

Tipo de contribución: Artículo empírico

Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social
International Digital Journal of Psychology & Social Science

¿Cuál es la definición de felicidad de habitantes de la Ciudad de México?

Persona responsable del envío: Olga Flores-Cano

Correo electrónico: **olgabfc@gmail.com**

Tipo de contribución: Artículo Empírico

Fecha de Envío: jueves, 24 de noviembre de 2022

¿Cuál es la definición de felicidad de habitantes de la Ciudad de México?

Olga Flores-Cano

División de Estudios de Posgrado e Investigación,
Facultad de Psicología,
Universidad Nacional Autónoma de México

Nota del Autor

AFILIACIÓN: (No hay cambios de afiliación)
División de Estudios de Posgrado e Investigación,
Facultad de Psicología,
Universidad Nacional Autónoma de México.

AGRADECIMIENTOS:

A la Dra. Sofía Rivera Aragón, al Dr. Ricardo Lino Mansilla Corona, a las y los participantes por su apoyo al responder el instrumento.

DIRECCIÓN DE CORREO:

Cubículo 5, Piso Mezzanine, Edificio “D”,
Facultad de Psicología
Avenida Universidad 3004,
Colonia Ciudad Universitaria, C.P. 04510,
Alcaldía Coyoacán, Ciudad de México.

CORREO ELECTRÓNICO:

olgabfc@gmail.com

DIRECCIÓN DE CORREO:

Cubículo 5, Piso Mezzanine, Edificio “D”,
Facultad de Psicología
Avenida Universidad 3004,
Colonia Ciudad Universitaria, C.P. 04510,
Alcaldía Coyoacán, Ciudad de México.

CORREO ELECTRÓNICO:

olgabfc@gmail.com

CARTA DE PRESENTACIÓN Y MOTIVOS DE LA AUTORA

Dr. Arturo Silva Rodríguez

Editor

Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social

Estimado Dr. Silva Rodríguez:

Por medio de la presente hago de su conocimiento mi interés en publicar el artículo *¿Cuál es la definición de felicidad de habitantes de la Ciudad de México?* en la Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social, de la que usted es editor, y que es de mi interés tanto por ser una fuente Open Access, como por el gran trabajo de difusión y el excelente contenido.

Soy Olga Flores-Cano, adscrita a la División de Estudios de Posgrado e Investigación en la Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, mi correo de contacto es olgabfc@gmail.com y mi registro ORCID 0000-0001-8836-8966. Mi dirección postal es Edificio

D, piso Mezzanine, Cub. 5 en Avenida Universidad 3004, Col. Ciudad Universitaria, C.P. 04510, Alcaldía Coyoacán.

Declaro en la presente carta que soy autora única del documento que propongo para publicación siendo autora de la totalidad del trabajo incluyendo tablas y figuras, que son de mi autoría: tablas hechas con programa Excel 365 de Office y la figura con el programa Gephi 0.9.2, (Gephi.org, 2021) de versión gratuita. Este artículo sólo ha sido enviado a su revista y es original e inédito. Otros artículos se han derivado de la misma muestra, pero versan sobre otros elementos diferentes (variables, análisis) del tratado en este documento. Incluyo la información de los documentos: Flores-Cano *et al.* (2020). Bienestar subjetivo y su estudio con redes semánticas en análisis lineal y no lineal. *INTERdisciplina*, 8(20), 153-167; un resumen en la memoria in extenso en el XIII Congreso del Posgrado de Psicología.

No se recibió financiación ni beca para llevar a cabo el trabajo de este artículo y no hay intereses que comprometan su contenido. Soy única autora, y doy fe del consenso y acuerdo en este artículo sobre el total de su contenido.

De antemano agradezco su amable atención y quedo en espera de sus observaciones.

Atentamente,

Olga Flores-Cano

RESUMEN CURRICULAR BREVE

Técnica Académica Titular A de Tiempo Completo Definitiva, adscrita al Posgrado en el área de Psicología Social desarrollando labores de docencia e investigación. Llevó a cabo estudios en la Facultad de Psicología de la UNAM de licenciatura y doctorado en psicología. Colabora en el proyecto Percepción y comunicación de riesgos ambientales con énfasis en cambio climático y calidad de vida (PAPIIT IN309119). Como autora principal publicó el artículo *Bienestar subjetivo y su estudio con redes semánticas en análisis lineal y no lineal* (2020), memorias in extenso *Modelo no lineal de bienestar subjetivo* (2019), *Redes semánticas naturales modificadas* (2018); como coautora en *How well do you know your size? Accuracy of self-reported measures vs. BMI & waist to height ratio among Mexican women* (2021). En los últimos cinco años participó en eventos como el Congreso XII del Posgrado de Psicología, el Congreso XIII del Posgrado de Psicología, en el Seminario de Complejidad y Economía.



Imagen del autor principal (100pix X 100pix formato jpg, png, gif)

Resumen

Actualmente, la felicidad es de gran importancia para la persona y la sociedad. Es afectada por su contexto cultural, mostrando elementos distintivos en diferentes países. Por ello, su definición es de gran relevancia. El objetivo fue obtener la definición de felicidad para las y los habitantes de la Ciudad de México. Una muestra de 201 participantes, hombres (48.3%) y mujeres (51.7%), habitantes de la Zona Metropolitana de la Ciudad de México, con 20 años y más (Media=39.97 años; D.E.=13.56 años) respondieron un formato de redes semánticas (se incluyó el consentimiento informado) para definir el concepto de felicidad. Se analizaron distancias geodésicas del grafo de felicidad (Gephi.org, 2021). La felicidad resultó ser un concepto social complejo. Los nodos centrales fueron amor, familia y alegría. Tuvo dos conjuntos principales: relaciones significativas (familia, amigos, trabajo); y emociones positivas (amor, alegría, tranquilidad). Hubo similitudes y diferencias cualitativas con las definiciones de otras culturas.

Keywords: Felicidad, bienestar subjetivo, Ciudad de México, redes semánticas, grafo

Abstract

Now-a-days, happiness is a relevant matter, important to self and individual interests, as well as, to social life. It is shaped by culture, which appears to have a great influence on the definition of happiness across countries. So, the definition of happiness is relevant. The objective was to obtain the definition of happiness for inhabitants of Mexico City. A sample N=201 of male (48.3%) and female (51.7%), inhabitants of the Metropolitan Zone of Mexico City, 20 years and older (Mean=39.97 years; S.D.=13.56 years) filled out a semantic network questionnaire to define happiness (informed consent provided). A geodesic distances graph analysis was performed ([Gephi.org., 2021](https://gephi.org/)). Happiness resulted in a social complex network. Results showed happiness had two main sets. The relationships that included family, friends and work. And positive emotions such as love, joy and tranquility. This definition had qualitative similarities and differences with other culture's definitions of happiness.

Keywords: Happiness, subjective well-being, Mexico City, semantic networks, graph

¿Cuál es la definición de felicidad de habitantes de la Ciudad de México?

