

## Artículos

### **Orientaciones a la felicidad: placer, compromiso y significado: Diferencias socio-demográficas**

### **Orientations to Happiness: Pleasure, Meaning, and Engagement. Socio-Demographic Differences**

Maria Fernanda Durón-Ramos, Fernanda Inéz García Vázquez, Jeny Judith Collins Tenorio y Paula Jetsabel Márquez Pérez

Instituto Tecnológico de Sonora

#### **Resumen**

La psicología positiva tiene un interés particular en investigar los aspectos positivos de los seres humanos, tales como la felicidad y los factores que pudieran ayudar a promoverla. Trabajos recientes sugieren que el constructo denominado orientaciones a la felicidad es valioso para el análisis en este campo. Existen tres orientaciones a la felicidad: placer, significado y compromiso, las cuales proveen un entendimiento más extenso de la felicidad. El presente estudio tuvo como objetivo establecer las diferencias de orientaciones a la felicidad en la población mexicana de acuerdo a la edad, nivel socioeconómico, escolaridad y género. Se realizó una investigación con enfoque cuantitativo transeccional con un alcance descriptivo. La muestra fue constituida por 200 personas pertenecientes a una ciudad en el noreste de México. Se realizaron análisis estadísticos para comparar los grupos según datos sociodemográficos. Se utilizó ANOVA para las comparaciones entre los grupos de edad, nivel socioeconómico y escolaridad; una prueba t-Student se implementó para el análisis según el género. Las diferencias en orientación a la felicidad fueron únicamente significativas en la edad. Los participantes de 26 a 36 años reportaron menor felicidad en comparación con los participantes más jóvenes (18-26) y los mayores (37-80). Finalmente, se discuten las implicaciones de los resultados obtenidos.

*Palabras clave:* felicidad, edad, nivel socioeconómico, escolaridad, género.

#### **Autores**

Maria Fernanda Durón-Ramos.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7621-2128>

Fernanda Inéz García Vázquez.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8668-2924>

Jeny Judith Collins Tenorio.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5794-9052>

Paula Jetsabel Márquez Pérez.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1672-8904>

Autor para correspondencia: Fernanda Inéz García Vázquez. [fernanda.garcia@itson.edu.mx](mailto:fernanda.garcia@itson.edu.mx)

### Abstract

Positive psychology is interested in investigating the positive aspects of the human being, such as happiness, and the factors that might help promote it. Recent studies suggest that happiness orientations are valuable for research in this field. There are three orientations to happiness: pleasure, meaning, and engagement, which provide an extensive understanding of happiness. This study aimed to establish the difference in orientations to happiness according to age, socioeconomic level, education status, and gender in the Mexican population. The research is quantitative, non-experimental, cross-sectional, and descriptive. The participants were 200 people from a city northwest of Mexico. Statistical analysis (ANOVA and t student) was performed to compare groups by age, socioeconomic level, and education status; t-test was used to compare gender. Differences in orientations to happiness were only significant according to age. People from 26 to 36 years old reported lower happiness than the younger (18-26) and older people (37-80). Finally, the possible implications of these results are discussed.

*Key words:* happiness, age, socio-economic level, education status, gender.

**DOI** <https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.487>

**Recibido** 07 – Septiembre- 2021

**Aceptado** 11 – Abril - 2022

**Publicado** 08 – Septiembre - 2022



## Introducción

Algunas personas perciben la felicidad como una oportunidad para mejorar su calidad de vida, otros la buscan para sobrellevar sus problemas. Sin importar la razón, la mayoría de las personas quieren incrementar su felicidad (Uchida y Oishi, 2016). Esta es una característica de la condición humana, que consiste en una experimentación sensorial, afectiva y evaluativa positiva (Lyubomirsky *et al.*, 2005a; Rojas, 2016).

