular de estudios superiores más antigua y de mayor prestigio en el Estado de Michoacán. Ofrece servicios de secundaria, preparatoria (Colegio de Ciencias y Humanidades) y diez licenciaturas, las cuales son: Administración, Arquitectura, Contaduría, Derecho,

Diseño y comunicación visual, Informática, Ingeniería civil, Pedagogía, Psicología y Trabajo social.

La Escuela de Psicología fue fundada el 24 de junio del 2004 por el Licenciado Raúl Zalapa Ríos, ya que la universidad estaba teniendo mucha demanda de dicha carrera. La primera generación comenzó con dos grupos de aproximadamente 50 alumnos cada uno, bajo el plan de estudios de la UNAM de 1976, para posteriormente, en el año 2009, hacer el cambio al plan de estudios del año 2008.

Desde sus inicios, la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C., ha contado con 483 alumnos, y de estos, 259 se han titulado desde el año 2010, que fue cuando dieron inicio los procesos de titulación, esto quiere decir que se cuenta con un índice de titulación del 54%, lo cual habla de la buena reputación que tiene la escuela.

La red semántica fue aplicada en diversas aulas de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C., encontradas en los edificios 5 y 6 en el turno matutino, las cuales son amplias y se encuentran acondicionadas algunas con butacas y otras con mesas y sillas; cuentan con escritorio para el maestro y pizarras blancas. Las entrevistas que se aplicaron posteriormente para complementar este trabajo, se aplicaron dentro de uno de los cubículos que se encuentran en la biblioteca de la misma Universidad, el cual es un espacio pequeño con una mesa en el centro y varias sillas.

Una vez establecida la introducción de la investigación, la cual incluye los objetivos y la justificación de la misma, se procederá a establecer los capítulos teóricos, los cuales sustentan la investigación y servirán como base para la aplicación del instrumento y la obtención de resultados, así como su análisis correspondiente.

CAPÍTULO 1

LA FELICIDAD

Es muy común saber que las personas anhelan ser felices, algunas incluso dicen que ya lo son o algunas otras ven imposible llegar a serlo, pero antes de preguntarse si se es feliz o no, primeramente sería importante conocer qué es la felicidad.

1.1 Definición de felicidad

Como se ha mencionado anteriormente, actualmente existen diversas hipótesis sobre lo que es la felicidad, y hasta ahora, no se ha podido concluir en algo específico. De cualquier manera, es muy importante partir de conceptos predefinidos para poder entender de manera más clara el significado de la palabra felicidad.

Según Ojeda (2005), la etimología de la palabra proviene del latín *felicitas*, -*ātis*, cuyo significado puede traducirse como que da fruto, fecundo, fértil, buena suerte, ventura o prosperidad.

De acuerdo con el Diccionario Enciclopédico Larousse (2008), felicidad es un estado de ánimo de la persona alegre y satisfecha por la situación en que vive.

Como se puede observar en dichas definiciones, se caracterizan en que en ambas se expresan solamente cualidades positivas, por lo tanto, de acuerdo con esto, la felicidad es una característica favorable.

Nettle (2006: 12), menciona que el problema del concepto de la felicidad es que resulta difícil acercarse a ella sin forzar su definición. “Si lo definimos de forma estricta como cierto tipo de sentimiento o estado psicológico, podemos, en principio, medirlo de forma objetiva, pero se nos convierte en algo demasiado trivial para usarlo como cimiento de la vida pública y de las decisiones privadas. Por otro lado, si lo definimos de forma más laxa como «los elementos de la buena vida», resulta tan amplio que elude la pregunta y desde luego, resulta imposible incluirlo en las estadísticas nacionales. Sin embargo, intuimos que existe algo a lo que llamamos felicidad, algo unitario, pero no trivial, lo bastante concreto como para buscarlo y lo bastante amplio como para que buscarlo valga la pena”.

Desde la antigüedad, se ha venido hablando de la felicidad; grandes pensadores como Sócrates, Platón y Aristóteles fueron de los primeros en hacerlo. Sócrates (citado por Ojeda; 2005: 1), planteó que “la sabiduría y el conocimiento nos guiarán por el camino correcto a alcanzar la felicidad”, es decir, que de acuerdo con él, es de suma importancia ser sabios y conocedores para poder ser felices.

Por otro lado, Aristóteles decía que “la felicidad es el bien supremo (o finalidad *-telos-*), al que aspira la humanidad” (mencionado por Ojeda; 2005: 1). Aquí se puede notar el gran valor que se le daba a la felicidad desde aquellos tiempos.

El filósofo griego Arístipo, proclamaba desde el siglo IV a.C. que “el fin de la vida consiste en maximizar la totalidad de los placeres humanos” (citado por Nettle; 2006: 9). Y de acuerdo con Nettle (2006), si lo anterior es cierto, la felicidad se convierte en el concepto más amplio y de mayor valor explicativo de toda la psicología, y también en la más urgente de todas las cuestiones personales que todo ser humano debe resolver.

Algo relacionado, pero mucho más reciente, es lo postulado por Maslow (1991), en su Teoría de la Motivación, donde formuló una jerarquía de las necesidades humanas; su planteamiento señala que cuando las necesidades básicas se ven satisfechas, los seres humanos van desarrollando necesidades y deseos más altos.

Maslow (1991) definió en su pirámide las necesidades del individuo de manera jerárquica, donde las más simples y básicas estaban en la base y las más importantes, en lo alto de la pirámide. En la última fase se encuentra con la “auto-realización” que no es más que un nivel de plena felicidad o armonía. Entonces, de acuerdo con este autor, la felicidad es la auto-realización y es una necesidad, para poder llegar ella es necesario primero cumplir y satisfacer las necesidades más básicas.

La felicidad también se ha llegado a definir como un sentimiento, tal es el caso de Bekhet, Zauszniewski y Nakhla (citados por Mercado; 2014), quienes mencionan que la felicidad es un sentimiento positivo que todas las personas pueden y desean

encontrar, un atributo autodeterminado que proviene de una construcción social. Esta construcción variará según el lugar de residencia de la persona y su cultura. Cada persona puede tener su propia definición y a partir de esta, considerarse o no feliz.

Según Mercado (2014), para sentir felicidad se debe tener un concepto propio y llegar a realizarlo. A partir de su definición, se puede obtener los elementos que la componen y cuando las personas se consideran felices.

De acuerdo con las ideas planteadas por Bekhet y cols. (citados por Mercado; 2014), y por el propio Mercado (2014), cada persona puede tener su propio concepto y definición de lo que es la felicidad, de manera que bajo sus propios estándares puede buscarla y tenerla, sin importar las diferencias que puedan existir entre los conceptos y definiciones.

Delgado (2010), menciona que algunos investigadores de la psicología positiva como Diener, Oishi y Lucas, han encontrado una equivalencia entre los vocablos bienestar subjetivo y felicidad. Al respecto, señalan que los componentes del primero son la satisfacción con la vida y la evaluación de los afectos positivos y negativos, ya que la gente hace una evaluación de su vida en el momento y en largos periodos pasados para finalmente formular un juicio global acerca de la satisfacción con la vida y valorar así su índice de felicidad. Para estos autores, el bienestar subjetivo coincide con lo que la mayoría de las personas llama felicidad y es de ahí de donde parte la idea de establecer la equivalencia.

De acuerdo con Seligman (citado por Maureira; 2014: 5), padre de la corriente conocida como psicología positiva, “la felicidad es denominada como gratificación, en la medida de que forma un todo con la acción adecuada y en la medida de que la felicidad, no se deriva del placer corporal, ni sustancias químicas, ni técnicas rápidas, sino que mediante actividades que sean acordes a propósitos nobles”.

Las actividades acordes a un propósito noble, también se refieren a una verdadera felicidad, según dice Seligman (citado por Maureira; 2014: 5), “la verdadera felicidad deriva de la identificación y el cultivo de las fortalezas más importantes de la persona y de uso cotidiano en el trabajo, el amor, el ocio y la educación de los hijos”.

En el otro extremo de pensamiento en cuanto la felicidad, se encuentra Arthur Schopenhauer, filósofo alemán y uno de los más grandes exponentes de la doctrina filosófica del pesimismo. Schopenhauer (citado por López; 2001: 1), asevera que “puesto que toda felicidad y todo placer son de carácter negativo, mientras que el dolor es positivo, resulta que la vida no tiene la función de ser disfrutada, sino que nos es infligida, hemos de padecerla; por eso *degere vitam, vita defungi, scampa cosí*”, que traducido significa: vive la vida, la vida se termina, escapa a los peligros.

De acuerdo con Vergara (2008), para Schopenhauer la felicidad es contradictoria a la vida humana, ya que para que el hombre pudiese alcanzar la felicidad y escapar de este mundo tedioso y miserable, tendría que dejar de ser lo que es, es decir, tendría que morir.

Schopenhauer considera que “...más que buscar la felicidad o el placer, los hombres sensatos aspiran más bien a la ausencia de dolor” (citado por Vergara; 2008: 1).

Sin duda, los puntos de vista de los diferentes autores y pensadores son muy variados, pero, sin importar cuál sea la perspectiva que se tenga con respecto a la felicidad, es de suma importancia tomar en cuenta todos estos aspectos para tener una mayor visión y entendimiento respecto al tema.

1.2 Factores que influyen en la felicidad

Existen diversos factores que desempeñan un papel importante dentro de la felicidad, a continuación, se mencionarán algunos que se consideran importantes.

De acuerdo con el monje zen Kyonin (2013), existen diez factores de la felicidad comprobados por la ciencia y el budismo, los cuales son:

1. Generosidad: cuando se da de corazón y sin esperar retribución, se deja el yo/ego de lado para poner atención a la necesidad de otros.
2. Vivir en el momento: los participantes de un estudio que se tomaron el tiempo para disfrutar las acciones cotidianas, que normalmente realizaban con prisa, o que pensaron en los momentos agradables del día, mostraron un incremento significativo en su felicidad y en reducción de depresión.

3. Evitar las comparaciones: hacer comparaciones con otros, daña la felicidad y autoestima. Por el contrario, tomar en cuenta logros personales lleva a una mayor satisfacción.
4. Dar la importancia correcta al dinero: entre más se busca la satisfacción en los bienes materiales, menos se encuentra. Las personas que ponen el dinero hasta arriba de su lista de prioridades, tienen más riesgo de sufrir depresión, ansiedad y baja autoestima.
5. Tener metas significativas: todos buscan ser felices en la vida. Sin embargo, el concepto de felicidad está diluido porque para la sociedad la felicidad es igual a dinero y bienes. Entonces, una gran parte de las personas traza como meta de vida tener más pertenencias para sentirse seguros y plenos. Tener metas con profundidad emocional y espiritual es mucho más valioso que millones en inversiones.
6. Tomar las riendas: la felicidad en el trabajo depende de qué tanta iniciativa se tome.
7. Atesorar la amistad y la familia: no solamente se necesitan relaciones, sino que estas sean cercanas.

8. Ver la vida por el lado amable: como comúnmente se dice, las personas felices son más optimistas, y se enfocan en las posibilidades, oportunidades y el éxito.
9. Ser agradecidos: para Buda, uno de los factores que protegen al hombre del sufrimiento es la gratitud, porque se entiende que el hombre no es nada sin los demás; conviene apreciar lo que se es y se tiene y no cegarse ante la necesidad ajena.
10. Hacer ejercicio: un estudio de la Universidad de Duke, afirma que el ejercicio es tan efectivo como los medicamentos para tratar la depresión, sin tener efectos secundarios.

El Dr. Sadler (citado por Fayard; 1969: 34), “afirma que ha verificado que los elementos esenciales de una vida normalmente feliz son, en general, los siguientes:

1. Buena salud.
2. Trabajo de acuerdo con las aptitudes.
3. Disciplina o dominio propio.
4. Amistades.
5. Ocio razonable.
6. Una religión o filosofía espiritual.”

De acuerdo con Fayard (1969), se cree que la lista del Dr. Sadler es posiblemente la más acertada, por la variedad de elementos que abarca.

Como se ha podido observar, los factores de la felicidad que mencionan los anteriores autores, son aspectos muy positivos del ser humano, y que incluso por sentido común las personas pueden saber que estos factores influirán directamente en su felicidad.

Por otro lado, Bárcenas (2015), menciona cinco factores que influenciarán la felicidad a la hora de trabajar, los cuales son:

1. Impacto de la labor empresarial sobre la sociedad: las personas están motivadas a realizar grandes aportes si se dan cuenta que su trabajo tiene un gran impacto para la sociedad; esto es relevante para el bienestar de muchas personas, pues genera innovación dentro de la empresa, en el mercado y para ciertos grupos de interés, además de satisfacer necesidades personales.
2. El valor de una remuneración apropiada: aunque se puede afirmar que el dinero como elemento clásico de retribución a un trabajo, no es el factor clave para estimular a la acción, motivar al trabajo con un propósito o construir compromiso; es relevante para las personas tener la seguridad de percibir que sus necesidades básicas materiales estarán satisfechas y que su salario es satisfactorio para su calidad de vida.

3. Atractivas oportunidades de desarrollo profesional: la percepción de tener oportunidades para el desarrollo profesional, no únicamente de manera jerárquica, sino en espacios para la expresión de pasiones, gustos y nuevas ideas, generará con seguridad valores agregados a todas las tareas que emprendan los trabajadores.

4. Balance entre el trabajo y la vida personal: si hay una empresa que sabe cómo gestionar procesos operacionales, gracias a la pasión, motivación y compromiso, tendrá ganada una buena parte en desafío del equilibrio humano en la empresa. Contará con personas que por ellas mismas sepan balancear su vida profesional y su vida personal.

5. Orgullo y sentido de pertenencia a una empresa que los valora: la fidelización de los empleados es clave para obtener una ventaja competitiva sostenible, que favorezca el logro de los objetivos del negocio y la estrategia de la empresa.

Después de haber hablado de algunos de los factores que influyen en la felicidad, se puede llegar a la conclusión de que, así como el concepto de felicidad es tan subjetivo, los factores que influyen en ella son igual de subjetivos, y dependerán de cada persona y de cómo estas perciban su felicidad, aunque sin dejar de lado que existen varias coincidencias.