ANTECEDENTES

La felicidad es un concepto relevante tanto para la persona como para las sociedades: un principio que guía esfuerzos para generar oportunidades sobre la determinación de las personas a vivirla y su derecho a ella (Joshani y Weijers, 2014). Siendo un principio importante su definición resulta vital para su estudio y comprensión. La palabra felicidad se ha llegado a usar indistintamente como sinónimo de bienestar (Bartolini y Sarrancino, 2014) debido a su cercana relación con el estudio y comprensión del mismo (Diener y Suh, 1997; Veenhoven, 2008). La felicidad se ha considerado como uno de los elementos dentro del mismo concepto de bienestar (Ballas y Tranmer, 2012) junto con el de la satisfacción (Diener, 1984; Diener *et al.*, 1985; Ryan y Deci, 2001). Estos conceptos, bienestar y satisfacción, guardan una relación moderada a alta con la felicidad (Easterlin y Sawangfa, 2007). De hecho, la definición del bienestar subjetivo, que incluye la valoración afectiva y cognitiva de aspectos de vida y su satisfacción, ya sea general o por dominios, incluye la felicidad como parte de esta evaluación (Diener, 1984; Diener *et al.*, 1985, 1997) además de áreas de vida relacionadas, que en América Latina y específicamente en México, las más relevantes fueron la familia, los recursos económicos, la salud, el trabajo y los amigos (Graham y Lora, 2009; Rojas 2004, 2006).

La felicidad valorada cognitivamente consiste en juicios que pueden hacerse de forma general sobre la calidad de su vida y los elementos que considere “buenos” (Ballas y Tranmer, 2012; Bartolini y Sarrancino, 2014), o aquellos que contribuyan favorablemente a su vida y a alcanzar un estándar (Veenhoven, 2012). Se ha hecho en forma de autorreporte, sobre los niveles

que se alcanzan de felicidad, o como la suma de indicadores sobre las experiencias de vida empleando, por ejemplo, una escala Likert (Ryff, 1989; Ryff *et al.*, 2006).

La felicidad como una experiencia afectiva puede incluir valoración sobre la evitación del dolor y la búsqueda de placer (Ryan y Deci, 2001), o la evaluación de la presencia, intensidad, o nivel de ciertas emociones positivas (Seligman, 2011) o negativas (Kozma y Stones, 1980). Y dentro de las emociones observadas se distinguió entre las emociones que la persona experimenta y el nivel de excitación que ellas requieran. Si las emociones presentan un alto nivel de excitación en las personas pueden ser emociones que favorezcan la activación; y también hubo emociones cuyo nivel de excitación fue menor (Hernández *et al.*, 2018). Los niveles de excitación y las emociones relacionadas se asociaron con estados homeostáticos o de equilibrio en la persona, así como con estados de mayor actividad. La presencia de ambos tipos de emociones se observa en periodos, dando como resultado ciclos, que alcanzan una estabilidad a través de estos cambios o alternancia entre activación y homeostasis (Sterling, 2004).

Se observó que las emociones positivas en general correlacionaron con los niveles de salud mental, lo que hace estas mediciones de gran valor, pues aportan un buen indicador de salud mental; no así con las emociones negativas (Huppert y So, 2013; Tennant *et al.*, 2007; Haver *et al.*, 2015; McCord *et al.*, 2015; Moor y de Graaf, 2016). Se observó que, la evaluación de afectos tiene como base la medición a corto plazo, en la que se presentaron niveles más altos ante experiencias, y que regresaron a niveles previos conforme pasó el tiempo (Easterlin *et al.*, 2010; Gilbert, 2006). Además de la valoración de los afectos y las relaciones, otros elementos observados como relevantes en la felicidad fueron los recursos, por ejemplo, los recursos materiales, el ingreso, el apoyo financiero, que fueron elementos empleados para alcanzar la felicidad (Easterlin y Sawagfa, 2007; González, 2014; Veenhoven, 2008).

La relevancia de la felicidad como guía principal y norma para las sociedades modernas se observa, por ejemplo, en las Metas de Desarrollo Sostenible en las que la felicidad es uno de los principios rectores para las capacidades, los derechos humanos y el desarrollo (Hasan, 2019; Thinley, 2007, 2011; United Nations, 2016, 2017) y que se ejercen en lo individual y se generan en lo social (González, 2014). Aunque la felicidad es percibida mayormente como un asunto individual (Veenhoven, 2008) su estudio ha subrayado la importancia de la persona en su asociación con otros y el capital social (Bartolini y Sarracino, 2014), así como las relaciones con otros cercanos y con uno mismo (Seligman, 2011). De ahí la importancia de generar investigaciones e instrumentos que promuevan la adecuada comprensión y medición de la felicidad. Un ejemplo temprano de ello fue la iniciativa del Reino de Bután que creó el Índice de Felicidad Bruta (Thinley, 2007). En la actualidad, y desde el año 2012 se hace la aplicación del Reporte Mundial de Felicidad (Helliwell et al., 2021).

Fue entonces cuando hubo la necesidad de estudiar la felicidad, y con ello se observó que había múltiples perspectivas, en diversos contextos, que dieron lugar a variaciones en niveles de felicidad a través de los países (Binder y Broekel, 2012; Gilbert, 2006; Huppert y So, 2013; Veenhoven, 2012). Además, los niveles de felicidad se midieron considerando variables como edad, dominios de vida, experiencias de vida y mostraron diferencias culturales (Binder y Schöll, 2010; Diener *et al.*, 2000; Graham y Lora, 2009; Merino *et al.*, 2020; Taniguchi, 2015). Las diferencias derivadas de la cultura se asociaron a las nacionalidades y riqueza de los países que a su vez fueron afectados por la perspectiva de los derechos humanos, la democracia, y la equidad, pues afecta cómo se entiende y vive la felicidad: su propuesta como un derecho, cómo buscarla, su relación con el ingreso, la educación, los valores individualistas, o su expresión, en la que se encontró que las personas veían como adecuada si consideraban que eran buenos tiempos, y no adecuada cuando los tiempos eran calificados de malos (Diener *et al.*, 2003). En cuando a la

relación entre la felicidad y la persona, considerando el país de origen, se encontró una connotación negativa en la expresión de la felicidad en países asiáticos (Joshanloo y Weijers, 2014), o que la felicidad estuvo más relacionada con elementos sociales y de armonía en Japón, mientras que en Estados Unidos la felicidad se relacionó más con la experiencia hedónica positiva de los logros personales (Uchida y Kitayama, 2009). Otros elementos relacionados con la experiencia de felicidad en la persona fueron la buena suerte y las condiciones externas a la persona (Oishi *et al.*, 2013).

En México el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) desarrolló la escala para la medición del bienestar en México, que incluyó los conceptos de bienestar, satisfacción con la vida como un todo, eudaimonia y balance del afecto (emociones positivas y negativas) (INEGI, 2021). Esta propuesta tuvo como base la definición hecha por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2018) (INEGI, 2022b). En las mediciones del bienestar, se observaron niveles reportados tanto del bienestar, como de la experiencia afectiva, y la felicidad, incluida como un elemento vital para el desarrollo de las y los mexicanos. En México, la medición que llevó a cabo el INEGI reportó balance anímico positivo y negativo (-10 a 10) que reflejó un 6.4 (INEGI, 2018) y un 6.3 (INEGI, 2019), mientras que para el 2021 fue de 6.1. Es decir, se reportó un incremento en la vivencia de emociones negativas. En cuanto a la satisfacción con la vida, el promedio era de 8.3 (2018) y 8.4 (2019), mientras que para el año 2021 fue de 8.2. Es decir, la satisfacción con la vida disminuyó (INEGI, 2021). Los resultados indican que los niveles de felicidad y de afectos positivos descendieron con respecto a los años previos; hubo menor experiencia de emociones positivas 7.8, (INEGI, 2020) y 7.6 (INEGI, 2021). Y se observó una mayor experiencia de emociones negativas 1.3 (INEGI, 2020) y 1.5 (INEGI, 2021) como el aburrimiento y la falta de energía a lo largo del día en comparación a los años previos (INEGI, 2021).