Antiguamente, la felicidad era un tema de estudio correspondiente a la filosofía, sin embargo, cada vez son más los autores que desde de la psicología que se han enfocado en esta temática (Jebb *et al.*, 2018; Oishi *et al.*, 2011; Sheldon y Lyubomirsky, 2021). El área de la psicología positiva tiene un interés particular en investigar los aspectos favorables de los seres humanos, tales como el bienestar o la felicidad (López *et al.*, 2018). Trabajos recientes sugieren que las orientaciones a la felicidad son valiosas para la investigación en este campo (Seligman, 2002; Vella-Brodrick *et al.*, 2009). Este constructo incluye tres vías u orientaciones que la gente sigue para alcanzar la felicidad en su vida: placer, significado y compromiso (Grimm *et al.*, 2015; Peterson *et al.*, 2005).

### Orientaciones a la felicidad

La primera orientación a la felicidad es el placer, que implica la realización de actividades que proveen gratificación y la evitación de aquellas que causan incomodidad (Peterson *et al.*, 2005). Esta felicidad busca maximizar la sensación gratificante y prolongar esa emoción; este tipo de orientación es sensorial e inmediato (O’Keefe, 2017). El segundo componente es el significado, la felicidad de usar las fortalezas personales y habilidades para un bien mayor (Park *et al.*, 2009). También se presenta cuando la persona supera un desafío en diferentes áreas de su vida (Vittersø, 2016), como cumplir alguna tarea en el trabajo o alcanzar un logro deportivo. Por último, el compromiso es la felicidad que conlleva comprometerse e involucrarse en actividades (Peterson *et al.*, 2005; Park *et al.*, 2009). Este tipo de felicidad es un proceso



dinámico y no depende de los resultados obtenidos, sino del gusto por la realización misma de la actividad (Vella-Brodrick *et al.*, 2009).

Realizar actividades que provean felicidad de las tres fuentes (placer, significado y compromiso) puede resultar en la creación de un estilo de vida orientado a una felicidad más duradera (Peterson *et al.*, 2005) y, por consiguiente, brindar un entendimiento de cómo una persona puede alcanzar la felicidad. Este constructo ha sido utilizado en intervenciones positivas, por ejemplo, empleando las distintas orientaciones o una combinación de ellas con el fin de incrementar el bienestar (Giannopoulos y Vella-Brodrick, 2011). Aquellos que persiguen las tres orientaciones perciben mayor bienestar y satisfacción en sus vidas (Beri *et al.*, 2021; Yang *et al.*, 2016).

### **Variables sociodemográficas y felicidad**

La felicidad no necesariamente depende de posesiones materiales o estabilidad emocional, social o recreativa; no obstante, el contexto influye en la felicidad (Lyubomirsky *et al.*, 2005b; Seligman, 2002; Sheldon y Lyubomirsky, 2021). Algunos autores han descrito cómo las características sociodemográficas se relacionan con la felicidad (Adesanya *et al.*, 2017; Chui y Wong, 2016; Diener, 2000; Florida *et al.*, 2013). Inicialmente, se creía que a medida que aumentaba la edad, se incrementaba la satisfacción con la vida (Diener, 2000). Sin embargo, indagaciones recientes demuestran que entre las edades de 20 y 50 años se experimentan menos emociones positivas (Blanchflower, 2021; Frijters y Beatton, 2012). La felicidad se manifiesta en la vida de las personas en forma de U; existe una mayor probabilidad de tener emociones positivas antes de los 20 y después de los 50 (Blanchflower, 2021; Gamero Tafur *et al.*, 2017).

Existe evidencia empírica que demuestra que las personas viviendo con un nivel socioeconómico bajo manifiestan menor felicidad (Pulido-Acosta y Herrera-Clavero, 2018; Adesanya *et al.*, 2017). El ingreso familiar influye en los estados de ánimo positivos (Mulet, 2020). Por su parte, Oishi *et al.* (2011) señalan



que las personas con un nivel socioeconómico bajo que perciben inequidad en los ingresos nacionales reportan una felicidad significativamente menor.