1.3 Tipos de felicidad

En este subtema se distinguirán los distintos tipos de felicidad existentes, de acuerdo con algunos autores.

De acuerdo con Álvarez de Mon (2012), todos los grandes pensadores han distinguido dos tipos de felicidad:

1. A corto plazo: la cual está relacionada con la búsqueda del placer, la evitación del dolor, las penas, las tensiones y las angustias. Consiste en un estado de bienestar relacionado con frecuentes emociones positivas y una innegable sensación de satisfacción en la vida. Este tipo de felicidad está relacionada con una dimensión hedonista de la existencia. Coincide con la “vida placentera” de Seligman y con lo que antes se le ha llamado sentirse bien, “well being”.
2. A largo plazo: tiene mucho que ver con la capacidad del ser humano para llegar a su máximo potencial en términos de logro de los objetivos vitales fundamentales y de encontrar un sentido pleno a la propia existencia. Esta idea de felicidad está muy relacionada con el concepto aristotélico de eudaimonía y con la “vida buena y vida con sentido” de Seligman.

Álvarez de Mon (2012), concluye diciendo que, en definitiva, la felicidad es la consecuencia de lograr los objetivos que uno se ha propuesto en la vida, tanto en

clave de éxito personal como de relaciones sociales y de afecto. Existe una necesidad de sentirse útiles y productivos en lo que se hace y, además, querer y ser queridos.

Como se ha podido observar, Álvarez de Mon (2012), menciona dentro de su clasificación la dimensión hedonista y el concepto aristotélico de eudaimonía. Para poder entender esto de una mejor manera, se mencionará la clasificación de la felicidad de la que nos habla el siguiente autor:

De Selys (2014) identifica dos tipos o modalidades de la felicidad: en primer lugar, se encuentra la hedónica o hedonista, que es aquella que está vinculada al bienestar que se obtiene al realizar actividades centradas en sí mismo, como puede ser comprar o comer; gratificaciones que se obtienen en general a corto plazo y que pueden motivar conductas de dependencia cuando se practican de una forma no adaptativa y patológica. Por otro lado, está la eudaimónica, la cual se vincula a la realización de actividades de tipo altruista y a la obtención de objetivos o gratificaciones simbólicas a largo plazo. Este tipo de conductas vienen también caracterizadas por dar sentido, significado y propósito a la existencia de la persona. Algunos ejemplos de este tipo de comportamientos serían todas las conductas prosociales, como ayudar a los demás o participar en actividades que tienen una repercusión positiva para la comunidad.

El mismo autor De Selys (2014), hace una diferenciación entre la felicidad hedónica y la eudaimónica, al mencionar que ambas son las formas que tiene el

cerebro de obtener felicidad, ya sea mediante el placer personal a corto plazo, como ocurre con la hedónica, o mediante la satisfacción de ayudar a los demás para que el sujeto pueda sentirse bien consigo mismo, como ocurre con la eudaimónica.

No obstante, se diferencian en que la felicidad eudaimónica se asocia a una mayor actividad de la corteza prefrontal, que es la que está asociada a las funciones superiores, a la planificación de la conducta y a la toma de decisiones; mientras que con la hedónica ocurre todo lo contrario.

Por ello, la felicidad eudaimónica se basa en el placer de ayudar a los demás, en las situaciones a largo plazo. Como puede ser educar a los hijos de la mejor forma posible, o hacer una obra caritativa en la ciudad. La hedónica se basa en el placer que se obtiene de los objetos o actividades, como puede ser: el sexo, comer o dormir.

Por otro lado, Ferrer (2014), llegó a la conclusión de que existen cinco clases de felicidad, y que también eso es por lo cual existen diferencias al definirla. Los cinco tipos de felicidad que él propone se explican a continuación:

1. La felicidad del logro.

Es ese momento especial, de enorme alegría por conseguir un logro, una meta o un objetivo. Puede ser una medalla olímpica o terminar una prueba de una maratón, acabar unos estudios o ser capaz de haber empezado algo, puede ser el

nacimiento de un hijo o la marcha de un trabajo. Es la felicidad del logro, de alcanzar algo que se deseaba y que se ha estado pensando, trabajando e invirtiendo tiempo, cariño, conocimientos o esfuerzos. Es un momento de gloria y de gozo. Son esos instantes a los que algunos se refieren cuando afirman que la felicidad son momentos en la vida. Pero hay más.

2. La felicidad del hacer lo que se disfruta.

Se refiere a cuando la felicidad está en la ejecución, en el desempeño, en la acción de algo que es placentero. Ya sea hacer deporte, estudiar, leer, cocinar, trabajar o invertir en la Bolsa. El disfrute está en la propia experiencia. Es lo que también se ha llegado a definir como “fluir”: concentración o absorción completa en la actividad o situación en la que se encuentra el individuo, es decir, que es ese momento cuando el ego, observador y enjuiciador, desaparece y se es la acción. Además, el tiempo parece que ha volado, pues se está en una acción de disfrute y de completa concentración.

3. La felicidad del camino correcto

En esta ocasión, se refiere a la sensación de estar en la senda correcta, ya sea personal o profesionalmente. Es cuando se descubre una vocación, se inicia una empresa o se decide comenzar una relación. En ese momento no se le envidia nada a nadie; ello no quita para que haya miles de dificultades u obstáculos, momentos de tristeza o de duda. Pero a pesar de dichos momentos, es sabido que ese es el lugar

y el camino en los que se tiene que estar. Eso sí, hay que pararse para ser consciente de esta coherencia. Y si no, que se lo digan a los millones de personas que tal vez tengan éxito en algo que no les gusta, o tengan admiración por unas relaciones que no les llenan. Aquí se refiere a la felicidad de la coherencia y de disfrutar el camino.

4. La felicidad de las conexiones humanas.

En este cuarto tipo de felicidad, se resalta esa alegría, gozo y disfrute que surge de la conexión con las personas, ya sea una pareja, un grupo de amigos, un equipo deportivo o una familia. Es en esa interacción humana donde se desarrolla la amistad, el amor, el compañerismo y la empatía. Se puede no tener logros o haber fallado en conseguirlos, pero si existe esa conexión humana, que brinda apoyo, da ánimo y soporte, ahí habrá un gran motivo de felicidad.

5. La felicidad espiritual.

Es un momento de gozo, grandiosidad, silencio e infinita paz. La mente no es capaz de asimilarla. Es una conexión con lo espiritual, no con lo religioso. Cualquier persona, de cualquier creencia o religión que lo experimente, sabe que dicha experiencia da respuesta a diversas preguntas existenciales, y revela una sabiduría más allá del conocimiento limitado del ser humano. La han vivido los místicos de todas las religiones y supone un desapego de todo lo material.

1.4 Consecuencias de la felicidad.

Una vez revisada la definición y algunos de los tipos de felicidad que existen, así como los factores que en ella influyen, es momento de hablar cuáles son sus consecuencias, es decir, una vez que se obtiene la felicidad, cuál sería el efecto que tendría en las personas.

Chopra (2010) menciona que la mayoría cree que la felicidad es resultado del éxito, la acumulación de riquezas, la salud o las sanas relaciones interpersonales; pero que en realidad todo esto son consecuencias de la felicidad, no su causa.

De acuerdo con Chopra (2010), la predisposición determina cuán feliz se es por naturaleza. Las personas infelices tienen un mecanismo cerebral que interpreta las situaciones como problemas. Por su parte, las personas felices tienen un mecanismo cerebral que interpreta las mismas situaciones como oportunidades.

Por otro lado, Veenhoven (1998), habla acerca de dos perspectivas de los efectos de la felicidad: la negativa y la positiva.

Por parte de la perspectiva negativa, uno de los efectos que menciona Veenhoven (1998), es que la felicidad convierte a las personas en “ovejas complacidas”. El disfrute de la vida conduciría a la ociosidad y el descontento ya no estimularía la búsqueda de una vida mejor. Como resultado, la creatividad vacilaría y las artes y las ciencias disminuirían. Otro efecto negativo que se reivindica es que la

felicidad debilita las ataduras sociales, que el contento lleva al individualismo egoísta y da como resultado el engreimiento. Así pues, la felicidad crearía una sociedad de egoístas aislados.

1.5 Bases biológicas y científicas de la felicidad

De acuerdo con Pásaro (2002), la felicidad ha tenido poca repercusión en los círculos científicos. Siempre se ha considerado que la felicidad es un sentimiento subjetivo, un estado de ánimo que no podría estudiarse desde un punto de vista científico, basado en hechos objetivos.

“Sin embargo, muchas enfermedades mentales, cuyo origen biológico se ha probado científicamente por biólogos, psicólogos, neurólogos y psiquiatras, se manifiestan con una gran dosis de infelicidad. Solamente en los últimos 20 años se ha intentado comprender, desde el punto de vista neurobiológico, cómo los individuos adquieren y sienten ese estado de placer, satisfacción y alegría, que llamamos felicidad” (Pásaro; 2002: 11-12).

Según este autor, en el reino animal, solamente la especie humana posee, además del instinto de supervivencia, un afán de búsqueda del disfrute en las actividades como comer, reproducirse, jugar o reír, es decir, lo que se le denomina “vivir intensamente”. Por lo tanto, estos mecanismos de recompensa son los que subyacen al estado de ánimo placentero y duradero que se puede llamar felicidad.

De acuerdo con Rojas (citado por Pásaro; 2002: 12-13), “muchos de los momentos felices que nos proporciona la vida provienen sencillamente del pan que comemos cuando tenemos hambre, del sueño reparador cuando estamos agotados, de la ducha caliente tras estar expuestos al frío o de esa palabra de consuelo que nos anima en un instante de desaliento. Los contrastes definen muchos de nuestros placeres. Cuando tenemos hambre, la comida más común se convierte en un manjar exquisito y la separación temporal de un ser querido hace el reencuentro mucho más dulce”.

Según Pásaro (2002), y de acuerdo con lo anterior, las bases biológicas de la felicidad se buscan en los complejos mecanismos mediante los cuales el hombre procesa y define en el cerebro las imágenes o sonidos del mundo exterior, es decir, cómo se comunica una persona con sus semejantes, cómo se inicia la búsqueda de distintos fines, por ejemplo, el alimento, y cómo, en última instancia, se produce la sensación de bienestar, de dicha y de felicidad.

“Todos los elementos mencionados se encuentran relacionados entre sí porque utilizan vías cerebrales comunes que al final activan al sistema nervioso vegetativo, que es el encargado de inervar las vísceras y glándulas. En otras palabras, la visión de un cuerpo desnudo o el sonido de un claxon en la calle tienen en común una serie de correlaciones fisiológicas; como son, por ejemplo, el aumento del latido cardíaco y la modificación de la respiración.” (Pásaro; 2002: 14).

Boto (2005) menciona que la relación entre la biología y los estados de ánimo es un misterio que comienza a desvelar sus reglas. Hasta ahora se sabía que los estados emocionales depresivos tienen repercusiones negativas sobre la salud. Diferentes estudios han observado ahora que estar contento y feliz, también tiene repercusión sobre determinados mecanismos biológicos.

“Ya hace tiempo que se sabe que las personas depresivas o que arrastran un estado de enfado vital, sufren más problemas de salud, pero todo apunta a que para vivir más y mejor, no es suficiente con no sentirse del todo mal en la propia piel, hay aspirar a más, hay que ser feliz. Los materialistas más radicales pueden pensar que esta afirmación es inconsistente y excesivamente idealista. Para su tranquilidad, la ciencia ya ha detectado, e incluso medido, las huellas que la felicidad deja en la biología y ha podido comprobar que es una de las mejores formas de prevención de enfermedades.” (Boto; 2005: 1).

De acuerdo con Boto (2005), en un estudio realizado por la University College London, se eligieron marcadores ya conocidos por su asociación con un adecuado estado de salud: la concentración de cortisol, conocido como la hormona del estrés porque se segrega en situaciones de tensión tanto física como emocional y que a niveles elevados participa en la aparición de diabetes de tipo II, hipertensión y trastornos autoinmunes; la tensión arterial y el ritmo cardiaco. El nivel de felicidad de los 216 participantes en el estudio se midió mediante las anotaciones que los propios individuos hacían a lo largo del día.

“El resultado más llamativo y evidente biológicamente fue el relativo a los niveles de la hormona del estrés. La diferencia entre los más felices y los neutros o apesadumbrados fue del 32%, que, según los investigadores, podría suponer un riesgo para la salud si persiste durante meses o años. Y algo más, hasta ahora el cortisol se consideraba la marca de los estados depresivos; sin embargo, los investigadores británicos han observado que la ausencia de felicidad provoca el mismo efecto. De nuevo, no es suficiente con no estar mal, sino que hay que sentirse bien.” (Boto; 2005: 1).

Una vez que se ha hablado de la felicidad, de sus diferentes definiciones y tipos que existen, así como los factores que influyen en ella, sus consecuencias y sus bases biológicas y científicas, se llega a la conclusión que, aunque es una palabra que conlleva un sinfín de aspectos relacionados, mediante este primer capítulo se ha hecho mención de los más importantes y significativos, todo esto con el fin de buscar una mayor comprensión del concepto.

CAPÍTULO 2

GÉNERO

Se conoce que existen diversas diferencias entre los hombres y las mujeres, desde su biología hasta sus comportamientos sociales. Asimismo, existe infinidad de estudios y artículos que hablan sobre estas diferencias, los cuales generalmente se enfocan a generalizar las características diferenciales entre ambos géneros, aun así, vale la pena recordar que aunque, en general, exista la diferencia, no necesariamente significa que en particular deba ser de esa forma, por ejemplo, en promedio los hombres son más altos que las mujeres, aunque en particular una mujer puede llegar a ser más alta que algún hombre.

En este capítulo se hablará y se expondrán las principales diferencias de género entre hombres y mujeres, así como sus diversas definiciones desde el punto de vista de algunos autores, para posteriormente relacionar las diferencias aquí mostradas con el contraste del concepto de felicidad de hombres y mujeres que esta investigación tiene como objetivo estudiar.

2.1 Definición de género

Antes de empezar a hablar de las diferencias de género, es importante definir a lo que se refiere la palabra género, para entonces poder entender precisamente a lo que se refieren dichas diferencias.