En el Reporte de Felicidad Mundial cuyo índice incluye la valoración de la vida (la vida como un todo), el bienestar (ingreso, salud, capital social, libertad, generosidad y confianza), emociones positivas (haber sonreído o reído ayer) y emociones negativas (angustia, tristeza y enojo vividos ayer) México obtuvo los lugares 24 (INEGI, 2018) y 23 (INEGI, 2019). Sin embargo, para el año 2020 el Reporte de Felicidad Mundial mostró que México estuvo en el lugar 46 (5.96 felicidad 2021), lo que fue una caída de trece lugares con respecto a los años previos (lugar 23, 6.46 felicidad 2017-2018) mientras que para el año 2021 estuvo en el lugar 36. (Helliwell *et al.*, 2021). Los dos ejemplos anteriores, tanto nacional como internacional mostraron la felicidad como sensible a las experiencias en periodos de particular dificultad como lo fueron los años 2020 y 2021 en los que se vivió la pandemia por COVID-19.

En los años recientes, los esfuerzos para definir, medir y analizar la felicidad también fueron necesarios en un amplio rango de disciplinas como las neurociencias y la psicología y hasta la filosofía y la economía (Norrish, y Vella-Brodrick, 2008). Este amplio esfuerzo proveyó diferentes teorías y aproximaciones para definir y entender la felicidad y el bienestar (Ballas y Tranmer, 2012). Una técnica que apoya el estudio de la felicidad y su definición es la de las redes semánticas. Con ella, se obtienen modelos mentales que sirven de base para el estudio de la representación de conceptos en las comunidades (Binder y Schöll, 2010) y ha probado ser una herramienta útil para obtener, directamente del contexto estudiado, instrumentos e información culturalmente relevante (Reyes-Lagunes Y García y Barragán, 2008).

Las redes semánticas representan modelos de distancias entre objetos, pues constituyen un sistema relacional (Kaplan, 2004) que muestra la importancia de la interacción entre los elementos debido a su proximidad. Permite la ponderación directa a las respuestas que la población considere las más importantes. El modelo de redes semánticas se representa por medio de un conjunto de nodos (objetos o elementos) y sus aristas (relaciones). Este tipo de

representación de datos ha tenido aplicaciones en varias áreas, disciplinas y campos de estudio como las ciencias sociales (Barabási, 2021; Canright, 2009; Polanco, 2006; Ruelas *et al.*, 2006).

De hecho, siendo una propiedad de estas redes la libre escala, reflejan la importancia de los elementos, no basados en la distribución normal, sino en la relación de los elementos, lo que supone una ventaja para este tipo de información (Polanco, 2006).

La representación de este modelo relacional se obtiene gracias a la teoría de grafos, que se encuentra dentro de las teorías de sistemas complejos, por medio de distancias geodésicas. Esto concede ventajas a datos obtenidos por medio de la técnica de redes semánticas, dado que el manejo de los datos se relaciona con el comportamiento colectivo, la emergencia y la autoorganización con dinámica no lineal, libre escala y de libre distribución (Canright, 2009).

El objetivo de este documento fue obtener la definición de felicidad, empleando las redes semánticas naturales analizadas con la teoría de grafos, para las y los habitantes de la Ciudad de México y su Zona Metropolitana.

MÉTODO

Participantes

Este fue un estudio cuasi-experimental, transversal, de campo, con muestreo no probabilístico por cuotas. La muestra fue de 201 hombres (48.3%) y mujeres (51.7%), habitantes de la Ciudad de México y su Zona Metropolitana, de 20 años y más (Media=39.97 años; D.E.=13.56 años; 20 a 34, 36.3%; 35 a 49 años, 32.3%; 50 y más 31.3%). Las y los participantes fueron voluntarias y voluntarios, recibieron consentimiento informado, y no recibieron incentivos.

Los criterios de inclusión fueron que vivieran en la Ciudad de México o su Zona Metropolitana, supieran leer y escribir, y tuvieran 20 ó más años. No hay actualmente una recomendación específica para el tamaño de muestra adecuado para el uso de las redes semánticas. Aunque en la generalidad se recomienda obtener la mayor muestra posible, en el caso de las redes semánticas mostraron llegar a lo que se consideró como un nivel de saturación, que apoya la limitación de la recolección de datos (Streiner *et al.*, 2015) que se logró al llegar alrededor de los 200 formatos redes semánticas aplicadas. Se obtuvieron 281 formatos que se depuraron en cuotas que debían semejar la proporción de la población objetivo, por lo que se tuvo una N=201 con los porcentajes por sexo con 48.3% hombres y 51.7% mujeres y grupos de edad: 20 a 34, 36.3%; 35 a 49, 32.3%; y 50 y más 31.3%. Se cuidó que el nivel socioeconómico tuviera proporciones adecuadas para su comparabilidad estadística, aunque no guardaba semejanza con los niveles socioeconómicos de la población objetivo.

Materiales

Para la recolección de datos para las redes semánticas, se empleó un Formato de redes semánticas naturales con las consideraciones hechas por Valdéz (1998): hojas media carta con renglones en cuyo encabezado se pone el concepto del que la persona provee las palabras relacionadas. Se conformó un conjunto de hojas media carta engrapadas que incluyó una hoja inicial con la información del estudio y las instrucciones, una hoja para cada concepto que fueron rotadas para evitar efectos debido al orden de presentación (bienestar, satisfacción, felicidad, y estilo de vida), y una hoja para recabar los datos sociodemográficos (edad, sexo, ocupación, y preguntas para determinar el nivel socioeconómico de acuerdo con la AMAI 8x7 (López, 2008).

Procedimiento

La aplicación se hizo entre mayo y agosto de 2018 con el apoyo de estudiantes y colegas de la Facultad de Psicología y la FES Zaragoza, dando el formato para que se respondiera por las personas mismas. El consentimiento informado se dio en la aplicación, indicando la participación como anónima, confidencial y voluntaria. Las y los participantes que decidieron participar escribieron en un formato de redes semánticas naturales cinco palabras al menos, sobre los conceptos: felicidad, bienestar, satisfacción y estilo de vida. En este artículo solamente se analizará la información obtenida de la red semántica de felicidad.

Mediciones

Se llevó a cabo la recolección de palabras con la ayuda de las redes semánticas, y con las que se obtuvo la definición connotativa del concepto felicidad. Se llevó a cabo la captura de las palabras en el programa Excel. Se trabajaron las palabras juntando aquellas que fueran singulares y plurales dejando indicado con un paréntesis y una « s » en caso necesario. También se juntaron las palabras masculinas y femeninas dejando la indicación con un paréntesis al final de la palabra

con la letra que indicara la opción. Por ejemplo, las palabras contento y contenta se capturaron como contenta(o); las palabras éxito y éxitos se capturaron como éxito(s).