Se ha encontrado que la escolaridad se relaciona con la salud física y mental (de la Cruz-Sánchez *et al.*, 2013), por lo que podría estar asociada a la felicidad. En este sentido, la evidencia indica que los años de estudio se asocian a los niveles de felicidad, es decir, personas con un mayor nivel educativo son más propensas a las emociones positivas (Cuñado y Pérez De Gracia, 2012; Florida *et al.*, 2013). Mayores niveles educativos se asocian con un mejor trato personal (Miyamoto *et al.*, 2018); en consecuencia, aquellos que alcanzan un grado universitario logran una mayor felicidad en general (Niimi, 2018).

El género puede estar ligado a la felicidad, las mujeres tienden a experimentarla en mayor grado durante la adolescencia (Chui y Wong, 2016) y adultez (Torres-Deik *et al.*, 2014). Aun así, esto puede variar de acuerdo al contexto. Al respecto, un trabajo que abarcó 95 países demostró que la felicidad era mayor en mujeres únicamente en el 53 % de los países. Las mujeres tienden a ser más felices que los hombres en los países musulmanes, seguidos por los de Asia Oriental; mientras que el sexo femenino registra menor felicidad en países comunistas (Meisenberg y Woodley, 2014).

### **El presente estudio**

En años recientes, algunas investigaciones han centrado su atención en el análisis de la felicidad. Con todo, se encuentran dos limitaciones en este campo. En primer lugar, la mayor parte se han realizado con gente de países desarrollados o sociedades denominadas WEIRD, por sus siglas en inglés (*western, educated, industrialized, rich and democratic*; ‘occidental, educada, industrializada, rica y democrática’), por lo que se requiere de más trabajos en países que no se encuentren dentro de esta clasificación (Henrich *et al.*, 2010). La segunda limitación es que la felicidad es analizada de manera general o global, sin distinguir las tres orientaciones. Por lo tanto, este trabajo busca describir y comparar las orientaciones de la felicidad de



acuerdo a características sociodemográficas como edad, nivel socioeconómico, escolaridad y género en una muestra de un país no considerado WEIRD.

Se esperan diferencias en la orientación a la felicidad de acuerdo a las características sociodemográficas. Específicamente, medias superiores en la orientación a la felicidad en participantes menores y mayores (hipótesis 1, H1); medias menores en la felicidad de participantes con poco ingreso (hipótesis 2, H2); se espera más orientación a la felicidad en personas con una mayor escolaridad (hipótesis 3, H3). La literatura reciente acerca de las diferencias de género es contradictoria, por ello, no se realizó hipótesis en este aspecto.

## **Metodología**

### **Participantes**

Doscientos residentes de una ciudad ubicada en el noroeste de México participaron en el estudio. Se realizó un muestreo por cuotas tomando en cuenta la edad. Las cuotas se establecieron proporcionalmente de acuerdo al rango de edad oficial del censo realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2020). Se establecieron cinco rangos de acuerdo a las etapas del ciclo de vida: de 18 a 25 (19 %), de 26 a 34 (21 %), de 35 a 49 (31 %), de 50 a 64 (19 %) y mayores de 65 años (10 %); el porcentaje es proporcional a la población de la ciudad donde se realizó la recolección de datos, según los datos oficiales del INEGI. El rango de edad fue de 18 a 86 con una media de 35.16 ( $DE = 16.19$ ). La muestra incluyó 96 (48 %) hombres y 104 (52 %) mujeres.