Money (citado por González; 2009), fue el primero en utilizar el término “género” para referirse a la dimensión cultural, principalmente la influencia educativa, en la formación de la identidad sexual. Posteriormente el profesor de psiquiatría, Stoller (referido por el mismo autor), adopta el término “género” para distinguir el sexo social asignado, del sexo biológico.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2016: 1), “el género se refiere a los conceptos sociales de las funciones, comportamientos, actividades y atributos que cada sociedad considera apropiados para los hombres y las mujeres. Las diferentes funciones y comportamientos pueden generar desigualdades de género, es decir, diferencias entre los hombres y las mujeres que favorecen sistemáticamente a uno de los dos grupos”.

Esta definición que da la Organización Mundial de la Salud es muy interesante, ya que aparte de establecer lo que es género, también habla acerca de las diferencias entre los hombres y las mujeres y cómo es que pueden surgir.

Por otro lado, una de las definiciones que da el Diccionario de la Real Academia Española (2016: 1), señala que el género es el “grupo al que pertenecen los seres humanos de cada sexo, entendido este desde un punto de vista sociocultural en lugar de exclusivamente biológico”. Es importante destacar el aspecto sociocultural que menciona este concepto acerca del género.

Otro punto de vista interesante acerca de lo que se refiere la palabra género, es el que menciona la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2016), en el cual se habla de que “género” no hace referencia al hombre y la mujer, sino a lo masculino y lo femenino, esto es, a las cualidades y características que la sociedad atribuye a cada sexo. Las personas nacen con un determinado sexo, pero aprenden a ser hombres y mujeres. Las percepciones de género están firmemente ancladas, varían enormemente no solo entre culturas, sino dentro de una misma, y evolucionan a lo largo del tiempo. Sin embargo, en todas las culturas, el género determina el poder y los recursos de hombres y mujeres.

La definición que da la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2016: s/p), de género es: “conjunto de características sociales, culturales, políticas, psicológicas, jurídicas, económicas asignadas a las personas en forma diferenciada de acuerdo con el sexo”.

La autora Tubert (2003), quien describe los orígenes del concepto, menciona que el concepto de género fue introducido en la teorización feminista de los años setenta, la cual tuvo especial relevancia en los países anglosajones, ya que permitió subrayar la ocultación de la diferencia entre los sexos bajo la neutralidad del idioma y, por otro lado, poner de manifiesto el carácter de construcción sociocultural de esa diferencia.

Según Papalia (2005), el género puede entenderse como la implicación de una interpretación psicológica por la cual se puede extraer el significado de ser

hombre o de ser mujer, es decir, que las personas actúan de acuerdo con su experiencia, aprendizaje, emociones, sentimientos y pensamientos.

Por otra parte, Colás y Villaciervos (citados por García; 2013: 19), plantean que “el género es una representación cultural que estereotipa el género porque impone ideas, prejuicios, valores, interpretaciones, normas, deberes, mandatos y prohibiciones sobre la vida de las mujeres y los hombres”.

De acuerdo con Hernández (2006), en la teoría de los géneros se distingue un conjunto de conceptos principales que la integran; a su vez, existen fuentes de su problematización y estudio constante, que se consideran muy esclarecedores y precisos de todo lo analizado:

- La distinción entre lo biológico y género: Esta distinción en los estudios de género se sistematiza como sexo-género, natural-cultural, y se plantea que fue muy liberadora para la política y la historia de las mujeres. A través de esta distinción no se niega la existencia de diferencias sexuales (anatómicas y en el placer erótico), sino que lo que propugna la teoría de los géneros es que esta diferencia no marque de forma definitiva la vida humana. En muy estrecha relación con lo anterior, se rechaza entonces, que los comportamientos óptimos sean dos: masculino y femenino, con un modelo único de relación entre ellos: el heterosexual.

- El género como principio básico de organización social en las sociedades conocidas: Este punto neurálgico parte de la suposición de que es universal la distinción hombres-mujeres y esta oposición binaria dominaría las clasificaciones sociales, a pesar de que no siempre sean estos dos géneros los únicos en determinada cultura.
- El género como principio de jerarquía: Esto se desprende del supuesto de que el género como principio de organización social no opera de forma neutra, dando como resultado dos sociedades paralelas y simétricas. De los datos etnográficos, se infiere que el predominio del género masculino sobre el femenino, es prácticamente universal, es un poder social que genera el orden patriarcal y se confunde con autoridad.
- El género como asignación al nacer: El único criterio que se emplea para clasificar a quien nace, en una u otra categoría, es la apariencia física de su sexo anatómico, problema que ha resultado a extremos complejo con los descubrimientos de la biología y la multitud de combinaciones posibles de la información sexual.
- La identidad de género: Los contenidos de la identidad femenina y masculina apuntan a que se transmiten y subjetivan a través de la socialización. Por la complejidad de la información sexual (desde el punto de vista más biológico),

este constituye otro de los grandes problemas, dada la rigidez del modelo masculino/femenino sin opciones alternativas

- Cómo se instituye el género. Aquí se sostiene que el género, como categoría de análisis, es inseparable de otra categoría básica de la antropología: el parentesco, quienes se construyen mutua e inseparablemente según el criterio de muchos autores. A partir de lo anterior, se comprenden aspectos como género y patriarcado, por qué son dos los géneros, la universalidad de la jerarquía del género masculino en el orden patriarcal, entre otros.
- La variabilidad del género: Dado en que sus contenidos varían mucho entre las culturas, aunque el predominio masculino sea una constante transcultural. Estos contenidos pueden cambiar en el tiempo y estos cambios dentro de una cultura, se producen siempre en relación (de los dos).
- El modelo general femenino y masculino. A estos se añaden variantes importantes dentro de cada uno, como son la clase social, la etnia, la raza o la preferencia erótica, entre otros.

A manera de conclusión, se dará una definición que se considera completa para entender lo que es el género. De acuerdo con Cazés (citado por García; 2013: 20), “el género se constituye en la relación entre lo biológico: el sexo (genético, hormonal y gonádico), lo psíquico (los procesos y estructuras conscientes e

inconscientes que estructuran intelectual y afectivamente a los sujetos), lo social (la organización de la vida colectiva, las instituciones y las relaciones entre individuos y grupos) y lo cultural (concepciones, valores, normas, mitos, ritos y tradiciones), que definen, marcan y controlan las relaciones entre los individuos y los grupos, y también el sentido de sus cambios”.

2.1.1 Diferencia entre género y sexo

Los conceptos de género y sexo comúnmente son confundidos y llegan a utilizarse erróneamente para referirse a lo mismo. Para evitar esto, es importante señalar por qué son diferentes.

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO; 2016), menciona la diferencia entre género y sexo, diciendo que este alude a las diferencias entre el macho y la hembra, es una categoría física y biológica, con funciones de reproducción específicas de cada uno. El macho engendra o fecunda y la hembra concibe, gesta, pare y amamanta. Mientras que género (masculino o femenino), es una categoría construida social y culturalmente, se aprende y por lo tanto, puede cambiar.

De acuerdo con Tubert (2003), habitualmente se entiende que el sexo corresponde al plano biológico, en tanto que el género es el producto de la construcción sociocultural. Como se puede ver aquí, esto coincide con la diferencia

entre género y sexo, de la cual habla la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO).

Esto último resulta interesante, ya que se puede marcar cierta norma general para distinguir el género del sexo, lo cual es muy importante para poder generalizar la diferencia entre ambos conceptos.

Posteriormente, Tubert (2013) menciona que el género está relacionado con factores socioculturales y el sexo, con factores biológicos, con ello surgen dos grandes problemas: por una parte, se supone que esta oposición corresponde a una diferencia real, aunque es producto de una operación cultural que establece artificialmente límites dentro de un continuo; por otra parte, se desconoce que es imposible distinguir en el sujeto aquello que resulta de su condición biológica y aquello que ha sido generado por su formación en el seno de un universo humano, lingüístico o cultural.

El profesor de psiquiatría de la Universidad de California en San Francisco, Stoller (citado por González; 2009: 684), “desarrolla el concepto de identidad de género, estableciendo que este se consolida a los 18 meses de edad. Sus investigaciones le confirmaban que ni los sentimientos, pensamientos o fantasías están determinados exclusivamente por la anatomía sexual. Influida por estas propuestas, la psicología social empezó a cambiar el término de rol sexual por el de rol de género”.

De acuerdo con lo expuesto, se puede llegar a la conclusión de que la principal diferencia entre el sexo y el género, es que en el primero no se incluyen aspectos sociales ni culturales, todo hace referencia a elementos biológicos, mientras que el género se relaciona sobre todo con factores sociales, pero también considera al sexo como algo importante.

2.2 Mujer

Como se ha mencionado previamente, de manera general existen dos géneros, el de la mujer o femenino, y el del hombre o masculino. Ya que en la presente investigación es de primordial interés realizar un contraste del concepto que tienen ambos géneros, es importante conocer las generalidades de los dos. A continuación, se comenzará por el género femenino: la mujer.

De acuerdo con el Diccionario de la Real Academia Española (2015), mujer es “persona del sexo femenino”, y según el mismo diccionario, femenino significa “perteneciente o relativo a la mujer”. A pesar de ser conceptos muy concretos, queda claro el concepto de mujer se encuentra totalmente relacionado con el sexo femenino.

De acuerdo con Basaglia (citado por Lagarde; 2006: 64), se define a la mujer como “reproductora de los otros y de sí misma en todos los aspectos de la vida, constituida por los otros y con respecto a él”.

Ariza (2016: 1), por su parte, señala que “mujer es la palabra que se utiliza para definir al ser humano del sexo femenino, cuya anatomía genital se define por poseer senos, vagina, vulva, útero, ovarios y trompas de Falopio, su opuesto es el hombre (varón). En esta clasificación se puede tomar en cuenta las etapas de niñez, adolescencia y adulta, sin embargo, es más común utilizar el término mujer para referirse a la persona mayor de 21 años de edad, que es cuando se entra en etapa de madurez, tanto física como mentalmente”.

Según la Biblia, la primera mujer fue Eva, hecha para acompañar a Adán, el primer hombre, y hecho de una de sus costillas, lo que significaría que está hecha para complemento del hombre, y así fue considerada en las diversas etapas históricas, donde se le asignó a un rol socialmente secundario, según el cual, confinada al hogar.

Actualmente la mujer ha tomado protagonismo en todos los campos culturales, incluso políticos, teniendo como ejemplo dos presidentas latinoamericanas, en Chile y Argentina, respectivamente. La mujer es mayoría en el mundo en comparación con los hombres, ya que es más longeva; en promedio, la vida de la mujer supera en cinco años a la del varón.

2.3 Hombre

Ahora es turno de hablar del género masculino o del hombre. Según el Diccionario de la Real Academia Española (2015), la palabra hombre se refiere al

“ser animado racional, varón o mujer. Seguido de un complemento, para hacer referencia a un grupo determinado del género humano. Varón (persona del sexo masculino)”.

Según el Diccionario Enciclopédico Larousse (2008), hombre es la persona del sexo masculino, especialmente adulta. Persona del sexo masculino dotado de las cualidades que caracterizan a su sexo.

De acuerdo con Ariza (2016), el concepto hombre se refiere en primera instancia a todo aquel ser humano de sexo masculino, todo hombre posee las características sexuales y sociales que lo diferencian del ser humano del sexo femenino conocido como mujer. La palabra hombre se aplica de dos formas: una, como ya se había explicado, donde se denota la raza masculina por individual, y también se refiere al hombre cuando en un estudio antropológico se desea generalizar toda la raza humana.

De acuerdo con la Biblia, el hombre ha sido creado por Dios, a su imagen y semejanza, y por lo tanto, destinado a cumplir el fin del Creador, subordinando a su accionar en vistas a este objetivo al resto de las criaturas creadas. El primer hombre creado según la tradición judeo-cristiana, fue Adán.

2.4 El rol típico de hombres y de mujeres en el contexto de la cultura mexicana

Para esta investigación, es importante conocer los roles desempeñados tanto por hombres y mujeres en México. De acuerdo con el Diccionario de la Real Academia Española (2016), un rol es una función que alguien o algo desempeña.

Díaz-Loving y Rocha (2011) realizaron un estudio en donde, ante la pregunta de cuáles son las actividades típicas de hombres y mujeres, se obtuvieron cuatro categorías generales que reflejan los roles que aún se perciben como diferenciales:

- Roles dentro del hogar: actividades vinculadas con el hogar.
- Roles dentro de la familia: actividades vinculadas con hijos y otros familiares.
- Roles con la pareja: actividades vinculadas con la pareja.
- Roles en el contexto social y laboral: actividades vinculadas con la realización de un trabajo remunerado o fuera del contexto hogareño familiar.

Siguiendo con Díaz-Loving y Rocha (2011), tanto para hombres como para mujeres, las labores domésticas y el cuidado de los hijos siguen siendo la labor predominante de las mujeres y, en general, todas las labores que implican cuidado de otros.

En el caso del rol de hombres, tanto mujeres como hombres coinciden en que la principal labor es ser proveedor. No obstante, llama la atención que aparecen

indicadores que incorporan actividades menos tradicionales, como la participación de los hombres en actividades del hogar, reflejo de la posible transición en la cultura de género y sus implicaciones en la identidad.

En general, dentro del contexto familiar, hogareño y de pareja, los roles siguen siendo altamente diferenciados y establecidos de manera estereotipada, no obstante, resulta evidente la posible transición del hombre, al ser reportada una mayor participación de este en las actividades del hogar.

Dentro del contexto social y cultural, las mujeres tienen mayor claridad de los cambios que experimentan, en tanto refieren la posibilidad de trabajar y desarrollarse a nivel profesional, mencionando incluso su posibilidad de ocupar puestos ejecutivos. Mientras que, para los hombres, su percepción respecto a esto sigue siendo bastante estereotipada, pues si bien refieren que la mujer puede trabajar y prepararse, hacen alusión a una visión de cuidado y desarrollo de actividades femeninas.

En cuanto al rol del hombre en el contexto social y laboral, hombres y mujeres identifican la posesión de un trabajo remunerado como el principal rol del hombre, aunque destacan otra serie de indicadores que hacen alusión al desarrollo de tareas masculinas.