Análisis estadísticos

Se llevaron a cabo análisis descriptivos e inferenciales como la correlación de Rho de Spearman (IBM SPSS 25) y de distancias geodésicas ([Gephi.org.](https://gephi.org/), 2021, recurso *free open-source*).

RESULTADOS

Las redes semánticas de bienestar, satisfacción y felicidad incluyeron en sus redes los otros conceptos evaluados. Hubo una relación moderada entre felicidad y bienestar (Spearman $Rho=0.541$, $p=0.002$) y entre felicidad y satisfacción (Spearman $Rho=0.577$, $p<0.001$). No hubo relación estadísticamente significativa entre bienestar y satisfacción (Spearman $Rho=0.227$, $p=0.266$).

Un grafo tiene un conjunto de nodos o vértices, en este caso palabras usadas para definir el concepto felicidad. Estas palabras tuvieron una relación que se representó con aristas o, que mostró la asociación de un nodo con otro. Estos nodos y sus aristas conforman grupos o comunidades. El grafo tendrá varias comunidades, que presentan fluctuaciones de densidad dentro de sí mismo (Barabási, 2021), y con ello, una propensión a agruparse. Este último elemento lo muestra el coeficiente de agrupación. El grafo como un todo y los subconjuntos son llamados módulos y dan a conocer una organización cuyos elementos más representativos son los nodos con los mayores valores de centralidad-intermediación (c-i), que es la frecuencia con la que el nodo estuvo presente en la relación de cualesquiera nodos. Estos nodos con mayor centralidad-intermediación tienen un papel central en la red semántica representada en forma de grafo, debido a que son los elementos que tienen el control sobre las relaciones que hay dentro del grafo como conjunto total y dentro de los módulos o subconjuntos.

Los nodos también pueden facilitar la comunicación entre otros nodos y subconjuntos. Esto se puede determinar por la puntuación de foco que tenga un nodo. Los nodos del grafo total con mayor puntuación de foco fueron amor (foco=.402), familia (foco=0.348), y alegría (foco=0.287), éstos últimos con valores altos tanto como nodos de intermediación-centralidad como de foco. Esta característica de facilitar la comunicación entre los nodos que el nodo que

funge como foco da fortaleza a la estructura del grafo y los subconjuntos o módulos (Ruelas *et al.*, 2006). Los subconjuntos dentro del grafo son grupos de nodos con mayor conectividad. Para este análisis, fue necesario que cada módulo propuesto tuviera además un nodo con una puntuación de *c-i* alta.

La red semántica de felicidad generó un grafo dirigido (nodos=82, aristas=440), cuyo grado medio fue de 5.366 y un diámetro de 5; su longitud media de camino fue de 2.477, lo que puede considerarse como un diámetro pequeño derivado de una mejor relación entre los nodos (palabras que definieron el concepto). Tuvo un coeficiente de agrupación de 0.505, considerado adecuado en redes que muestran autoorganización.

La felicidad tuvo tres nodos principales: amor (*c-i*=2001.01), familia (*c-i*=1939.90), y alegría (*c-i*=1712.59). Estos caminos reflejan, con su anchura, la frecuencia de la relación (por ejemplo, familia y trabajo tienen un camino más grueso que entre logros y amor). Estos nodos principales y sus conexiones son los que muestran los caminos más gruesos en gris: las conexiones entre ellos y los otros nodos en la red. (Figura 1).

Para el presente trabajo se eliminaron tres módulos debido a que carecían de nodos con *c-i* diferente de cero o valores relativos mayores a 0.19 comparados con el valor mayor de *c-i*, o carecían de nodos con valores relativos de foco mayores a 0.19 comparados con el mayor valor de foco o no tuvieron tres o más nodos.

Los tres módulos restantes tuvieron los siguientes valores: módulo cero 29.27%, módulo uno 28.05% y módulo dos 29.27%, mismos que se consideran adecuados para constituir un subgrafo (Barabási, 2021). (Figure 1).

Figura 1.
Grafo de la red semántica del concepto felicidad

El módulo uno tuvo en su agrupación emociones positivas (por ejemplo: amor, paz, estabilidad, Libertad) y recursos individuales (por ejemplo: éxito, autoestima, metas). En este módulo hubo mayor presencia de emociones homeostáticas (por ejemplo: tranquilidad, paz). El nodo principal fue el amor ($c-i=2001.01$, $foco=0.402$) y otros focos relevantes fueron bienestar ($foco=0.223$) y tranquilidad ($foco=0.152$). Dentro del módulo hubo elementos de acción relacionados a los nodos principales de este módulo, que dan una idea de la forma cómo se representan las relaciones: amistad, abrazos, apoyo (Tabla 2).

Tabla 1.*Red semántica del módulo cero de felicidad*

Módulo cero	Cent-int.	Foco	Agrup.	Autoval.
Familia	1938.903*	0.348**	0.122	0.861
Trabajo	561.988*	0.194	0.396	0.479
Amigos	271.804*	0.247**	0.327	0.607
Salud	220.553	0.263**	0.345	0.646
Dinero	17.802	0.129	0.714	0.317
Hijo(s)	14.033	0.162	0.622	0.396
Pareja	1.800	0.140	0.905	0.341
Música	0	0.122	1	0.302
Realización	0	0.120	1	0.295
Hogar	0	0.107	1	0.261
Comida	0	0.095	1	0.233
Convivencia	0	0.088	1	0.214
Economía	0	0.085	1	0.208
Diversión	0	0.074	1	0.182
Fiesta(s)	0	0.063	1	0.155
Yo	0	0.061	1	0.151
Deporte(s)	0	0.044	1	0.108
Viajar	0	0.028	0	0.070
Viaje(s)	0	0.028	0	0.070
Convivir	0	0.028	0	0.070
Leer	0	0.028	0	0.070
Mascota	0	0.028	0	0.070
Nietos	0	0.028	0	0.070
Union	0	0.028	0	0.070

*Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos

**Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos

Tabla 2.*Red semántica del módulo uno de felicidad*

Módulo uno	Cent-int.	Foco	Agrup.	Autoval.
Amor	2001.010*	0.403**	0.132	1
Tranquilidad	361.078*	0.152**	0.345	0.382
Bienestar	198.851*	0.223**	0.429	0.553
Logro(s)	156.000	0.083	0.500	0.204
Paz	62.996	0.145	0.473	0.364
Amistad	16.184	0.117	0.733	0.287
Respeto	10.925	0.087	0.600	0.217
Estabilidad	9.352	0.141	0.762	0.350
Libertad	4.810	0.094	0.667	0.232
Meta(s)	0	0.096	1	0.238
Triunfo	0	0.084	1	0.205
Éxito	0	0.071	1	0.175
Sinceridad	0	0.065	1	0.161
Cariño	0	0.065	1	0.161
Superación	0	0.061	1	0.151
Vida	0	0.061	1	0.151
Comprensión	0	0.044	1	0.110
Sentimiento	0	0.033	1	0.081
Abrazo(s)	0	0.033	0	0.081
Apoyo	0	0.033	0	0.081
Estar bien	0	0.033	0	0.081
Seguridad	0	0.012	0	0.031
Objetivo(s)	0	0.007	0	0.017

*Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos

**Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos

El módulo dos tuvo mayormente emociones positivas (por ejemplo: alegría, satisfacción, placer) y acciones (por ejemplo: vivir, compartir, reír). Y las más de las emociones se relacionaron con la activación (por ejemplo: contenta(o), entusiasmo, euforia). El principal nodo fue alegría ($c-i=1712.59$, $foco=0.288$) y otros principales focos fueron satisfacción ($foco=0.180$) y armonía ($foco=0.123$). Es de notarse que este módulo incluyó la única palabra relacionada con temporalidad, en este caso relativa a la felicidad: momentáneo (Tabla 3).