### **Instrumentos**

#### ***Orientaciones a la felicidad***

La escala de Peterson y sus colaboradores (2005) fue utilizada en su versión adaptada para la población mexicana (Durón *et al.*, 2016). Se compone de 18 reactivos que se responden con una escala tipo Likert con un rango de respuesta de 1 (completamente opuesto a mi) a 5 (muy parecido a mi). El instrumento



mide las tres orientaciones a la felicidad: placer (p. ej. “La vida es muy corta para posponer los placeres que puede brindar”,  $\alpha = 0.73$ ), significado (p. ej. “Mi vida sirve para un propósito mayor”,  $\alpha = 0.72$ ) y compromiso (p. ej. “Cuando decido qué hacer, siempre tomo en cuenta si puedo perderme a mí mismo”,  $\alpha = 0.79$ ) con 6 ítems cada uno. La fiabilidad fue obtenida a través del alfa de Cronbach, donde todos los ítems de la escala exhibieron un valor global de 0.82.

### ***Variables sociodemográficas***

La escala también indaga sobre los aspectos demográficos de los participantes. Se pregunta la edad; para el nivel socioeconómico se muestra el ingreso mensual promedio de México, para que los participantes respondieran si se encuentran: 1 = muy por debajo, 2 = por debajo, 3 = promedio, 4 = por encima, 5 = muy por encima; se obtuvo la *escolaridad* a través de una pregunta categórica que incluyó los grados desde primaria hasta posgrado. Finalmente, el género incluyó tres opciones: masculino (1), femenino (2) y prefiero no decir (3).

### **Procedimiento**

El Comité de Ética del Instituto Tecnológico de Sonora aprobó la investigación (oficio No. 155). Cada participante fue invitado a ser parte, asegurando la confidencialidad de sus respuestas y consentimiento para participar. El instrumento se llenó individualmente como auto-informe en lugares públicos. Los aplicadores especificaron el rango de edad de los participantes para asegurar el cumplimiento de las cuotas establecidas de acuerdo con la información estadística del censo nacional.

### **Análisis de datos**

Los resultados se calcularon con apoyo del software SPSS (Statistics Package for the Social Science, versión 23). La fiabilidad de la escala y sus dimensiones se analizaron mediante el alfa de Cronbach. A continuación, se calcularon las medidas de tendencia central (media y desviación estándar) por rango de edad, nivel socioeconómico, escolaridad y género. Posteriormente, se verificó la normalidad de las variables



calculadas con la prueba Kolmogorov-Smirnov. Para establecer la diferencia estadísticamente significativa en las dimensiones de las orientaciones a la felicidad, se calculó un ANOVA para edad, nivel socioeconómico y escolaridad; además, se realizó una prueba *t* de Student para el género.

## Resultados

En primer lugar, se calculó la prueba Kolmogorov-Smirnov con la finalidad de verificar la normalidad de los datos. Los resultados permitieron confirmar que los puntajes de las variables se distribuyen de manera normal.

La Tabla 1 muestra que la orientación o felicidad de significado es sustancialmente mayor ( $p < .01$ ) en todos los rangos de edad, desde jóvenes hasta ancianos. El grupo de edad que supera los 65 años fue el que puntuó más alto en la mayoría de las dimensiones. Las personas del grupo de 26 a 34 años informaron orientaciones hacia la felicidad más bajas (globalmente), y particularmente en la dimensión de compromiso. El grupo de 35 a 49 años mostró niveles más bajos de placer, en tanto que los más jóvenes puntuaron más bajo en significado.

Las pruebas ANOVA exponen diferencias significativas ( $p < .05$ ) entre grupos de edad en las dimensiones *placer*, *significado*, *compromiso* y en el índice global de orientaciones hacia la felicidad. Mediante pruebas *post hoc*, en particular el método Bonferroni, se compararon las medias de las puntuaciones. Los resultados mostraron que en la medida global de orientaciones a la felicidad se encontraron diferencias significativas entre el grupo de edad de 18 a 25 con el de 50 a 64, y mayores de 65 años. En los grupos de 26 a 34 y 35 a 49, el índice de orientaciones a la felicidad global obtuvo medias significativamente menores ( $p < .05$ ) que en los dos grupos mayores. También, se estableció que los puntajes de *placer* fueron significativamente más altos en el grupo de 50 a 64 años que en el rango de edad de 35 a 49 años. En el caso de *significado*, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los



promedios de los grupos. Se exhibieron niveles significativamente más altos ( $p < .05$ ) en los dos grupos de mayor edad en contraste con el *compromiso* de los participantes de 26 a 34 años.