Como se puede observar en los resultados de este estudio mencionado por Díaz-Loving y Rocha (2011), aún existen muchas ideas estereotipadas en los mexicanos, de acuerdo con el rol que deben fungir tanto hombres como mujeres,

pero es interesante cómo en los últimos años se ha empezado a notar una evolución, puesto que poco a poco se empiezan a ampliar perspectivas y se han atribuido algunas actividades a los hombres que antes eran solamente para las mujeres, y viceversa, es decir, a las mujeres se le han atribuido actividades que antes solo eran de hombres.

2.5 Principales diferencias entre hombres y mujeres

Es bien conocido que los hombres y las mujeres son diferentes entre sí, desde lo físico a lo psicológico y emocional. En este subtema se mencionarán algunas de estas diferencias.

De acuerdo con Bem (citado por Díaz-Loving y Rocha; 2011: 11), las personas “tienen puestos unos lentes permanentes los cuales hacen que se diferencien a las personas de manera semiautomática entre hombres y mujeres”; propone que existen tres “ópticas” por medio de las cuales se hacen las diferenciaciones semiautomáticas.

La primera es la “óptica esencialista”, la cual dirige la visión de la vida a partir de características y comportamientos diferenciales delimitados por la biología, la herencia y la evolución. Esta visión esencialista es muy común en todos los niveles educativos, políticos, culturales, organizacionales e individuales. Esta primera perspectiva se refiere a todos aquellos rasgos que se distinguen a primera vista entre los hombres y las mujeres.

La segunda óptica es la de “la polarización”, a partir de la cual se fragmentan las actividades, características, ideas, espacios, conocimiento y formas, en dos “submundos”, asumidos como diferentes pero complementarios: el de lo masculino y el de lo femenino.

De acuerdo con lo anterior, Bem (citado por Díaz-Loving y Rocha; 2011: 12) indica que “al final terminamos siempre delimitando roles, papeles y ocupaciones completamente dispares y específicas para cada persona en función de su sexo biológico, sin considerar aspectos relevantes a las posibilidades de acción de cada ser humano, proceso que se traduce en el desequilibrio existente entre las responsabilidades, derechos y obligaciones de hombres y mujeres en los diferentes contextos”.

Volviendo a las ópticas, la tercera y última de las propuestas por Bem (1993), es la del “androcentrismo”, la cual fundamenta la visión androcentrista del mundo, en donde la pertenencia al sexo masculino constituye una posición privilegiada, ventajosa y superior. Los hombres y todo lo asociado con lo “masculino” representan lo positivo y lo neutral, en tanto que las mujeres y todo lo asociado a lo “femenino” representan lo negativo.

De esta manera, las tres ópticas se entremezclan continuamente y funcionan como un catalizador de las experiencias, significados y hechos cotidianos, asentándose como velo imperceptible que limita la experiencia humana. Las personas están tan acostumbradas a percibir el mundo de esta manera, que es muy

complejo ver fuera de las ópticas mencionadas. No obstante, las circunstancias actuales de cambio y transformación social e ideológica, hacen cada vez más necesario el hecho de mirar el mundo bajo otra perspectiva.

Por otro lado, la escritora Espada (2015) ha enlistado catorce diferencias entre hombres y mujeres que ella considera que son las principales, a nivel psicológico y fisiológico, las cuales son las siguientes:

1) Circuitos cerebrales diferentes.

Siempre se ha sospechado que los cerebros de las mujeres y los de los hombres, son un poco diferentes. Ahora la ciencia está apoyando un dato del saber popular, un nuevo estudio descubrió que los hombres tienen más sinapsis conectando a las células en una región particular del cerebro.

2) Las mujeres sienten el dolor de forma diferente a los hombres.

Hasta ahora se ha asumido que las mujeres tenían un alto nivel de tolerancia al dolor, bastante más alto que el de los hombres, esto para ayudarlas a lidiar con la agonía de dar a luz o con sus dolores menstruales. Pero el asunto es que, en realidad, las mujeres sienten el dolor de una forma muy diferente.

3) Los hombres son más propensos a tener problemas de memoria que las mujeres.

Es típico en las mujeres quejarse de la deficiente memoria de los hombres. Ellos tienden a olvidar aniversarios, cumpleaños y otras fechas. Así al menos lo señala el estereotipo de hombre, es lo que dice la cultura popular.

4) Estar en buena forma es más difícil para las mujeres que para los hombres.

Las mujeres de más de 65 años encuentran más difícil que los hombres de la misma edad conservar sus músculos, lo que probablemente tiene un impacto en su capacidad para permanecer en adecuada forma física. Por primera vez los científicos han demostrado que es más duro para las mujeres reemplazar la masa muscular que se pierde naturalmente con la edad. Esto se debe a las diferencias entre el cuerpo masculino y femenino en cuanto al aprovechamiento de la comida.

5) Dormir mal es más dañino para las mujeres que para los hombres.

Desde hace tiempo, se sabe que un sueño deficiente daña más a las mujeres que a los hombres; ahora, investigadores de la Universidad Duke han descubierto por qué. El estudio, publicado en *Brain, Behavior and Immunity*, descubrió que el sueño deficiente está asociado con problemas psicológicos (angustia) y un elevado riesgo de enfermedades cardiovasculares y diabetes tipo 2. Descubrieron también que esto se daba mucho más en las mujeres que en los hombres.

6) Mujeres y hombres tendrían diferentes estructuras cerebrales.

Durante mucho tiempo, se pensó que la arquitectura cerebral era la misma para todos y que las diferencias entre comportamientos y actitudes, entre hombres y mujeres, se debía a las diferencias hormonales y, por supuesto, a las presiones sociales. Sin embargo, los científicos están encontrando evidencia que sugiere que el cerebro de hombres y mujeres se forma a partir de distintas “programaciones” genéticas y que existen diferencias entre algunos circuitos neurológicos y la concentración de neurotransmisores.

7) Hombres y mujeres discuten de forma diferente.

Algo que se puede afirmar que caracteriza al ser humano, es la discusión. Solamente con reunir a dos personas, ya se tiene una discusión asegurada, incluso alguno que otro discute solo. Se discute sobre cualquier situación, si bien cada uno tiene un estilo diferente. Está el sumiso, pasivo, agresivo, abusivo-pasivo, agresivo-abusivo, sumiso-agresivo, por mencionar algunos.

8) Las mujeres se preocupan más que los hombres.

Es sabido por los científicos, desde hace tiempo, o que las mujeres en general, de todas las edades, tienden a preocuparse más y a tener preocupaciones más intensas que los hombres. Las mujeres también tienden a percibir más riesgo en

muchas situaciones y a tener más ansiedad que los hombres. No se conoce la razón de porqué es así. También pueden ser más depresivas.

9) Diferencias en cómo hombres y mujeres leen el lenguaje no verbal

El lenguaje no verbal se utiliza al momento de comunicarse con alguien, al tiempo en el que se habla, o a veces incluso sin hablar, se está comunicando con los movimientos de las manos, del cuerpo o las expresiones del rostro. Según los psicólogos, las mujeres son mejores que los hombres para interpretar el lenguaje no verbal, lo que delata su comportamiento.

10) En las fotos de desnudos, los hombres miran primero el rostro

Después de todo, es verdad lo que los hombres le dicen siempre a las mujeres: “lo primero que miro en una mujer es si tiene rostro bonito”. Al menos eso confirma un estudio publicado en la revista *Hormones and Behavior*. Generalmente se esperaría que los hombres y mujeres miren las fotografías sexuales de una forma diferente, pero lo que descubrió este nuevo estudio es que los hombres, más que las mujeres, son los que tienden más a mirar primero el rostro antes que otras partes del cuerpo desnudo.

11) Los hombres toman mayores decisiones de riesgo

Otra de las diferencias entre hombres y mujeres son el tipo de decisiones que toman. En un estudio sobre tomas de decisiones diferenciadas por el género, se ha concluido que los hombres serían más proclives a la toma de decisiones de riesgo que las mujeres.

12) Las mujeres comparten sus sentimientos, los hombres guardan silencio

Una de las diferencias más conocidas popularmente, es la facilidad con que las mujeres comparten sus intimidades con su grupo de amigas, hablan de sentimientos e incluso, pueden quedar simplemente para hablar y apoyarse. En el caso de los hombres, hablar de sentimientos entre ellos es algo que no suele darse con mucha frecuencia, los hombres pueden hablar de todos los temas, desde política a deporte, pero no suelen pararse a hablar de sus sentimientos o intimidades, a menos que estén pasando un mal momento.

13) El manejo de la agresividad es diferente entre los sexos

En la psicología infantil, ya se ha hablado de la diferencia que hay entre niños y niñas en cuanto a la agresividad. Ellas lo vuelcan hacia adentro cuando tienen un problema, lo que puede originar que pase más desapercibido; mientras que los niños suelen realizar conductas desadaptadas, que permiten volcar sus conflictos al exterior pero, de una manera que les puede traer problemas en clase. Esto no

implica que alguno de ellos no sienta agresividad o que pueda desproporcionarse la forma en que lo controle en su vida adulta.

14) Hombres y mujeres ven diferente

Un estudio reciente señala que las mujeres tienen mayor capacidad de diferenciar los colores que los hombres, mientras que estos perciben mejor las distancias y los movimientos rápidos. Se ha considerado que esta diferencia tenga que ver con los diferentes roles de género hace cientos de años.

Ya que en esta investigación se pretende hacer un contraste entre los conceptos de felicidad de hombres y mujeres, en este capítulo se ha venido hablando del género, de su definición y su diferenciación del concepto de sexo, también se habló acerca de lo que es un hombre y una mujer, sus roles y sus principales diferencias.

Como complemento de lo anterior, en las páginas siguientes se muestra la manera en que se recolectaron y procesaron los datos de campo.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.

En este capítulo se hablará de los aspectos metodológicos a tomar en cuenta para la realización de esta tesis, para esto, se seguirán de manera similar los pasos propuestos por Hernández y cols. (2002), los cuales se resumen en identificar el planteamiento del problema, el objetivo general y específicos, el tipo de investigación, el diseño de investigación, selección de la muestra, recolección de datos, análisis de estos y presentación de reporte de investigación. Como se puede observar, algunos de estos pasos ya han sido previamente mencionados en la introducción.

3.1 Descripción metodológica

De acuerdo con el Diccionario Enciclopédico Nuevo Espasa Ilustrado (2000), la metodología es el conjunto de métodos que se siguen en una investigación científica o en una exposición doctrinal. Y según el mismo Diccionario Enciclopédico Nuevo Espasa Ilustrado (2000), una de las definiciones de método es que es un procedimiento que se sigue en las ciencias para hallar la verdad y enseñarla; puede ser analítico o sintético.

Lo que señala este último concepto de método es justamente lo que se hizo con esta investigación: encontrar cuál es el concepto de felicidad, para posteriormente transmitirla y enseñarla cualquier interesado en el tema.

3.1.1 Tipo de enfoque

De acuerdo con Bunge y Ardila (2002), un enfoque es una manera de percibir las circunstancias o las ideas y, en consecuencia, también de tratar los problemas relativos a ellas. El enfoque utilizado en esta investigación será el cualitativo. Según Blasco y Pérez (2007), dentro de este enfoque se estudia la realidad en su contexto natural tal como sucede, extrayendo conclusiones e interpretando los fenómenos de acuerdo con las personas implicadas.

Los autores Taylor, Bogdan, Miles, Huberman, LeCompte (citados por Blasco y Pérez; 2007: 17), ofrecen las siguientes características de la investigación cualitativa:

- “Es inductiva.
- El investigador ve el escenario y a las personas desde una perspectiva holística. Los participantes y los escenarios son considerados como un todo.
- Trata de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellos mismos.

- Intenta obtener datos sobre las percepciones de los autores desde dentro, a través de un proceso de profunda atención, comprensión empática y de ruptura con las preconcepciones sobre los tópicos objeto de discusión.
- Una tarea fundamental es la de explicar las formas en que las personas en situaciones particulares, comprenden, narran, actúan y manejan sus situaciones cotidianas.
- Se realiza a través de un prolongado e intenso contacto con el campo de estudio o situación a investigar.
- Para obtener los datos se utilizan relativamente pocos instrumentos estandarizados. El investigador es el principal instrumento de medida”.

Esta investigación se considera cualitativa, ya que cumple con varias de las características mencionadas anteriormente, como por ejemplo, se estudiará la realidad en su contexto natural, es decir, no se modificará nada; es inductiva, irá de lo particular de cada sujeto, a lo general; será primordial explicar las formas en que cada persona particular define su propio concepto de felicidad; se utilizarán instrumentos estandarizados, en primer lugar, se hará la aplicación de una red semántica para la obtención de datos, para posteriormente realizar entrevistas, con el fin de complementar la información y profundizar más.

3.1.2 Tipo de diseño

Autores como García y Pereda (citados por Balluerka y Vergara; 2002: 1), definen el diseño de investigación como “un conjunto de reglas a seguir para obtener observaciones sistemáticas y no contaminadas del fenómeno que constituye el objeto de nuestro estudio”. El diseño de la presente investigación será de tipo no experimental, la cual “se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, es investigación donde no hacemos variar intencionalmente las variables independientes. Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar tal como se dan en su contexto natural, para después analizarlos” (Toro y Parra; 2006: 158).

Tal como se ha mencionado, en esta investigación no se manipulará intencionalmente ninguna variable, sino que se obtendrán los datos en un contexto natural, para su posterior análisis. Todo esto avala a la investigación como no experimental.

3.1.3 Tipo de estudio

Según Landeau (2007), el estudio es la inclinación que se le da a la investigación, con la finalidad de obtener nuevos conocimientos, esto para aumentar la teoría y reducir al máximo el número de aplicaciones prácticas que se puede necesitar.

De acuerdo con Hernández y cols. (2002), los diseños no experimentales se pueden dividir en transversales y longitudinales. De acuerdo con sus características la presente tesis es de tipo transversal, ya que solamente se hará la recolección de datos en un solo momento y no se le dará seguimiento.

“Los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede” (Hernández y cols.; 2002: 208).

Este estudio realiza precisamente lo descrito anteriormente, se obtendrá la información, se analizará e interpretará en un solo momento y tiempo único, por ello, se considera un estudio de tipo transversal.