Tabla 3.

Red semántica del módulo dos de felicidad

Módulo dos	Cent-int.	Foco	Agrup.	Autoval.
Alegría	1712.596*	0.288**	0.154	0.723
Satisfacción	392.159*	0.180**	0.333	0.454
Emoción(es)	156.400*	0.100	0.667	0.254
Gusto	149.216	0.097	0.571	0.249
Gozo	28.667	0.061	0.667	0.155
Plenitud	28.453	0.118	0.643	0.296
Armonía	20.765	0.123**	0.733	0.306
Contenta(o)	19.452	0.032	0.500	0.084
Reír	2.333	0.015	0	0.039
Sonrisa	0	0.080	1	0.201
Entusiasmo	0	0.056	1	0.140
Sonreír	0	0.036	1	0.090
Vivir	0	0.033	1	0.083
Placer(es)	0	0.031	1	0.080
Anonadado	0	0.027	1	0.072
Entendimiento	0	0.027	1	0.072
Risa(s)	0	0.027	1	0.072
Compartir	0	0.023	0	0.059
Confianza	0	0.023	0	0.059
Dicha	0	0.023	0	0.059
Energía	0	0.023	0	0.059
Euforia	0	0.023	0	0.059
Regocijo	0	0.023	0	0.059
Momentaneo	0	0.008	0	0.021

*Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos

**Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos

DISCUSIÓN

Las respuestas de la muestra de las y los habitantes de la Ciudad de México y su Zona Metropolitana conformaron un grafo que mostró niveles de densidad adecuados, un diámetro de 5 y una longitud de camino de 2.47 que implica un grafo con gran conexión, que permite una buena comunicación entre los elementos, siendo una muestra la media de grado de 3 nodos. Hubo módulos con valores adecuados de agrupación y modularidad, lo que muestra el fenómeno de mundo pequeño y autoorganización, pudiendo considerar entonces que el concepto de felicidad se presentó como un sistema social complejo (Barabási, 2021). Se tuvieron tres módulos con elementos de centralidad e intermediación y de foco que ayudaron a establecer el contenido de la definición de felicidad.

Los nodos del grafo de felicidad mostraron una correlación con los nodos del grafo de bienestar y de satisfacción lo que corrobora la importancia de este elemento dentro del bienestar, así como su papel como mediador entre bienestar y satisfacción. La correlación con satisfacción y bienestar fue moderada, lo que pudiera también puntualizar que, aunque tengan elementos de unión con estos conceptos, también se distingue de ellos, lo que difiere de otras propuestas (Diener *et al.*, 2003; Ryan y Deci, 2001) y apoyó la aportación de esta investigación pues se propuso una definición de felicidad surgida directamente de la población de interés.

En la red semántica de felicidad, los nodos más importantes fueron amor, familia y alegría. Estos elementos fueron similares a los encontrados en otras definiciones de felicidad, pues incluyen las emociones positivas y los elementos de relaciones significativas. Dentro del marco de las relaciones significativas importantes se mostraron, además de la familia, las de los amigos y el trabajo (Oishi *et al.*, 2013).

El nodo trabajo tuvo una importante relevancia en el concepto de felicidad para las y los mexicanos. México es uno de los países con la jornada más larga de horas de trabajo entre 35 economías reportadas por la OCDE (2018). Y se ha observado la importancia del trabajo como la fuente de ingreso, además, de ser eje en la organización del tiempo, y para la integración de la persona en la sociedad y su vinculación con otros en la comunidad (Zuzanek y Hilbrecht, 2019) esto último dando peso al aspecto relacional del trabajo.

Sobre las emociones encontradas, todas fueron positivas, lo que confirma lo encontrado en otros estudios la importancia de tomar en cuenta las emociones positivas en la medición de la felicidad e inclusive del bienestar, con el que correlacionan (Haver *et al.*, 2015; Tennant *et al.*, 2007).

Además, se aportó una ampliación sobre los tipos de emociones asociadas a la felicidad: homeostática y de activación. Fue posible ver la felicidad como dinámica, y que la persona requiere de ambas emociones en un estado que le permita el disfrute de la felicidad porque se encuentre un equilibrio, lo que también se encontró en otras culturas como la japonesa (Uchida y Kitayama, 2009) y que apoya lo propuesto en la dinámica de la alostasis (Sterling, 2004).

La felicidad y de bienestar se han medido incluyendo emociones negativas (Helliwell *et al.*, 2021; INEGI, 2022). Sin embargo, otros estudios, como fue observado en el presente estudio, la independencia de la experiencia de emociones positivas con respecto a las negativas (Huppert y So, 2013; Tennant *et al.*, 2007; Haver *et al.*, 2015; McCord, *et al.*, 2015; Li *et al.*, 2015; Moor y de Graaf, 2016). Se observó que las emociones negativas atestiguaron su relevancia en otros rubros como el malestar emocional y fueron independiente de la felicidad y el bienestar (Winefield *et al.*, 2012). Esto, corrobora lo aportado por las y los participantes, quienes no consideraron relevantes las emociones negativas para definir la felicidad

Se amplió la información sobre cómo se manifiestan las acciones para vincularse en las relaciones significativas. Se mencionaron elementos de contacto humano específicos como los abrazos, las risas, las sonrisas, y aquellos relacionados al contacto humano por la reunión de sus miembros como actividad como las fiestas, comidas, viajes, y deportes; y elementos que regulan las relaciones positivas como el respeto, la libertad, la convivencia, compartir (Seligman, 2011) y que fueron elementos de reciprocidad importantes en las relaciones observados en otros estudios (Taniguchi, 2015). En contraste, actividades en casa tuvieron pocos nodos (leer, música) y no hubo mención de actividades como ver televisión, cine, videos, películas, chatear, ni textear como elementos relacionados con la felicidad ni las relaciones significativas en la felicidad.

CONCLUSIONES

Se obtuvieron las particularidades culturales de la definición de felicidad específica para las y los habitantes de la Ciudad de México y su Zona Metropolitana. La felicidad se definió como la experiencia de emociones de activación y homeostáticas, especialmente alegría y amor, de relaciones significativas, especialmente con la familia, el trabajo y los amigos.

Esto supone elementos que apoyen el mejor reconocimiento de las emociones y su importancia en la vida y bienestar de las personas. Siendo la felicidad un elemento clave en la sociedad actual, es esencial el fortalecimiento de las herramientas emocionales que a su vez coadyuvan a la mejor convivencia y comunicación con quienes forman parte de los grupos en los que se desenvuelve la vida personal y social, el segundo elemento esencial de la definición de la felicidad para las y los habitantes de la ZMCDMX.