**Tabla 1**

*Estadísticos descriptivos comparados por rango de edad*

	18-25		26-34		35-49		50-64		Mayor a 65		ANOVA		
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Orientaciones	3.56	.60	3.46	.48	3.48	.59	3.92	.64	3.93	.76	5.28*	4	.00
Placer	3.56	.82	3.43	.69	3.25	.86	3.89	.82	3.81	1.06	4.17*	4	.00
Significado	3.61	.81	3.73	.68	3.71	.76	4.10	.78	4.15	.87	3.36*	4	.01
Compromiso	3.53	.63	3.23	.50	3.49	.28	3.77	.61	3.83	.86	5.15*	4	.00

\* $p < .01$

La Tabla 2 muestra los estadísticos descriptivos comparados por el nivel socioeconómico percibido. El análisis ANOVA no mostró diferencias estadísticamente significativas. No obstante, destaca que, en el índice global de orientaciones a la felicidad, los puntajes promedio fueron medio-altos para todos los grupos socioeconómicos, siendo un poco menor en las personas que ubicaron su ingreso mensual muy por debajo de la media nacional. El *placer* mostró medias más bajas en dos grupos: por encima del promedio y muy por encima del promedio; en las dimensiones de *significado* y *compromiso*, las medias presentadas en todos los niveles socioeconómicos fueron muy similares.

**Tabla 2**

*Estadísticos descriptivos comparados por el nivel socioeconómico percibido*

	Muy por debajo		Por debajo		Promedio		Por encima		Muy por encima		ANOVA		
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Orientaciones	3.52	.59	3.69	.66	3.67	.57	3.55	.75	3.68	.75	.68	4	.60
Placer	3.51	.77	3.57	.90	3.56	.82	3.36	1.17	3.36	1.17	.24	4	.92
Significado	3.63	.76	3.85	.85	3.94	.72	3.92	.80	3.92	.80	1.35	4	.25
Compromiso	3.45	.64	3.66	.58	3.52	.66	3.38	.65	3.38	.65	1.20	4	.31

\* $p < .05$

En los estadísticos descriptivos por nivel educativo no se encontraron diferencias significativas mediante el análisis ANOVA. Los resultados reflejan que la orientación de *significado* es consistentemente



más alta en todos los niveles, desde la escuela primaria hasta la universidad. Sin embargo, en casi todas las categorías, el *compromiso* exhibió promedios más bajos (escuela primaria, secundaria y universidad). Las personas con educación secundaria registraron una media más baja en *placer* (ver Tabla 3).

**Tabla 3**

*Estadísticos descriptivos comparando el nivel educativo*

	Primaria		Secundaria		Preparatoria		Universidad		ANOVA		
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>F</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
Orientaciones	3.68	.77	3.61	.69	3.56	.56	3.67	.50	.38	3	.77
Placer	3.63	.94	3.52	.91	3.48	.81	3.51	.83	.26	3	.85
Significado	3.84	.91	3.73	.81	3.73	.82	4.02	.50	1.37	3	.25
Compromiso	3.57	.80	3.59	.66	3.50	.56	3.49	.59	.28	3	.84

\* $p < .05$

La prueba *t* de Student no mostró diferencias significativas entre géneros para ninguna de las variables. Los análisis descriptivos por género mostrados en la Tabla 4 indican que las mujeres puntuaron más alto que los hombres en el índice global de orientaciones hacia la *felicidad*, *placer* y *compromiso*. Los hombres únicamente obtuvieron una puntuación más alta que las mujeres en la dimensión de *significado*.