3.1.4 Tipo de alcance

De acuerdo con Hernández y cols. (2002), no se deben considerar los alcances como “tipos” de investigación, ya que, más que ser una clasificación, constituyen un continuo de “causalidad”, que puede tener un estudio,

Como se ha mencionado antes, el concepto de felicidad es un tema poco estudiado, y del cual hay escasez de investigaciones previas. En esta tesis, se pretende identificar y describir conceptos de felicidad, además de que servirá como base a futuros estudios relacionados al tema. De acuerdo con esto, esta tesis tiene

un tipo de alcance exploratorio, ya que, de acuerdo con Hernández y cols. (2002), los estudios exploratorios poseen diversas características, tales como que investigan problemas poco estudiados, indagan desde una perspectiva innovadora, ayudan a identificar conceptos promisorios y preparan el terreno para nuevos estudios.

“Los estudios exploratorios se realizan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan solo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si deseamos indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas” (Hernández y cols.; 2002: 100).

3.1.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica usada para la recolección de datos de esta tesis se denomina Redes Semánticas Naturales, la cual “es una herramienta útil para el estudio de los significados que tienen ciertas palabras o expresiones en un grupo social determinado” (Hinojosa; 2008: 133). Dicha técnica fue propuesta inicialmente por Figueroa, González y Solís en 1981 (citados por Hinojosa; 2008), quienes decían que era una herramienta muy útil para estudiar los significados que tienen ciertas palabras o expresiones de un grupo social determinado.

De acuerdo con Hinojosa (2008), la técnica de las redes semánticas naturales permitiría comparar dos o más grupos, de acuerdo con el significado que le asignan

a ciertos conceptos claves de interés para el investigador, también existe la posibilidad de estudiar un grupo humano de acuerdo con los significados que le asigna a varios conceptos.

A manera de resumen, de acuerdo con Valdez y Vera Noriega, la técnica consiste en lo siguiente: “se seleccionan una o más palabras estímulo, de las cuales se quiere saber el significado que le dan los sujetos miembros de algún grupo en particular. Se les pide que definan la palabra estímulo mediante un mínimo de cinco palabras sueltas, que pueden ser verbos, adverbios, adjetivos, sustantivos, nombres o pronombres, sin utilizar artículos ni proposiciones. Cuando los sujetos han hecho su lista de palabras definidoras, se les pide que, de manera individual, las jerarquicen de acuerdo con la cercanía o importancia que tiene cada una de las palabras con la palabra estímulo. Le asignarán el número uno a la palabra más cercana al estímulo, el dos a la siguiente, y así sucesivamente, hasta agotar todas las palabras definidoras” (citado por Hinojosa; 2008: 135).

De acuerdo con Hinojosa (2008), para el vaciado de datos y el cálculo de resultados, se hace una relación, mediante una tabla, de todas las palabras dichas por los sujetos: Cada palabra tendrá a su derecha diez casillas, que servirán para registrar la jerarquía que cada persona le dio. Después de construir la tabla con todas las palabras definidoras que se usaron, se calculan los dos principales valores de la red semántica: el valor J, que es el total de palabras definidoras generadas por los sujetos, y el valor M, que indicaría el peso semántico de cada palabra definidora. “Para calcular el valor de M se multiplica la frecuencia de aparición en cada lugar de

la jerarquía, por el valor semántico que se le da a esa jerarquía y se suman los resultados obtenidos para las diez posiciones jerárquicas” (Hinojosa; 2008: 136).

Según Hinojosa (2008), después de haber calculado el valor M de todas las palabras, se toman las diez palabras definidoras que hayan obtenido el mayor valor M y se considera que este conjunto de palabras refleja el significado que el grupo le da a la palabra estímulo. A este conjunto de palabras se le llama conjunto SAM (Semantic Association Memory), y de acuerdo con Hinojosa (2008), los conjuntos SAM son la base para comparaciones y correlaciones posteriores intra e inter grupos.

Como se ha mencionado previamente, otra técnica que se utilizó como complemento para la recolección de datos fue la entrevista, la cual, de acuerdo con el Diccionario de la Real Academia Española (2016), es mantener una conversación con una o varias personas acerca de ciertos extremos, para informar al público de sus respuestas. Se puede revisar la guía utilizada para la entrevista en el Anexo 4.

De acuerdo con Álvarez-Gayou (2013), realizar entrevistas para una investigación cualitativa requiere una cuidadosa y bien pensada planeación. Para esto, Kvale (citado por Álvarez-Gayou; 2013: 110-111) establece siete estadios fundamentales para estas entrevistas:

1. “Selección del tema: se refiere a la clarificación conceptual y al análisis teórico del tema que se investigará.

2. Diseño: se realiza con base en el conocimiento que se busca y teniendo en cuenta las implicaciones del mismo.
3. Entrevista: para su realización es necesaria una guía, así como una actitud reflexiva del conocimiento que se pretende.
4. Transcripción: la preparación, con propósitos de análisis, del material obtenido en la entrevista usualmente implica convertirlo en material escrito.
5. Análisis: se requiere decidir, sobre la base de las preguntas y de los objetivos del estudio, cuál paradigma interpretativo será el más adecuado.
6. Verificación: en este punto se valoran la confiabilidad y la validez.
7. Preparación del informe: se refiere a preparar la comunicación final del estudio, en forma consistente con los criterios científicos e incluyendo los factores éticos de la investigación.”

Siguiendo con Álvarez-Gayou (2013), se debe contextualizar a las personas entrevistadas antes y al terminar la entrevista. Conviene describir la situación, explicar brevemente el propósito del estudio de la entrevista, aclarar el uso de la grabadora y preguntar, antes de iniciar la entrevista, si la persona tiene alguna duda que desee plantear al entrevistador.

3.2 Población.

La población es el “conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (Hernández y cols.; 2002: 174). La población en donde se realizó esta investigación fue en la Escuela de Psicología de la Universidad

Don Vasco, A.C., de la ciudad de Uruapan, Michoacán, la cual, al momento de la investigación, contaba con 163 alumnos inscritos.

Cabe aclarar que la presente investigación no contó con una muestra, la cual de acuerdo con Hernández y cols. (2002), es un subgrupo de la población de la cual se hará la recolección de datos, esto en razón de que el instrumento fue aplicado a toda la población en general. Se optó por administrarlo de esa manera, ya que se consideró que, por las características del instrumento, era muy factible hacerlo de esta manera y no era necesaria una muestra, además de que así la información obtenida sería más amplia y enriquecedora.

Asimismo, el único requisito con el que debían contar las personas para ser tomadas en cuenta dentro de la población, fue el ser alumnos de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C., de Uruapan, Michoacán.

Al final, por diversos motivos que se mencionarán en el apartado de la descripción del proceso de investigación, el total de los participantes fueron 147, de los cuales fueron 37 hombres y 110 mujeres, en un rango de edad de 18 a 27 años.

Los participantes pertenecen a los semestres: segundo, cuarto, sexto y octavo; la mayoría de los alumnos son habitantes de la ciudad de Uruapan, Michoacán, unos pocos provienen de ciudades y pueblos cercanos a Uruapan, como Apatzingán, Lázaro Cárdenas, Caracha y Ario de Rosales; hay también algunos otros estudiantes que vienen de otros estados como Puebla y Oaxaca.

3.3 Descripción del proceso de investigación

En este apartado se hablará del proceso que se siguió para realizar esta investigación. En primer lugar, se establecieron los objetivos y la pregunta de investigación, dirigidos a conocer el concepto de felicidad de hombres y mujeres, y realizar un contraste entre ellos.

Posteriormente, se inició con la recopilación de información, comenzando por investigaciones antecedentes relacionadas con las variables de estudio. Después se continuó con la investigación bibliográfica, para realizar el marco teórico correspondiente, esto se hizo a través de diversas fuentes, como libros, diccionarios, revistas y libros electrónicos, así como páginas de Internet. Con la obtención de esta información se realizaron los capítulos de la felicidad y género, así como también el capítulo de metodología.

Una vez construido el marco teórico, se llevó a cabo la investigación de campo, para esto, en primer lugar, se solicitó permiso al coordinador académico de la Escuela de Psicología, para así proseguir con la aplicación del instrumento. La aplicación se realizó en tres días, de manera grupal, con una duración aproximada de 15 minutos por salón.

Al momento de la aplicación, se encontraban inscritos en la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C., 163 alumnos, distribuidos en cuatro semestres: segundo, cuarto, sexto y octavo. Por diversas razones, principalmente

por la inasistencia de algunos alumnos, el instrumento se aplicó únicamente a 155 alumnos, de los cuales, una vez revisados, se descartaron 8 por cuestiones de haber contestado incorrectamente. Por lo tanto, al final, la red semántica se realizó con 147 alumnos.

Posterior a la obtención de los resultados del instrumento y, de acuerdo con estos, se hizo una selección de 30 alumnos para la realización de entrevistas individuales, con el fin de profundizar más en las respuestas obtenidas de la aplicación del instrumento.

3.4 Análisis e interpretación de resultados.

A continuación, se presenta el análisis de los resultados obtenidos a través de la aplicación de la red semántica y en complemento con los datos obtenidos de las entrevistas realizadas

En primer lugar, se hará el análisis de la población masculina, seguida por la población femenina; al final, se concluye con el análisis del contraste de ambos resultados.

Para fines de complementar y profundizar un poco más en los resultados de la red semántica y en su interpretación, enseguida también se incluirán los resultados obtenidos en las entrevistas, en las cuales se decidió únicamente realizarlas para las cinco primeras palabras de las palabras definitorias del conjunto SAM, las cuales obtuvieron la mayor puntuación y que, de acuerdo con los valores FMG, tienen más cercanía con el concepto de felicidad, tanto para los hombres como para las mujeres.

3.3.1 Análisis de resultados de la población masculina.

Primero se mostrarán los resultados obtenidos por la población masculina, comenzando por señalar los valores obtenidos de la red semántica y lo que significan.

El valor J, el cual “es el valor resultante del total de palabras definidoras generadas por los participantes en la investigación” (citado por Álvarez-Gayou; 2012: 170), obtenido por los hombres fue de 113, es decir, fueron 113 palabras distintas las que utilizaron para definir lo que para ellos es la felicidad. De acuerdo con Álvarez-Gayou (2012), el valor J constituye un indicador de la riqueza semántica de la red.

El conjunto SAM, el cual de acuerdo con Figueroa “es el grupo de las diez palabras definidoras que hubieran obtenido los mayores valores M totales” (citado por Álvarez-Gayou; 2012: 171), fue el siguiente:

- Familia.
- Amor.
- Música.
- Amigos.
- Tranquilidad.
- Armonía.
- Disfrutar.
- Paz.
- Satisfacción.
- Viajar.

Según Álvarez-Gayou (2012), el conjunto SAM constituye un indicador de las palabras definidoras que conforman el núcleo central de la red, ya que es el centro mismo del significado que tiene un concepto.

Para revisar el conjunto SAM, obtenido por los hombres de una manera más gráfica, es posible hacerlo mediante la consulta del Anexo 3.

A continuación, se mostrará una tabla que incluye obtenidos en la red semántica de la población masculina, seguida de su significado.

Conjunto SAM obtenido para el concepto definidor		
Conjunto SAM	Valor M total	Valores FMG
10 palabras definitorias		% relativo entre las palabras
Familia	59	100,00
Amor	33	55,93
Música	23	38,98
Amigos	22	37,29
Tranquilidad	20	33,90
Armonía	19	32,20
Disfrutar	13	22,03
Paz	13	22,03
Satisfacción	13	22,03
Viajar	11	18,64

Nota: se encuentran resaltadas las palabras que obtuvieron los mismos valores.

El Valor M total o VMT “es el valor que resulta de la multiplicación de la frecuencia de aparición por la jerarquía obtenida para cada una de las palabras definidoras. Es un indicador del peso semántico de cada una de las palabras definidoras obtenidas” (Álvarez-Gayou; 2012: 171).

Por último, se encuentra el Valor FMG, el cual “se obtiene para todas las palabras definidoras que conformaron el conjunto SAM, por medio de una sencilla regla de tres, tomando como punto de partida que la palabra definidora con el valor M más grande representará el 100%” (Álvarez-Gayou; 2012: 172).

El Valor FMG “constituye un indicador, en términos de porcentajes, de la distancia semántica entre las diferentes palabras definidoras que conformaron el conjunto SAM. Así que el valor M total más alto representa la total cercanía que ese concepto tiene con el estímulo definido. En este sentido, mediante el cálculo de los demás valores, se obtendrá, en términos de proporción, la distancia que tiene cada una de las palabras definidoras respecto del estímulo definido” (Álvarez-Gayou; 2012: 172).

Este último valor, el Valor FMG, hace una síntesis de los resultados obtenidos, en este caso de los hombres. De acuerdo con lo anteriormente mencionado, se puede interpretar que para los participantes masculinos:

La “familia” tiene un 100% de cercanía con el concepto de felicidad, en otras palabras, ellos conciben ambos conceptos como sinónimos. En las entrevistas, todos

los participantes coincidieron en que la familia a la que se refirieron es la que actualmente tienen. Principalmente, la convivencia y el compartir momentos con su familia son circunstancias que los entrevistados relacionaban con la felicidad. A pesar de la gran importancia que le dan a la familia para su felicidad, es de llamar la atención que solo uno de los cinco entrevistados para esta palabra consideró a la familia como algo indispensable para poder lograr la felicidad. En relación con esto último, a continuación, se mostrarán los comentarios de los entrevistados:

- Sujeto 1: “Sí es indispensable la familia para ser feliz, porque siempre ocupamos ese apoyo extra”.
- Sujeto 2: “No creo que sea indispensable, hay personas que no tuvieron una buena familia y pudieron ser felices. En mi caso, sí influye mucho la familia, pero no es totalmente necesaria”
- Sujeto 3: “No es indispensable para ser feliz; es importante, pero no la ocupo para ser feliz”.
- Sujeto 4: “Si no tuviera familia, de todas maneras, podría ser feliz, es muy importante, pero no es totalmente necesaria”.
- Sujeto 5: “También se puede ser feliz estando solo, la familia es un complemento importante”.