Actualmente, este es un reto importante dado el descenso en los niveles de bienestar y felicidad (INEGI, 2021, 2022) y las condiciones para el contacto social en la nueva normalidad. La felicidad necesita de la oportunidad de vivir emociones, tanto de activación como homeostáticas en un equilibrio, y relacionarse compartiendo en libertad y respeto con los otros significativos como la familia, el trabajo y los amigos.

Alcances y limitaciones

Aunque se alcanzó un nivel de saturación en la aplicación de las redes, una muestra mayor sería útil para incluir una mayor diversidad de grupos en la población que requieran una mayor representatividad en la definición de la felicidad para la Ciudad de México.

La muestra guardó la proporción para los niveles socioeconómicos que no son los niveles de la población de la Ciudad de México, lo que pudo afectar la representación general del concepto felicidad.

Los resultados obtenidos son útiles para futuros estudios sobre la felicidad y el bienestar en otros grupos y poblaciones, así como en la comparación con otras poblaciones, grupos y muestras.

Agradecimientos

A la Dra. Sofía Rivera Aragón, al Dr. Ricardo Lino Mansilla Corona, al Dr. José Marcos Bustos Aguayo, a la Dra. Cristina Vanegas Rico y a quienes distribuyeron y aplicaron el cuestionario por su valioso apoyo; a quienes participaron con sus respuestas por su valiosa aportación.

REFERENCIAS

- Ballas, D. & Tranmer, M. (2012). Happy People or Happy Places? A Multilevel Modeling Approach to the Analysis of Happiness and Well-Being. *International Regional Science Review*, 35(1) 70-102. <https://doi.org/10.1177/0160017611403737>
- Barabási, A. L. (2021). *Network science*.
<http://networksciencebook.com/chapter/0#introduction0>
- Bartolini, S. & Sarrancino, F. (2014). *It's not the economy, stupid! How social capital and GDP relate to happiness over time*. arXiv:1411.2138. <https://doi.org/10.48550/arXiv.1411.2138>
- Binder, C. & Schöll, R. (2010). Structured mental model approach for analyzing perception of risks to rural livelihood in developing countries. *Sustainability*, 2, 1-29.
<https://doi.org/10.3390/su2010001>
- Binder, M., & Broekel, T. (2012). Happiness no matter the cost? An examination on how efficiently individuals reach their happiness levels. *Journal of Happiness Studies*, 13, 621-645. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9283-5>
- Canright G. (2009). Complex Networks and Graph Theory. In E. Meyers (Ed.) *Encyclopedia of Complexity and Systems Science*. 1244–1253. https://doi.org/10.1007/978-0-387-30440-3_83
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture and Subjective Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- Diener, E. (1984). Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Diener, E., Emmons, R. A. Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.

https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189-216.

<https://doi.org/10.1023/A:1006859511756>

Diener, E., Scollon, Christie N., Oishi, S., Dzokoto, V., & Suh, E. M. (2000). Positivity and the construction of life satisfaction judgments: global happiness is not the sum of its parts.

Journal of Happiness Studies, 1(2), 159 - 176. http://dx.doi.org/10.1007/978-90-481-2352-0_11

Easterlin, R. A., & Sawangfa, O. (2007). *Happiness and domain satisfaction: theory and evidence*. IZA Discussion Paper No. 2584. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.8963>

Easterlin, R. A., McVey, L. A., Switek, M., Sawangfa, O., & Zweig, J. S. (2010). The happiness income paradox revisited. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(52).

<http://dx.doi.org/10.1073/pnas.1015962107>

Gephi.org. (2021). *Gephi makes graphs handy*. <https://gephi.org/users/download/>

Gilbert, D. T. (2006). *Stumbling on happiness*. Alfred A. Knopf Publishers.

González, P. (2014, febrero 11). Desarrollo humano y bienestar subjetivo en Chile,

[Conferencia]. *Programa de Posgrado en Ciencias Políticas y Sociales, y el Seminario Satisfacción Subjetiva con la Vida y la Sociedad (Saviso), del Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM.*

http://www.pudh.unam.mx/coloquio_conferencia_desarrollo_humano_chile.php

Graham, C., & Lora, E. (2009). *Paradoxes and Perspectives in Quality of Life*. The Brookings Institution.

ISBN: 9780815703266

- Hasan, H. (2019). Confidence in subjective evaluation of human well-being in Sen's capabilities perspective. *Journal of Happiness Studies*, 20, 1-7. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9927-1>
- Li, M., Yang, D., Ding, C., & Kong, F. (2015). Validation of the social well-being scale in a Chinese sample and invariance across gender. *Social Indicators Research*, 121, 607-618. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0639-1>
- Haver, A., Akerjordet, K., Caputi, P., Furunes, T., & Magee, C. (2015). Measuring Mental Well-being: A validation of the Short Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale in Norwegian and Swedish. *Scandinavian Journal of Public Health*, 43(7), 721-727. <https://doi.org/10.1177/1403494815588862>
- Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J., Aknin, L. B. & Wang, S. (2021). *World Happiness Report 2021*. Sustainable Development Solutions Network. <http://worldhappiness.report/2021>
- Hernández, R., Basset, S. M., Boughton, S. W., Schuette, S. A., Siu, E. W., & Moskowitz, J. T. (2018). Psychological Well-Being and Physical Health: Associations, Mechanisms, and Future Directions. *Emotion Review*, 10(1), 18-29. <https://doi.org/10.1177/1754073917697824>
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a New Conceptual Framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110(3), 837-861. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>
- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI). (2018, febrero 28). *Indicadores de bienestar autorreportado de la población urbana cifras al mes de julio de 2018* [Comunicado de Prensa Núm. 397/18]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/biare/biare2018_02.pdf

Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI). (2019, agosto 28).

Indicadores de bienestar autorreportado de la población urbana cifras al mes de julio de 2019 [Comunicado de Prensa Núm. 443/19].

https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2019/biare/biare2019_02.pdf

Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática INEGI. (2020, febrero 27). *Indicadores*

de bienestar autorreportado de la población urbana cifras al mes de enero de 2020

[Comunicado de Prensa Núm. 113/20].

https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2020/biare/biare2020_02.pdf

Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI). (2021, diciembre 14).

Presenta INEGI Resultados de la Primera Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (Enbiare) 2021 [Comunicado de Prensa Núm. 772/21].

https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/ENBIARE_2021.pdf

Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI). (2022). *Indicadores de*

bienestar por entidad federativa. Recuperado el 21 de noviembre de 2022 de

<https://en.www.inegi.org.mx/app/bienestar/?ag=01>

Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI). (2022b, febrero 25).

Indicadores de bienestar autorreportado de la población urbana enero de 2022,

[Comunicado de Prensa Núm. 132/22].

https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/biare/biare2022_02.pdf

Joshanloo, M. & Weijers, D. (2014). Aversion to happiness across cultures: A review of where

and why people are averse to happiness. *Journal of Happiness Studies*, 15(3), 717-735.