**Tabla 4**

*Comparación de la orientación a la felicidad entre género*

Variables	Hombres		Mujeres		<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>			
Orientaciones	3.57	.63	3.66	.63	1.095	196.39	.27
Placer	3.44	.89	3.61	.83	1.385	193.85	.17
Significado	3.83	.77	3.80	.81	-.320	197.83	.75
Compromiso	3.45	.64	3.60	.63	1.704	196.23	.09

\* $p < .05$

## Discusión

Ciertos autores se han centrado en analizar si la felicidad varía dependiendo de algunas variables sociodemográficas (Adesanya *et al.*, 2017; Gamero Tafur *et al.*, 2017; Mohd-Hashim y Mohd-Zaharim,



2020; Mulet, 2020; Niimi, 2018; Ratti y Sharma, 2021; Zhang *et al.*, 2011). La mayoría implementan una medida de felicidad global; solo pocos artículos consideran las tres orientaciones (Ratti y Sharma, 2021; Ruch *et al.*, 2014; Vella-Brodrick *et al.*, 2009); además, se han realizado en países desarrollados o sociedades WEIRD. Por tanto, se conoce poco sobre las variables sociodemográficas y las tres orientaciones hacia la felicidad en personas de países no WEIRD. Para contribuir a solventar este vacío en la literatura, evaluamos y comparamos las orientaciones hacia la felicidad de acuerdo a la edad, nivel socioeconómico, escolaridad y género en el noroeste de México.

Al analizar los datos por rango de edad (H1), el grupo que obtuvo las medias más altas en el índice global de orientaciones a la felicidad fue el grupo de mayores de 65 años. Por otra parte, el rango fue menor en las personas entre 26 y 34 años. Esto podría ser consistente con la teoría en forma de U (Blanchflower, 2021; Frijters y Beaton, 2012). En cuanto al placer, la media más baja se presentó en el grupo de 35 a 49. Lo anterior podría señalar que los individuos en este rango de edad invierten menos tiempo en actividades placenteras, lo que sugiere que las personas centran su atención en construir los aspectos fundamentales de sus vidas, como el trabajo y el establecimiento de una familia (Dwyer *et al.*, 2016). En la dimensión de significado, los más jóvenes puntuaron más bajo en esta orientación particular de la felicidad. Estos resultados son consistentes con la literatura que reporta que los adultos jóvenes están menos orientados hacia el futuro (Beal *et al.*, 2018) y menos preocupados por las consecuencias de sus acciones.

Se encontró que las puntuaciones de la orientación a la felicidad de significado fueron las más altas en todos los niveles socioeconómicos, mientras que el placer mostró puntuaciones menores en los grupos pertenecientes a un nivel socioeconómico menor. Si bien, opuesto a la H2, los resultados no mostraron diferencias significativas en las variables entre los diferentes grupos socioeconómicos, en comparación con trabajos previos (Lawal *et al.*, 2020; Natali *et al.*, 2018). La percepción del nivel económico es probablemente más importante que el ingreso absoluto, ya que por ejemplo, en un estudio realizado en



México, se encontró que no sentirse pobre aumenta el bienestar subjetivo (Palomar Lever & Victorio Estrada, 2016). Asimismo, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) informó que la mitad de la muestra del censo nacional refirió puntajes altos de felicidad, aun cuando un porcentaje considerable de la población vive en pobreza extrema o moderada (INEGI, 2020). Por último, en América Latina, la diversidad de medidas relativas al nivel socioeconómico y los ingresos dificulta establecer una conclusión.