Cabe destacar que, aunque en la teoría la familia no es de los factores que más se relaciona con la felicidad, sí es tomado en cuenta; por ejemplo, el monje zen Kyonin (2013), coloca el atesorar a las amistades y la familia como uno de los diez

factores de la felicidad. Además, la familia también es mencionada por Ferrer (2014), dentro de los 5 tipos de felicidad que el propone: la felicidad de las conexiones humanas, donde se incluye a la familia, de la cual se obtiene alegría, gozo y disfrute, por lo tanto, felicidad.

Enseguida colocan la palabra de “amor” con un 55.9% de cercanía al concepto de felicidad. Dentro de las entrevistas, todos los participantes dijeron que relacionaban más el dar amor que el recibirlo con la felicidad, y también todos coincidieron en que era indispensable para la felicidad. En cuanto al tipo de amor al cual se refirieron, sí fue un poco más variado: algunos refirieron al amor de familia, otros al amor de pareja y, por último, al amor a uno mismo. Enseguida se presentan las definiciones de amor que dieron los entrevistados:

- Sujeto 1: “El amor para mí es... lo podría ubicar como un sentimiento en el que buscas hacer algo, no precisamente por una persona, sin esperar nada a cambio”
- Sujeto 2: “El amor es sentirte querido y aceptado como persona, puede ser por una pareja, por tu familia, por tus amigos, sentirte que una persona te apoya”.
- Sujeto 3: “Es un estado en el cual te puedes conectar contigo mismo y con otra persona, y puedes brindar emociones, sensaciones”.
- Sujeto 4: “Poder abrazar a mi mamá, o ver cuando llega mi papá cuando llega de trabajar, reír con mi hermana”.

- Sujeto 5: “Para mí, el amor es el sentimiento que mueve al mundo, sin él no se puede hacer nada”

De acuerdo con De Selys (2014), el amor se podría relacionar con los dos tipos de felicidad que el distingue: la hedónica, que sería el amarse a sí mismo, y la eudaimónica, que consistiría en amar a los demás.

También, por otro lado, con base en la respuesta dada por el sujeto 1, esta se relaciona con el primer factor que Kyonin (2013), menciona, el cual es el de la generosidad, que surge cuando algo se da de corazón y sin esperar retribución.

Luego siguió la palabra “música”, con un 38.98% de cercanía. En las entrevistas se encontraron diversas respuestas, algunos dijeron referirse a toda la música en general, en tanto que algunos mencionaban que solo su género preferido es el que relacionan con la felicidad. A continuación, se presentan los comentarios en los cuales, los entrevistados dijeron que relacionaban la música con la felicidad:

- Sujeto 1: “Escuchar la música es lo que me genera felicidad. Como que me distrae, me tranquiliza, y eso es lo que relaciono un poco a la felicidad”.
- Sujeto 2: “El descubrir nueva música y hacerla es lo que me provoca mayor felicidad”.

- Sujeto 3: “Lo que más relaciono con la felicidad de la música en primer lugar, es escucharla y también un poco tocar, el hecho de sacar una canción a aprendérmela, pues son cosas que me generan felicidad”.
- Sujeto 4: “Escucharla me genera muchas sensaciones, entre ellas la felicidad. La relaciono con la felicidad porque, si estoy triste o algo, basta con que me ponga los audífonos y escuche música para sentirme mejor”.
- Sujeto 5: “Lo que más relaciono de la música a la felicidad es hacer música, tocar, yo sé tocar guitarra y siempre que la agarró y me pongo a tocar, como que me siento feliz”.

En la teoría no se menciona a la música, pero podría incluirse dentro de uno de los cinco tipos de felicidad que Ferrer (2014: 1), determinó: “la felicidad del hacer lo que disfrutas”, la cual se refiere a cuando la felicidad está en la ejecución, en el desempeño, en la acción de algo que es placentero, en este caso, el escuchar, tocar o componer música.

Después colocaron a la palabra de “amigos” con 37.29% de cercanía. En las entrevistas, algunos sujetos consideraron que los amigos son necesarios para poder tener felicidad, otros los consideraron más bien un complemento de la felicidad. Lo que predominó de lo que relacionaron de los amigos con la felicidad, fue la confianza que tienen en ellos y el apoyo, así como el compartir o haber compartido agradables momentos y experiencias. Enseguida se mostrará cómo los entrevistados definen lo que es un amigo:

- Sujeto 1: “Aquella persona en la que podría confiar, contarle cualquier cosa sin que me juzguen”.
- Sujeto 2: “Para mí, un amigo es aquel con el que tienes carta abierta con la confianza, no es simplemente salir de parranda, es tener alguien con quien platicar, quien te apoye en los momentos difíciles, incluso es aquella familia que tú decides tener”.
- Sujeto 3: “Una persona en la que puedes confiar, en la que existe el respeto y que también puedes ser como realmente eres tú, sin que tengas ninguna crítica”.
- Sujeto 4: “Me parece que es una persona con la cual has tenido ciertas experiencias gratas, y si es una relación afectiva, es una persona a la que yo quiero, tiene una parte importante dentro de mi vida”.
- Sujeto 5: “Pues una persona que te puede apoyar emocionalmente y puedes compartir tus problemas, y también tus momentos donde tienes éxito y todo eso”.

Ferrer (2014) habla de la amistad en el cuarto tipo de felicidad que el menciona, el de “las conexiones humanas”. En dicho punto se resalta esa alegría, gozo y disfrute que surge de la conexión con las personas, ya sea una pareja, un grupo de amigos, un equipo deportivo o una familia.

Kyonin (2013) habla de la amistad en uno de los factores de la felicidad que el describe, el de atesorar la amistad y la familia. El Dr. Sadler (citado por Fayard; 1969:

34), también considera a las amistades como “uno de los elementos esenciales de una vida normalmente feliz”.

Por último, se encuentra la palabra “tranquilidad” con 33.9%. Aquí todos los entrevistados consideraron la tranquilidad como algo indispensable para la felicidad. En general, definieron la tranquilidad como un estado de paz, equilibrio y estabilidad, y el no tener conflictos. A continuación, se muestra lo que dijeron los entrevistados acerca de cómo relacionan la tranquilidad con la felicidad:

- Sujeto 1: “La tranquilidad es de estarla buscando, de solucionar un problema tras otro, y en medio de todas estas soluciones, llega la felicidad”.
- Sujeto 2: “No estar molesto, no estar alterado, para mí lo relaciono con la felicidad”.
- Sujeto 3: “Consideró que el estar bien contigo mismo te genera un estado emocional de felicidad, como que desde ese momento no te preocupa nada y estando estable, te sientes feliz”.
- Sujeto 4: “Yo cada vez que me siento que no tengo problemas y estoy relajado, me siento feliz, por eso siempre trato de estar tranquilo”.
- Sujeto 5: “Pues todo lo que conlleva la tranquilidad, la paz que te da no tener conflictos y de estar bien contigo mismo, ese tipo de cosas son lo que relaciono a la felicidad”.

En la teoría, no se habla de la tranquilidad, lo único que se podría relacionar sería el quinto tipo de felicidad, que menciona Ferrer (2014), el de la felicidad espiritual, la cual es un momento de gozo, grandiosidad, silencio e infinita paz.

Habiendo mostrado el análisis de los resultados de la red semántica y enriqueciéndolos con los datos obtenidos a través de las entrevistas, se concluye con el análisis de resultados de la población masculina.

3.3.2 Análisis de resultados de la población femenina.

A continuación, se procederá a mostrar los resultados de la población femenina, de la misma manera que se hizo con la población masculina.

El valor J obtenido por las mujeres fue de 159, es decir, 159 palabras distintas fueron las utilizadas para definir felicidad. El conjunto SAM que se obtuvo en la red semántica de las mujeres fue el siguiente:

- Familia.
- Amor.
- Amigos.
- Salud.
- Tranquilidad.
- Amar.

- Música.
- Libertad.
- Disfrutar.
- Amistad.

Para revisar el conjunto SAM obtenido por los hombres de una manera más gráfica, es posible hacerlo mediante la consulta del Anexo 3.

La siguiente tabla incluye los valores FMG y los valores M total, correspondientes a cada palabra del conjunto SAM.

Conjunto SAM obtenido para el concepto definidor		
Conjunto SAM	Valor M total	Valores FMG
10 palabras definitorias		% relativo entre las palabras
Familia	250	100,00
Amor	221	88,40
Amigos	57	22,80
Salud	52	20,80
Tranquilidad	46	18,40
Amar	37	14,80
Música	35	14,00
Libertad	32	12,80
Disfrutar	31	12,40
Amistad	29	11,60

En la síntesis que se puede obtener, mediante los valores FMG obtenidos por las mujeres participantes de la investigación, se interpreta que la palabra “familia” tiene un 100% de cercanía con el concepto de felicidad, es decir, ellas consideran la palabra familia como sinónimo de felicidad. Todas las mujeres entrevistadas coincidieron en que se referían a la familia que tienen actualmente como la que relacionan más con la felicidad. Solamente una entrevistada dijo que, pese a que considera a la familia un factor muy importante para la felicidad, no le es indispensable, mientras que las otras entrevistadas manifestaron que si era indispensable. A continuación, se muestra cómo las entrevistadas relacionan la familia a la felicidad:

- Sujeto 1: “Cuando estás con la familia, en cualquier momento, no importa lo que esté pasando, ellos te provocan esa felicidad, ellos te hacen sentir como bien contigo mismo. El simple hecho de la convivencia, todo, el saber que siempre van a estar ahí”.
- Sujeto 2: “Lo relaciono más porque si estás bien con la familia o si tienes el apoyo de la familia, pues eso te apoya a ser feliz, que me apoyen en lo que hago, en lo que decida, también en lo económico”.
- Sujeto 3: “Me motivan y me ayudan a salir adelante, y eso me hace pues feliz, porque sé que están ahí conmigo. Se sienten orgullosos y que me lo digan y me lo hagan sentir me provoca felicidad”.
- Sujeto 4: “Siento que todo el apoyo que me dan y el cariño, el simple hecho de estar con ellos, me provoca felicidad, si tengo algún problema con alguno

de ellos, no me puedo sentir feliz; platicar con ellos, convivir, ver películas juntos, salir de vacaciones, más que nada estar con ellos”.

- Sujeto 5: “Saber que tengo gente que me apoya, y que siempre que estoy con ellos, puedo ser yo, sin miedo a que me critiquen o me juzguen, siempre me van a aceptar y me han aceptado como soy”.

Las mujeres refieren que a lo que a ellas les provoca felicidad de la familia es principalmente el apoyo que reciben de ella, esto se relaciona con el cuarto tipo de felicidad de los que habla Ferrer (2014), la de las conexiones humanas, donde señala que se puede no tener logros o haber fallado en conseguirlos, pero si existe esa conexión humana, que brinda apoyo, da ánimo y soporte, ahí habrá un gran motivo de felicidad.

En segundo lugar, con un porcentaje de cercanía al concepto de felicidad muy alto, del 88.4%, colocaron la palabra “amor”. En las entrevistas relacionaron con la felicidad el amor de familia, mientras que otras manifestaron que se referían al amor de pareja. Por otro lado, todas las entrevistadas dijeron que el amor era indispensable para tener felicidad. Enseguida se muestran las definiciones de amor que dieron las entrevistadas:

- Sujeto 1: “Es un sentimiento que te hace moverte, y no solo hacia una persona, puede ser hacia ti mismo, a las cosas que haces, hacia otras personas, y pues obviamente es algo bonito”.

- Sujeto 2: “Es un conjunto de sentimientos, principalmente de cariño que puedes sentir por ti mismo y por los demás”.
- Sujeto 3: “Es cuando disfrutas lo que haces, disfrutas de tus seres queridos y les demuestras lo que los quieres y ellos a ti.
- Sujeto 4: “Es algo que va más allá de solo querer, es más fuerte e intenso que querer a alguien”.
- Sujeto 5: “Es querer a alguien y darle una mayor importancia que a cualquiera otra persona”.

Aquí se puede notar cómo la mayoría de las mujeres habla del amor como un sentimiento relacionado con la felicidad, esto puede deberse a una de las diferencias mencionada por Espada (2015): la facilidad con que las mujeres comparten sus intimidades con su grupo de amigas y hablan de sentimientos es mayor que en los hombres, para los cuales hablar de sentimientos entre ellos es algo que no suele darse con mucha frecuencia.

Enseguida, con porcentajes de cercanía significativamente más bajos, siguieron las palabras de amigos, salud y tranquilidad.

La palabra “amigos” obtuvo un 22.8%. En las entrevistas las mujeres coincidieron que generalmente los amigos son personas en las que se puede confiar totalmente, tienen su apoyo incondicional, existe lealtad y fidelidad, y se puede contar con su apoyo. Solo una entrevistada dijo que considera a los amigos como un

factor indispensable para la felicidad, las otras dijeron que sí ayudaba tener amigos para ser feliz, pero que más bien la felicidad dependía de uno mismo. A continuación, se muestra de qué manera las entrevistadas relacionan a los amigos con la felicidad:

- Sujeto 1: “El hecho de saber que están incondicionalmente te hace feliz, te da gusto, satisfacción saber que van a permanecer, que guardan tus cosas, es simplemente el hecho de poder contar con una persona con esos atributos tan firmes que no tiene todo el mundo, te provoca felicidad saber que tienes a alguien así”.
- Sujeto 2: “Relaciono con la felicidad, sobre todo los momentos que hemos pasado juntos, que han sido más buenos que malos, por lo general, siempre nos gusta viajar juntos, salir de antro, visitarnos y que estén al pendiente de ti, y también el respeto”.
- Sujeto 3: “Los momentos que pasas con esas personas, el apoyo que brindas y te brindan”,
- Sujeto 4: “El hecho de que estén ahí cuanto estoy bien y cuando estoy mal, que siempre van a estar a mi lado y me lo estén demostrando, y compartir momentos”.
- Sujeto 5: “La confianza que se puede tener con los amigos, el cariño y el apoyo que se da entre amigos, eso lo relaciono a la felicidad”.

Esos resultados coinciden con uno de los factores que tienen que ver con la felicidad de los cuales habla Kyonin (2013), el cual es atesorar la amistad y la familia,

el autor también menciona que no solamente se necesita que haya relaciones, sino que estas sean cercanas. El Dr. Sadler (citado por Fayard; 1969: 34), también considera a las amistades como “uno de los elementos esenciales de una vida normalmente feliz”.