<https://doi.org/10.1007/s10902-013-9489-9>

Kaplan, D. (2004). *The SAGE Handbook of Quantitative Methodology for the Social Sciences*. The Sage Research Handbooks. ISBN 9780761923596

Kozma, A. & Stones, M. J. (1980). The Measurement of Happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, 35(6), 906-912. <https://doi.org/10.1093/geronj/35.6.906>

López, H. (2008, 1 de julio). *Nivel Socioeconómico AMAI*. México: Asociación Mexicana de Agencias de Investigación de Mercados y Opinión Pública. Recuperado de <http://www.inegi.org.mx/rne/docs/pdfs/mesa4/20/heribertolopez.pdf>

McCord, C. E., Elliott, T. R., Berry, J. W., Underhill, A. T., Fine, P. R., & Lai, M. H. (2015). Trajectories of happiness 5 years following medical discharge for traumatic disability: differences between insider and outsider perspectives. *Journal of Happiness Studies*, 17, 553-567. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9610-8>

Merino, M. D., Velázquez M., & Lomas, T. (2020). An Exploration of the Spanish Cultural Term *Rasmia*: A Combination of Eagerness, Strength, Activeness, Courage, Tenacity and Gracefulness. *Journal of Happiness Studies*, 21, 693-707. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00104-y>

Moor, N., & de Graaf, P. M. (2016). Temporary and Long-Term Consequences on Bereavement on Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 17, 913-936. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9624-x>

Norrish, J. M., & Vella-Brodrick, D. A. (2008). Is the study of happiness a worthy scientific pursuit? *Social Indicators Research*, 87, 393-407. <https://doi.org/10.1007/s11205-007-9147-x>

Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S., & Galinha, I.C. (2013). Concepts of happiness across time and cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(5), 559-577.

<https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0146167213480042>

Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE). (2018). *La nueva Estrategia de empleo de la OCDE Empleo de calidad para todos en un entorno laboral cambiante Situación de México*. Retrieved from <https://www.oecd.org/mexico/jobs-strategy-MEXICO-ES.pdf>

Polanco, X. (2006). Análisis de redes: introducción. En M. Albornoz & C. Alfaraz *Redes de conocimiento: Construcción, dinámica y gestión*. RICYT/CYTED/UNESCO. Publisher. 77-112. ISBN 987988311X

Reyes-Lagunes, I. & García y Barragán, L. F. (2008). Hacia un procedimiento de validación psicométrica culturalmente relevante. En S. Rivera-Aragón, R. Díaz-Loving, R. Sánchez-Aragón & I. Reyes-Lagunes (Eds.), *La Psicología Social en México XII* (pp. 625-630). AMEPSO.

Rojas, M. (2004). The complexity of well-being a life satisfaction conception and a domains-of-life approach, paper for the International Workshop on Researching well-being in developing countries, *Hanse Institute for Advanced Study, Delmenhorst, near Bremen, Germany, 2-4th July, 2004*. Recuperado de <https://silo.tips/download/the-complexity-of-well-being-a-life-satisfaction-conception-and-a-domains-of-life>

Rojas, M. (2006). Life satisfaction and satisfaction in domains of life: is it a simple relationship? *Journal of Happiness Studies*, 7, 467-497. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9009-2>

Ruelas, E., Mansilla, R., & Rosado, J. (Coords.) (2006). *Las ciencias de la complejidad y la innovación médica*. UNAM (Secretaría de Salud e Instituto de Física del Centro de Investigaciones Interdisciplinarias).

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything or is it? exploration of the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.

<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff, C., Dienberg-Love, G. D., Urry, H., Muller, D., Rosenkranz, M. A., Friedman, E. M.,

Davidson, R. J., & Singer, B. (2006). Psychological Well-Being and Ill-Being: Do They

Have Distinct or Mirrored Biological Correlates? *Psychotherapy and Psychomatics*, 75(2),

85-95. <https://doi.org/10.1159/000090892>

Sterling, P. (2004). *Principles of allostasis: optimal design, predictive regulation,*

pathophysiology and rational therapeutics. Allostasis, homeostasis, and the costs of

physiological adaptation. Cambridge University Press.

<https://doi.org/10.1017/CBO9781316257081.004>

Seligman, M. (2011). *Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being*. Free

Press. ISBN 9781439190753

Streiner, D.L., Norman, G. R., & Cairney, J. (2015). *Health measurement scales: A practical*

guide to their development and use (5^a ed.). Oxford University Press.

<https://psycnet.apa.org/doi/10.1093/med/9780199685219.001.0001>

Taniguchi, H. (2015). Interpersonal mattering in friendship as a predictor of happiness in Japan:

the case of tokyoites. *Journal of Happiness Studies*, 16, 1475-1491.

<https://doi.org/10.1007/s10902-014-9570-z>

Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., &

Stewart-Brown S. (2007). The Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale

- (WEMWBS): development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(63), 1-13. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>
- Thinley, J. Y. (2007). What is Gross National Happiness. *Centre for Bhutan Studies, Proceedings of Second International Conference on Gross National Happiness*. <https://uwosh.edu/sirt/wp-content/uploads/sites/86/2020/04/4.Re-thinkingdev.pdf>
- Thinley, J. Y. (2011). Sustainability and happiness: A development philosophy for Bhutan and the world. *Creating a Sustainable and Desirable Future*, 111-112 https://doi.org/10.1142/9789814546898_0014
- Uchida, Y. & Kitayama, S. (2009). Happiness and unhappiness in east and west: themes and variations. *Emotion*, 9(4), 441-456. <https://doi.org/10.1037/a0015634>
- United Nations. (May, 2016). *Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe*. <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/40155>
- United Nations. (2017). *Sustainable development Goals. International Day of Happiness*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/blog/tag/international-day-of-happiness/>
- Valdéz, J. L. (1998). *Las redes semánticas naturales: usos y aplicaciones en psicología social*. UAEM. ISBN 9786074221503 <http://biblioteca.psi.uba.ar/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=12831>
- Veenhoven, R. (2008). Sociological theories of subjective well-being. In M., Eid. & R., Larsen. (Eds). *The Science of Subjective Well-being: A tribute to Ed Diener*. pp. 44-61. Guilford Publications. ISBN 9781593855819
- Veenhoven, R. (2012). Cross-national differences in happiness: Cultural measurement bias or effect of culture? *International Journal of Wellbeing*, 2(4), 333-353. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2.i4.4>

Winefield, H. R., Gill, T. K., Taylor, A. W. & Pilington, R. M. (2012). Psychological well-being and psychological distress: is it necessary to measure both? *Psychology of Well-Being Theory Research and Practice*, 2,(1) <http://dx.doi.org/10.1186/2211-1522-2-3>

Zuzanek, J., & Hilbrecht, M. 2019. Enforced leisure: time use and its well-being implications. *Time and Society*, 28(2), 657-679. <https://doi.org/10.1177/0961463X16678252>

[Insertar la lista de referencias en formato APA]