Los hallazgos acerca de la escolaridad mostraron que el *significado* exhibió las puntuaciones más altas desde la primaria hasta la universidad. Para el resto de niveles, el *compromiso* mostró las medias más bajas, y en el bachillerato el *placer* obtuvo los valores más pequeños. A pesar de estos resultados, los análisis realizados no mostraron diferencias significativas entre las puntuaciones de los niveles educativos, contrario a la H3. El nivel educativo probablemente afecta indirectamente a la felicidad, como lo mencionan por Judge y sus colaboradores (2010), dado que esta relación puede estar mediada por la situación laboral y el bienestar económico. Otra posible explicación es que un mayor nivel educativo brinda la oportunidad de un estado laboral regular, lo cual se relaciona con una mayor felicidad (Niimi, 2018). Probablemente, el hecho de tener un trabajo regular tiende a generar estabilidad económica, permitiendo que las personas dediquen más atención a otros aspectos de su vida como la salud, el entretenimiento o las relaciones interpersonales.

En las orientaciones de *placer*, *compromiso* y *orientación a la felicidad general*, las mujeres puntuaron más alto que los hombres, aunque no existen diferencias significativas entre géneros. Esto sugiere que hombres y mujeres no difieren en su nivel general de felicidad y las diferentes orientaciones (*placer*, *significado* y *compromiso*), al menos en esta muestra. Algunos estudios han encontrado diferencias en hombres y mujeres al analizar el efecto con otras variables: los hombres son más felices cuando están en un trabajo de tiempo completo (Hori y Kamo, 2018) y cuando alcanzan un rendimiento académico alto (Chui y Wong, 2016). En tanto que las mujeres son más felices cuando rompen con su rutina (Sanín-Posada *et al.*, 2018) y cuando tienen compañía para cenar todos los días (Lobos *et al.*, 2015). Esto podría indicar que el



género por sí solo no está directamente relacionado con la felicidad, sino con cuestiones asociadas a las actividades diarias y relaciones sociales. Finalmente, en América Latina, las diferencias entre hombres y mujeres no son tan prominentes como solían ser. Por ejemplo, estos hallazgos son consistentes con lo encontrado por Terrazas-Carrillo et al. (2016) en México, Brasil y Chile, donde el tiempo dedicado a las actividades del hogar fue muy similar entre hombres y mujeres.

Esta investigación presenta algunas limitaciones. En primer lugar, el diseño es transversal, por lo que sería conveniente realizar estudios longitudinales para establecer conclusiones más precisas. En segundo lugar, los resultados se obtuvieron mediante autoinformes, por lo que las respuestas de los participantes pudieron verse afectadas por la deseabilidad social. En tercer lugar, a pesar del tamaño de la muestra, es conveniente recolectar muestras más extensas y diversas para generalizar los resultados. Además de las limitaciones desde una perspectiva teórica, los resultados contribuyen a comprender las diferencias en las tres orientaciones hacia la felicidad, especialmente en lo que respecta a la edad, y resaltan el valor de medir cada orientación por separado.

Se recomienda continuar con esta línea de trabajo en países que no se consideran WEIRD, especialmente en América Latina, ya que los niveles de felicidad en estos países suelen ser altos. Por ejemplo, en México el 54.2 % de la población declara ser feliz y 26.9 % muy feliz (INEGI, 2014). Lo que puede ser contradictorio en relación con los países desarrollados, donde estudios concluyen que el ingreso o la equidad social generan felicidad (Rojas, 2016). Lo anterior evidencia que aún se requiere un mayor entendimiento de los factores que interfieren en el desarrollo de la felicidad, así como explorar de manera más profunda los factores subyacentes a las tres orientaciones de la misma.

## Conclusiones

En general, los resultados reflejan que la orientación a la felicidad de significado es consistentemente alta en todas las variables, lo que sugiere que en esta muestra la felicidad se obtiene con mayor frecuencia a



través de actividades significativas y duraderas. En particular, se destaca la importancia de la edad en las orientaciones a la felicidad, ya que solo en esta variable se encontraron diferencias estadísticas significativas, lo que sugiere que este factor es una variable fundamental para generar estrategias de intervención que aborden un equilibrio entre las tres orientaciones hacia la felicidad: placer, significado y compromiso. Estos resultados pueden servir de base para futuras intervenciones en el área de la psicología positiva que se enfoquen en desarrollar las tres orientaciones a la felicidad con actividades que las potencien tomando en cuenta el grupo de edad y la orientación con mayor área de oportunidad. La planeación de intervenciones positivas es mejor cuando se logra entender la forma en que cada grupo etario de la población tiende a manifestar en mayor o menor medida los tipos de felicidad (Ratti y Sharma, 2021).