Ferrer (2014), habla de la amistad en el cuarto tipo de felicidad que él menciona, el de “las conexiones humanas”, en este tipo de felicidad se resalta esa alegría, gozo y disfrute que surge de la conexión con las personas, como, por ejemplo, un grupo de amigos.

La palabra “salud” resultó con un 20.8% de cercanía al concepto de felicidad. Las mujeres entrevistadas coincidieron en que la salud era el estar bien en todos los sentidos, principalmente física y emocionalmente, y también el no tener enfermedades. Dijeron que la salud era un factor indispensable para poder ser felices, mientras que otras manifestaron que aún sin salud podrían tener felicidad. A continuación, se muestra como las entrevistadas relacionan la salud con la felicidad:

- Sujeto 1: “Porque estoy bien puedo hacer muchas actividades que me agradan y me brindan tranquilidad, como salir a hacer deporte”.
- Sujeto 2: “Si me siento saludable, así como te digo, si tengo enfermedades, pero no me están afectando emocionalmente, me siento bien, me siento feliz”.

- Sujeto 3: “Cuando estoy enferma o alguien de mi familia o amigos han pasado por alguna enfermedad, me hace imposible el tener felicidad, por eso la salud es algo que relaciono mucho con la felicidad”.
- Sujeto 4: “Siempre que me siento sana me puedo sentir feliz, el no tener que estarme preocupando por estar enferma, me hace sentirme feliz”.
- Sujeto 5: “Me hace sentir bien que, al cuidarme, casi no me enfermo, y desde el hecho de estar cuidándome, haciendo ejercicio y comiendo bien, me siento feliz”.

De acuerdo con el Dr. Sadler (citado por Fayard; 1969: 34), el tener buena salud es “uno de los elementos esenciales de una vida normalmente feliz”. También según Álvarez de Mon (2012), la salud está relacionada con uno de los tipos de felicidad de los que él habla: la felicidad a corto plazo, la cual, a su vez, está relacionada con la búsqueda del placer, la evitación del dolor, las penas, las tensiones y las angustias. Por otro lado, Chopra (2010) dice que la salud es una consecuencia de la felicidad.

Por último, se encuentra la palabra “tranquilidad” con un 18.4%. En las entrevistas, las mujeres coincidieron en que la tranquilidad era un estado de paz y estabilidad en todas las áreas de la vida, estar relajadas y sin preocupaciones. Solamente una entrevistada manifestó que pese a ser un factor muy importante para la felicidad, no la considera indispensable, las otras dijeron que sí la consideraban

indispensable para la felicidad. A continuación, se muestra lo que dijeron las entrevistadas de cómo relacionan la tranquilidad con la felicidad:

- Sujeto 1: “Me genera felicidad el tratar de manejar las relaciones con las otras personas bien, no entrar en conflicto y así”.
- Sujeto 2: “A mí me da mucha satisfacción a veces tomarme mis tiempos a solas, como que me siento feliz a veces estar sola, no siempre, pero a veces, darme mis tiempos tranquila, en paz, pensar en mí, en mis cosas, me da un estado de alegría”.
- Sujeto 3: “Siento que para que tú puedas ser feliz primero, debes estar tranquila, sentirte cómoda, sentirte bien contigo misma, para tú poder ser feliz, para poder sentir que todo vale la pena, cada momento”.
- Sujeto 4: “Si estoy tranquila y en todas las áreas me está yendo bien, pues entonces voy a ser feliz”.
- Sujeto 5: “Es como una cadena, si tengo todo lo que quiero y hago todo lo que necesito hacer pues me mantengo tranquila y, por lo tanto, feliz”.

Esta tranquilidad de la que ellas hablan, se relaciona con la felicidad a corto plazo de la que habla Álvarez de Mon (2012), la cual tiene que, con la búsqueda del placer, la evitación del dolor, las penas, las tensiones y las angustias.

Después de haber hecho el análisis de resultados de la población femenina, tanto de la red semántica como de la información obtenida mediante las entrevistas, se concluye este apartado.

3.3.3 Análisis del contraste de resultados

Una vez hecho el análisis de resultados de la población masculina y de la femenina, se procederá a mostrar el contraste que se obtuvo de ambas poblaciones, tanto en qué coincidieron como en qué se diferenciaron.

En general, se puede decir que hombres y mujeres no muestran una gran diferencia en cuanto a sus resultados, esto se ve reflejado principalmente en la coincidencia de las palabras definitorias del conjunto SAM, ya que tanto en hombres como en mujeres se registraron las siguientes: familia, amor, amigos, tranquilidad, música y disfrutar.

También cabe destacar que hombres y mujeres dieron un valor FMG del 100% a la familia, es decir, que los dos géneros consideran a la familia como sinónimo de felicidad. Además, en los datos obtenidos mediante las entrevistas, sus respuestas fueron muy similares: hombres y mujeres coincidieron en que lo que más relacionan con la felicidad de la familia es la convivencia con ellos y el apoyo que reciben. Esta similitud se puede deber a lo que Díaz-Loving y Rocha (2011) mencionan en relación con los roles sociales de hombres y mujeres, en este caso dentro del contexto familiar, ya que dicen que, a pesar de aún existir una diferencia estereotipada, se ha

empezado a reflejar una posible transición en la cultura de género y sus implicaciones en la identidad, puesto que se reporta que los hombres se han ido incluyendo cada vez más dentro de las actividades del hogar y la familia.

A la palabra “amor”, ambas poblaciones, la de hombres y la de mujeres, la colocaron en segundo lugar, con un 55.93% de valor FMG en los hombres y 88.4% en las mujeres. Llama la atención que dentro de las entrevistas el total de los participantes declaró considerar el amor como un elemento indispensable para tener felicidad. Lo manifestado por Díaz-Loving y Rocha (2011) también puede explicar la similitud aquí señalada, ya que la transición en la cultura de género de la que ellos hablan, es aplicada tanto al contexto familiar como al de pareja, y como se menciona en las entrevistas, tanto hombres y mujeres se refirieron principalmente al amor de familia y de pareja.

Las palabras definitorias del conjunto SAM de la población masculina que no aparecen en el conjunto SAM de la población femenina son: armonía, paz, satisfacción y viajar. Y las de la población femenina que no aparecen en la masculina son: salud, amar, libertad y amistad. Estas diferencias pueden deberse a las tres ópticas que menciona Bem (citado por Rocha y Díaz; 2011), la esencialista, la de polarización y la androcentrista, ya que, mezclándolas, provocan que al final, tanto hombres como mujeres, terminen siempre delimitando roles, papeles y ocupaciones completamente dispares y específicas para cada persona en función de su sexo biológico.

Otra diferencia notable se encuentra en el total de palabras usadas, mejor conocido como valor J, ya que el de los hombres es de 113 y el de las mujeres de 159. A primera vista parecería normal que las mujeres hayan empleado más palabras diferentes que los hombres, pero si se toma en cuenta que la población masculina únicamente fue de 37 participantes, mientras que la femenina fue de 110, entonces en promedio los hombres utilizaron más palabras definitorias diferentes que las mujeres, por lo tanto, se puede concluir que los hombres tuvieron una diversidad más grande en cuanto a palabras que relacionan con la felicidad.

Una vez hecho la descripción metodológica y la descripción del proceso de investigación, así como el análisis e interpretación de resultados, se da cierre a este tercer capítulo de la investigación.

CONCLUSIONES

Para finalizar la presente investigación, a continuación, se explica de qué forma fueron cumplidos los objetivos de investigación.

En primer lugar, se comenzará con los objetivos particulares, específicamente el 1 y 2, los cuales se lograron en el desarrollo del primer capítulo, en donde se define el concepto de felicidad desde diversas corrientes, incluyendo el de la psicología positiva. De igual manera, se enlistan diversas características de la felicidad, de acuerdo con diversos autores.

Por otra parte, los objetivos particulares 3 y 4 se consolidaron con la elaboración del segundo capítulo, en cual se habla de las características del género masculino y del femenino, denotado sus diferencias, y en donde también se habla de la discrepancia de los roles desempeñados por hombres y mujeres.

El objetivo particular 5 fue cumplido totalmente en el análisis del contraste de resultados, donde se mencionan las palabras definitorias que tuvieron en común hombres y mujeres como resultado de la evaluación de la red semántica, la cuales fueron: familia, amor, amigos, tranquilidad, música y disfrutar.

El último objetivo particular, el 6, fue cubierto desde que se fueron mostrando los resultados obtenidos de la red semántica, donde se puede observar el contraste

de los resultados de la población masculina con la femenina. Además, en el último apartado del análisis e interpretación de resultados, se incluyó un análisis del contraste de resultados, donde se muestra una síntesis de las diferencias y similitudes obtenidas. Lo que, de acuerdo con los resultados obtenidos de la red semántica, contrasta entre hombres y mujeres son algunas palabras definitorias en las que no coincidieron; las palabras que incluyó la población masculina y no la femenina, son: armonía, paz, satisfacción y viajar; por otro lado, las que incluyeron las mujeres y no los hombres son: salud, amar, libertad y amistad. También contrasta la cantidad total de palabras utilizadas (valor J) en los hombres fue de 113 y en las mujeres, 159.

Por último, en relación con el objetivo general, fue cubierto totalmente, esto se muestra principalmente en el análisis de resultados, tanto de la población masculina y femenina, como del análisis del contraste de resultados. Esto principalmente se ve en el análisis e interpretación realizados de las palabras definitorias del conjunto SAM y de los valores FMG, resultantes de la evaluación de la red semántica aplicada. En complemento para el cumplimiento del objetivo general, también fueron incluidos los resultados obtenidos de las entrevistas, en donde se profundiza en el significado que los participantes asignan a las cinco palabras que fueron consideradas con mayor cercanía al concepto de felicidad.

Una vez habiendo hablado del cumplimiento de los objetivos, se dará respuesta a la pregunta de investigación. Con base en los resultados obtenidos, se puede decir que, tanto para hombres como mujeres, la felicidad es su propia familia,

lo cual también se encuentra relacionado con amor, amigos, tranquilidad, música y disfrutar. Los hombres relacionan la felicidad con armonía, paz, satisfacción y viajar, en contraste, las mujeres la relacionan con salud, amar, libertad y amistad.

A manera de conclusión, queda por decir que, dentro de la población utilizada en esta investigación, fue posible obtener una definición del concepto de felicidad en función de las respuestas otorgadas por los participantes que más habían coincidido, del cual se explicó ampliamente que es un concepto subjetivo y, por lo tanto, difícil de generalizar. El punto clave para poder hacerlo es una adecuada delimitación de la población o muestra que se vaya a utilizar, de acuerdo con diversas características y factores como el género, edad, nivel y tipo de estudio, ubicación geopolítica, cultura, entre otros; si esto se logra, entonces se podrá obtener un concepto generalizado de lo que es felicidad.

Una vez finalizadas las conclusiones, se consideró cerrar la presente tesis realizada con la siguiente frase extraída de una famosa obra literaria, la cual es una interesante visión de cómo poder ser feliz.

“Haz solamente lo que amas y serás feliz, y el que hace lo que ama, está benditamente condenado al éxito, que llegará cuando deba llegar, porque lo que debe ser será, y llegará naturalmente” (Cabral, citado por De la Parra y Madero; 2006: 36).

BIBLIOGRAFÍA

Álvarez de Mon, Ignacio. (2012)
El desafío de la felicidad.
Editorial LID Empresarial. España.

Álvarez-Gayou Jurgenson, Juan Luis. (2003)
Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología.
Editorial Paidós. España.

Chopra, Deepak. (2010)
La receta de la felicidad. Las 7 claves de la felicidad y la iluminación.
Editorial Grijalbo. México.

De la Parra, Eric; Madero, María del Carmen. (2006)
Actitudes sabias.
Panorama Lector. México.

Delgado Caballero, Jaqueline. (2010)
Percepción de la felicidad en mujeres casadas.
Tesis inédita de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C.
Uruapan, Michoacán, México.

Díaz-Loving, Rolando; Rocha Sánchez, Tania Esmeralda. (2011)
Identidades de Género. Más allá de cuerpos y mitos.
Editorial Trillas. México.

Diccionario Enciclopédico Nuevo Espasa Ilustrado. (2000)
Editorial Espasa. España.

Diccionario Enciclopédico Larousse. (2008)
Editorial Larousse. España.

Fayard, Marcelo I. (1969)
La clave de la felicidad y la salud mental.
Ediciones Interamericanas. Estados Unidos de América.

García Estrada, Alba Rocío. (2013)
Diferencias entre hombres y mujeres en estereotipos de género y autoconcepto.
Tesis inédita de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco, A.C.
Uruapan, Michoacán, México.

Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos; Baptista Lucio, María del Pilar. (2002)
Metodología de la investigación.
Editorial McGraw-Hill. México.

Lagarde y de los Ríos, Marcela. (2006)
Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas.
UNAM. México.

Landeau, Rebeca. (2007)
Elaboración de trabajos de investigación.
Editorial ALFA. Venezuela.

Nettle, Daniel. (2006)
Felicidad. La ciencia tras la sonrisa.
Editorial Ares y Mares. España.

Papalia, Diane E. (2005)
Psicología del desarrollo.
Editorial McGraw-Hill. México

Tubert, Silvia. (2003)
Del sexo al género. Los equívocos de un concepto.
Ediciones Cátedra. España.

MESOGRAFÍA

Alarcón, Reynaldo. (2006)

“Desarrollo de una Escala Factorial para Medir la Felicidad”

Interamerican Journal of Psychology. Vol.40 No.1.

Sociedad Interamericana de Psicología Austin, Organismo Internacional

Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28440110>

Ariza, Walter. (2016)

“El saber del sexo”

<http://elsaberdelsex.blogspot.mx>

Balluerka, Nekane; Vergara, Ana Isabel. (2002)

“Diseños de Investigación Experimental en Psicología”

Editorial Prentice Hall. España.

<https://books.google.com.mx/books?id=F6g6mEqC8CIC&printsec=frontcover&dq=dise%C3%B1os+de+investigacion&hl=es-419&sa=X&sqi=2&ved=0CBoQ6AEwAGoVChMluY-nu8OWyAIVEVySCh2mcAoU#v=onepage&q=dise%C3%B1os%20de%20investigacion&f=false>

Bárceñas, Jaime. (2015)

“Y a ti, ¿qué te hace feliz en el trabajo?”