Tablas

Tabla 1.*Red semántica del módulo cero de felicidad*

Módulo cero	Cent-int.	Foco	Agrup.	Autoval.
Familia	1938.903*	0.348**	0.122	0.861
Trabajo	561.988*	0.194	0.396	0.479
Amigos	271.804*	0.247**	0.327	0.607
Salud	220.553	0.263**	0.345	0.646
Dinero	17.802	0.129	0.714	0.317
Hijo(s)	14.033	0.162	0.622	0.396
Pareja	1.800	0.140	0.905	0.341
Música	0	0.122	1	0.302
Realización	0	0.120	1	0.295
Hogar	0	0.107	1	0.261
Comida	0	0.095	1	0.233
Convivencia	0	0.088	1	0.214
Economía	0	0.085	1	0.208
Diversión	0	0.074	1	0.182
Fiesta(s)	0	0.063	1	0.155
Yo	0	0.061	1	0.151
Deporte(s)	0	0.044	1	0.108
Viajar	0	0.028	0	0.070
Viaje(s)	0	0.028	0	0.070
Convivir	0	0.028	0	0.070
Leer	0	0.028	0	0.070
Mascota	0	0.028	0	0.070
Nietos	0	0.028	0	0.070
Union	0	0.028	0	0.070

*Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos

**Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos

Tabla 2.*Red semántica del módulo uno de felicidad*

Módulo uno	Cent-int.	Foco	Agrup.	Autoval.
Amor	2001.010*	0.403**	0.132	1
Tranquilidad	361.078*	0.152**	0.345	0.382
Bienestar	198.851*	0.223**	0.429	0.553
Logro(s)	156.000	0.083	0.500	0.204
Paz	62.996	0.145	0.473	0.364
Amistad	16.184	0.117	0.733	0.287
Respeto	10.925	0.087	0.600	0.217
Estabilidad	9.352	0.141	0.762	0.350
Libertad	4.810	0.094	0.667	0.232
Meta(s)	0	0.096	1	0.238
Triunfo	0	0.084	1	0.205
Éxito	0	0.071	1	0.175
Sinceridad	0	0.065	1	0.161
Cariño	0	0.065	1	0.161
Superación	0	0.061	1	0.151
Vida	0	0.061	1	0.151
Comprensión	0	0.044	1	0.110
Sentimiento	0	0.033	1	0.081
Abrazo(s)	0	0.033	0	0.081
Apoyo	0	0.033	0	0.081
Estar bien	0	0.033	0	0.081
Seguridad	0	0.012	0	0.031
Objetivo(s)	0	0.007	0	0.017

*Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos

**Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos

Tabla 3.*Red semántica del módulo dos de felicidad*

Módulo dos	Cent-int.	Foco	Agrup.	Autoval.
Alegría	1712.596*	0.288**	0.154	0.723
Satisfacción	392.159*	0.180**	0.333	0.454
Emoción(es)	156.400*	0.100	0.667	0.254
Gusto	149.216	0.097	0.571	0.249
Gozo	28.667	0.061	0.667	0.155
Plenitud	28.453	0.118	0.643	0.296
Armonía	20.765	0.123**	0.733	0.306
Contenta(o)	19.452	0.032	0.500	0.084
Reír	2.333	0.015	0	0.039
Sonrisa	0	0.080	1	0.201
Entusiasmo	0	0.056	1	0.140
Sonreír	0	0.036	1	0.090
Vivir	0	0.033	1	0.083
Placer(es)	0	0.031	1	0.080
Anonadado	0	0.027	1	0.072
Entendimiento	0	0.027	1	0.072
Risa(s)	0	0.027	1	0.072
Compartir	0	0.023	0	0.059
Confianza	0	0.023	0	0.059
Dicha	0	0.023	0	0.059
Energía	0	0.023	0	0.059
Euforia	0	0.023	0	0.059
Regocijo	0	0.023	0	0.059
Momentaneo	0	0.008	0	0.021

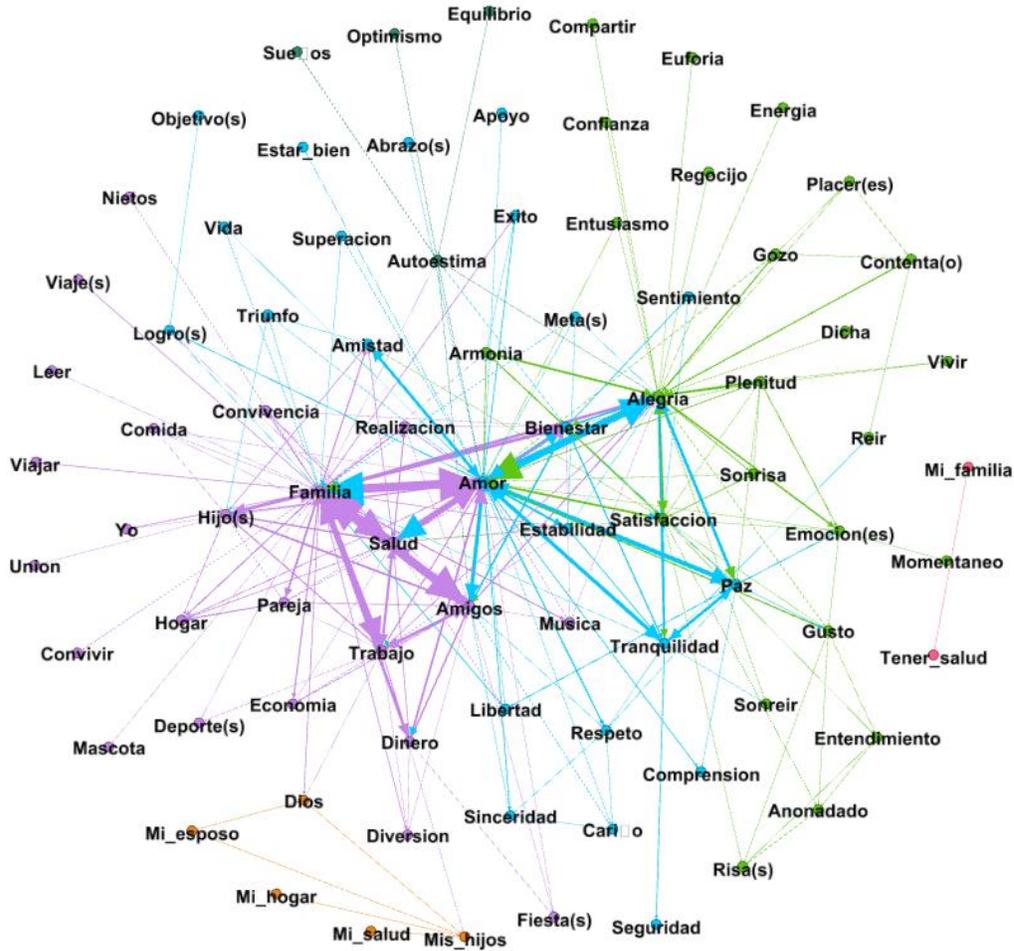
*Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos

**Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos

[Si tiene más **de una tabla utilice una página para cada una de ellas siguiendo el formato descrito en la parte superior de esta página]**

Nota importante: [En archivo anexo **al documento envíe el archivo editable de las tablas de este trabajo de preferencia en Excel, PowerPoint o Number]**

Figura 1.
Grafo de la red semántica del concepto felicidad



Los nodos (palabras) con las flechas más gruesas son los nodos con el mayor número de relaciones en el grafo, y por ende, mayor importancia. El módulo cero en morado, módulo uno en azul y módulo dos en verde.

[Si tiene más de una figura utilice una página para cada una de ellas siguiendo el formato descrito en la parte superior de esta página]

Nota importante: [En archivo anexo al documento envíe el archivo editable de las figuras de este trabajo de preferencia en Excel, PowerPoint, Number o PhotosShop]