<http://www.dinero.com/opinion/columnistas/articulo/opinion-sobre-cinco-factores-influyen-felicidad-trabajo/215451>

Blasco Mira, Josefa Eugenia; Pérez Turpín, José Antonio. (2007)

“Metodologías de investigación en las ciencias de la actividad física y el deporte: ampliando horizontes”

Universidad de Alicante, España.

<https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/12270/1/blasco.pdf>

Bunge, Mario; Ardila, Rubén. (2002)

“Filosofía de la Psicología”

Siglo veintiuno editores, S.A. de C.V. México.

https://books.google.com.mx/books?id=sl447JOXuAQC&pg=PA54&lpg=PA54&dq=un+enfoco+es+una+manera+de+ver+las+cosas+o+las+ideas+y+en+consecuencia+tambi%C3%A9n+de+tratar+los+problemas+relativos+a+ellas&source=bl&ots=RnROm47qha&sig=vAAg6My1cjDkqA0c5087HjZgAPA&hl=es&sa=X&ved=0CCAQ6AEwAWoVChMIIP-S_ZftyAIVCTc-Ch3iYAEJ#v=onepage&q=un%20enfoco%20es%20una%20manera%20de%20ver%20las%20cosas%20o%20las%20ideas%20y%20en%20consecuencia%20tambi%C3%A9n%20de%20tratar%20los%20problemas%20relativos%20a%20ellas&f=false

Boto, Ángela. (2005)
“La huella biológica de la felicidad”
Diario El País, España.
http://elpais.com/diario/2005/05/17/salud/1116280801_850215.html

De Selys Lloret, Christian. (2014)
“¿Cuántos tipos de felicidad existen? Felicidad hedónica y la eudaimónica”
Ibiza Baleares, España.
<http://www.deselys-psicologo.com/christian-de-selys-lloret/>

Diccionario de la Real Academia Española. (2016)
“Definición de felicidad”.
<http://dle.rae.es/?id=Hj4JtKk>

Espada, Blanca. (2015)
“Diferencias entre hombres y mujeres”
<http://depsicologia.com/diferencias-entre-hombres-y-mujeres/>

Ferrer, Juan. (2014)
“Los cinco tipos de felicidad”
<http://juanferrer.es/2014/12/26/los-cinco-tipos-de-felicidad/>

González Jiménez, Rosa María. (2009)
“Estudios de género en educación. Una rápida mirada”
Revista Mexicana de Investigación Educativa. Vol.14, No.42.
Consejo Mexicano de Investigación Educativa, A.C., México.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14011807002>

Hernández García, Yuliuva. (2006)
“Acerca del género como categoría analítica”
Nómadas No.13. Universidad Complutense de Madrid, España.
<http://www.redalyc.org/pdf/181/18101309.pdf>

Hinojosa Rivero, Guillermo. (2008)
“El tratamiento estadístico de las redes semánticas naturales”
Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM. Vol.XVIII
No.1.
Universidad Autónoma de Tamaulipas, México.
<http://www.redalyc.org/pdf/654/65411190007.pdf>

Kyonin. (2012)
“10 factores de la felicidad comprobados por la ciencia y el budismo”
<http://chocobuda.com/2012/02/23/10-factores-de-la-felicidad-comprobados-por-la-ciencia-y-el-budismo-parte-1/>

López Muñoz, Armando. (2001)
“Eudemonología Schopenhaueriana”
Tesis inédita de la Universidad Iberoamericana. Santa Fe, México, D.F.
<http://cibernous.com/autores/schopenhauer/teoria/broma.html>

Maslow, Abraham H. (1991)
“Motivación y Personalidad”
Ediciones Díaz de Santos S.A. Madrid, España.
<https://books.google.com.mx/books?id=8wPdJ2Jzqg0C&printsec=frontcover&dq=piramide+de+maslow&hl=es&sa=X&ved=0CCsQ6AEwA2oVChMlvZv17YXIyAIVTsCACH0SZwJZ#v=onepage&q&f=false>

Maureira Silva, Sergio. (2014)
“El concepto de felicidad en la Psicología Positiva: Una lectura desde el Psicoanálisis”
Investigación inédita de la Universidad Andrés Bello. Facultad de Ciencias Sociales. Escuela de Psicología.
Viña del Mar, Chile.
http://www.academia.edu/8696637/El_concepto_de_felicidad_en_la_Psicolog%C3%ADa_Positiva_Una_lectura_desde_el_Psicoan%C3%A1lisis

Mercado Ibáñez, Matías. (2014)
“Concepto de felicidad en jóvenes”
Ajayu, La Paz, Vol.12 N.1.
Universidad Católica Boliviana San Pablo, Bolivia.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612014000100004&script=sci_arttext

Ojeda García, Margarita. (2005)
“Día de la felicidad”
<http://margaritaojeda.com/?p=4953>

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2016)
“Género. Por qué el género”
<http://www.fao.org/gender/gender-home/gender-why/por-que-el-genero/es/>

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2016)
“Género”
<http://www.who.int/topics/gender/es/>

Pásaro Dionisio, María Rosario. (2002)
“Bases biológicas de la de felicidad”
Universidad de Sevilla, España.
https://books.google.com.mx/books?id=4xUEal_e75MC&printsec=frontcover&dq=felicidad&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwibyt3c6s7PAhUT2WMKHRKTCFgQ6AEIIDAB#v=onepage&q=felicidad&f=false

Toro Jaramillo, Iván Darío; Parra Ramírez, Rubén Darío. (2006)
“Método y conocimiento. Metodología de la investigación”
Fondo Editorial Universidad EAFIT. Colombia.
<https://books.google.com.mx/books?id=4Y-kHGjEjy0C&pg=PA158&dq=dise%C3%B1o+no+experimental&hl=es&sa=X&ved=0CBoQ6AEwAGoVChMI7uLus8eWyAIVy4uSCh0uYwxY#v=onepage&q=dise%C3%B1o%20no%20experimental&f=false>

Universidad Don Vasco, A.C. (2016)
“Página oficial”
www.udv.edu.mx

Vargas Garrido, Héctor. (2010)
“Estudio de los conceptos cotidianos de *happiness* y felicidad desde un enfoque probabilístico”
Tesis doctoral inédita de la Universidad Autónoma de Madrid, Facultad de Psicología. Departamento de Psicología Social y de Metodología. Madrid, España.
https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/5539/35401_vargas_garrido_hector.pdf?sequence=1

Veenhoven, Ruut. (1998)
“La utilidad de la felicidad”
Investigación de indicadores sociales. Vol. 20,
Universidad Erasmus de Rotterdam, Países Bajos.
<http://www.fun-humanismo-ciencia.es/felicidad/sociedad/sociedad19.htm>

Vergara García, David Andrés. (2008)
“La Felicidad para Schopenhauer”
México.
<http://davidvergaradc.blogspot.mx/>

ANEXO 1

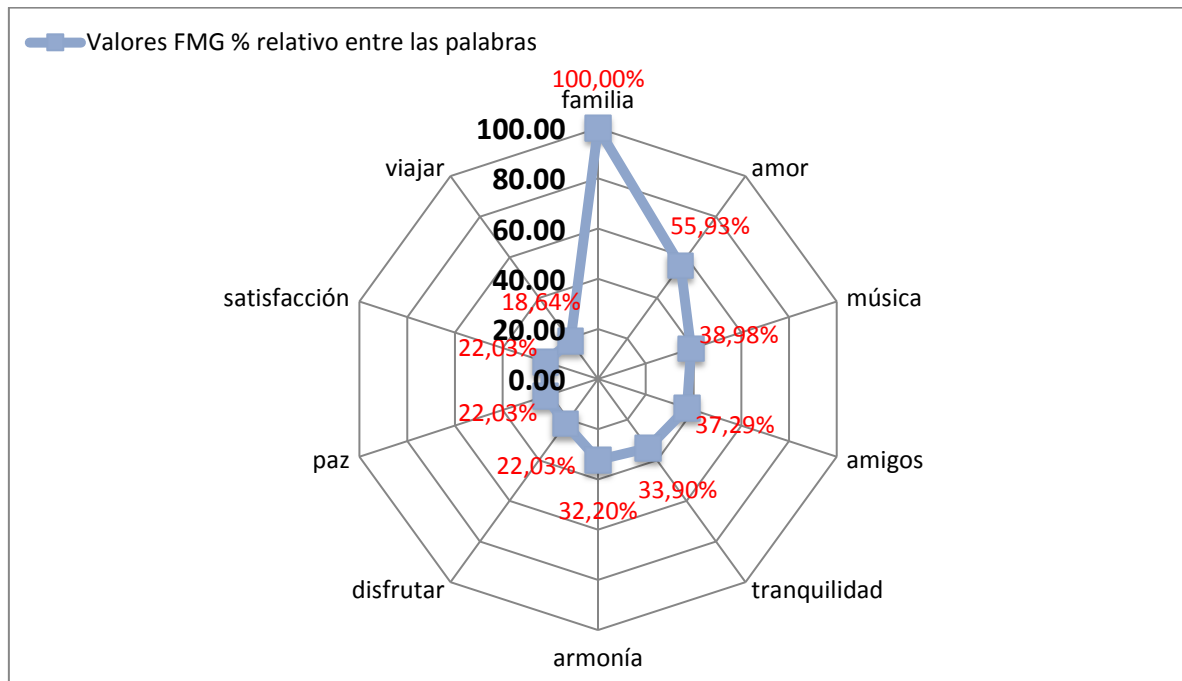
- Formato aplicado para la red semántica.

Nombre: _____ Edad: ____ Género: _____ Grupo: _____

<p>I.- Escribe 5 palabras que consideres que para ti describen mejor la siguiente frase: <i>"La felicidad para mí es"</i></p> <p>* _____</p> <p>* _____</p> <p>* _____</p> <p>* _____</p> <p>* _____</p>	<p>II.- Ordena jerárquicamente las palabras, de la que consideres más importante a la menos importante.</p> <p>1.- _____</p> <p>2.- _____</p> <p>3.- _____</p> <p>4.- _____</p> <p>5.- _____</p>
---	--

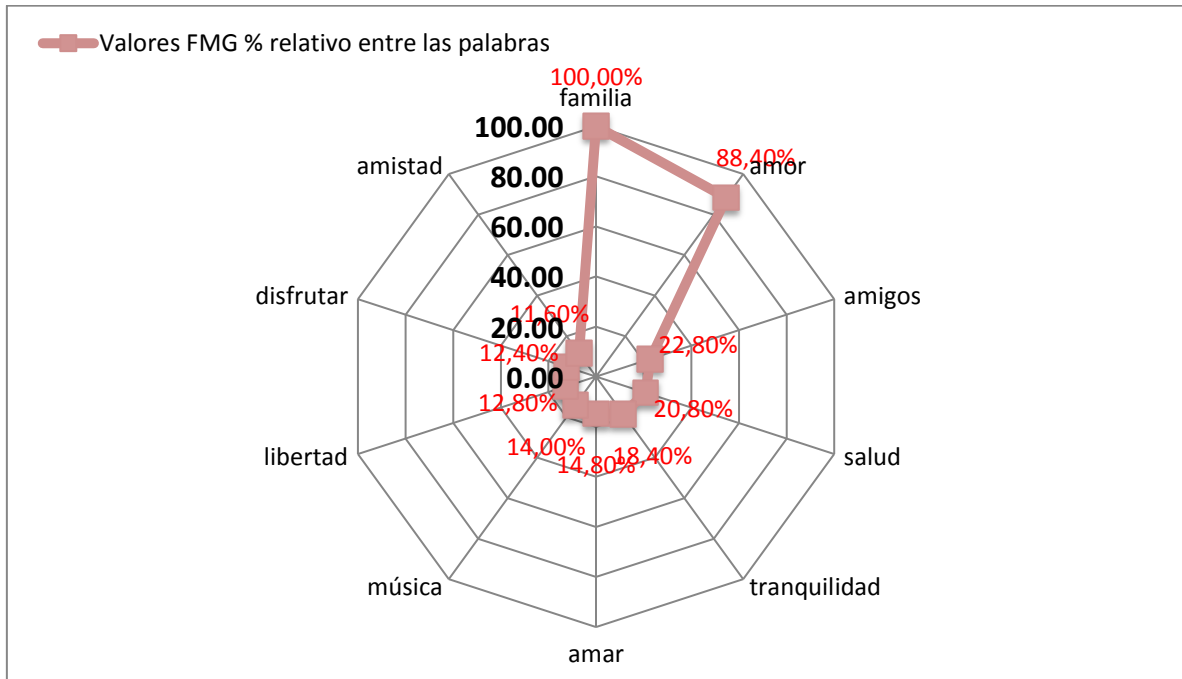
ANEXO 2

- Gráfica radial del conjunto SAM de la población masculina.



ANEXO 3

- Gráfica radial del conjunto SAM de la población femenina.



- Guía de entrevistas.

FAMILIA

- ¿A qué familia te refieres? (actual, futura)
- ¿Cómo relacionas la familia con la felicidad?
- ¿Qué aspectos o situaciones de la familia generan felicidad?
- ¿Crees que la familia es indispensable para ser feliz?

AMOR

- ¿Qué es el amor para ti?
- ¿A qué tipo de amor te refieres? (pareja, amigos, familia)
- ¿Qué se relaciona más con la felicidad? ¿Dar o recibir amor?
- ¿Sin amor no hay felicidad?

AMIGOS

- ¿Qué es un amigo?
- ¿Qué aspectos de los amigos relacionas con la felicidad?
- ¿Sin amigos no hay felicidad?

TRANQUILIDAD

- ¿Qué es la tranquilidad?
- ¿Cómo relacionas la tranquilidad con la felicidad?

MÚSICA (hombres)

- ¿Toda la música se relaciona con la felicidad?
- ¿Qué tipo de música asocias con la felicidad?
- ¿Qué aspecto de la música relacionas más con la felicidad? (escuchar, componer, tocar)

SALUD (mujeres)

- ¿Qué es la salud para ti?
- ¿Por qué la salud es fuente de felicidad?