En este sentido, aparentemente las personas en una etapa de adultez tienden a tener menos momentos felices (Gamero Tafur *et al.*, 2017). Es importante que se realicen programas que coadyuven a las personas a potenciar la felicidad en tres formas: placer, significado y compromiso.

Por otro lado, los diferentes niveles económicos, escolaridad o género no implican necesariamente una percepción diferente de las orientaciones a la felicidad, por tanto, se recomiendan indagar sobre el papel mediador de estos factores. Las intervenciones en felicidad pueden ser sencillas, por ejemplo, un trabajo con 1539 personas demostró un incremento en felicidad por hasta seis meses a través de un curso en línea donde se les solicitó que realizaran actividades que les generaran emociones positivas (Gander *et al.*, 2016). La obtención de felicidad se puede aprender (Fritz y Lyubomirsky, 2018), lo que denota que las personas pueden mejorar su felicidad al tener conciencia de las cosas en su vida que pueden traerles emociones positivas.

## **Conflicto de intereses**

Los autores declaran que esta investigación ha sido desarrollada sin ningún conflicto de interés.



## Financiamiento

La presente investigación se desarrolló gracias al financiamiento del Programa de Fomento y Apoyo a la Investigación (PROFAPI 2022-0013 / PROFAPI 2022-0026).

## Agradecimientos

Se agradece al Instituto Tecnológico de Sonora por el apoyo brindado para la realización de la investigación.

## Referencias

- Adesanya, O.A., Mendez Rojas, B., Darboe, A., & Beogo, I. (2017). Socioeconomic Differential in Self-Assessment of Health and Happiness in 5 African Countries: Finding from World Value Survey. *PloS One*, *12*(11), e0188281. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0188281>
- Beri, N., Beri, A., & Sharma, A. (2021). Orientation to Happiness Among Senior Secondary School Students of Hilly Areas. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, *12*(11), 7066-7075. <https://turcomat.org/index.php/turkbilmat/article/view/7232/5877>.
- Blanchflower, D. G. (2021). Is Happiness U-shaped Everywhere? Age and Subjective Well-Being in 145 countries. *Journal of Population Economics*, *34*(2), 575-624. <https://doi.org/10.1007/s00148-020-00797-z>
- Chui, W. H., & Wong, M. Y. (2016). Gender Differences in Happiness and Life Satisfaction Among Adolescents in Hong Kong: Relationships and Self-Concept. *Social Indicators Research*, *125*(3), 1035-1051. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0867-z>
- Cuñado, J., & Pérez de Gracia, F. (2012). Does Education Affect Happiness? Evidence for Spain. *Social Indicators Research*, *108*(1), 185-196. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9874-x>



- de la Cruz-Sánchez, E., Feu, S., & Vizuete-Carrizosa, M. (2013). El nivel educativo como factor asociado al bienestar subjetivo y la salud mental en la población española. *Universitas Psychologica*, *12*(1), 31-40. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64728729004>
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, *55*(1), 34. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Durón, F., García Vázquez, F. I., & Gálvez Díaz, M. K. (2016). Traducción y validación de una escala para medir orientación a la felicidad en población mexicana. *Revista Mexicana de Psicología: Memorias del XXIV Congreso Mexicano de Psicología* (pp. 468 - 469). Sociedad Mexicana de Psicología. [https://www.researchgate.net/publication/308996074\\_Traduccion\\_y\\_validacion\\_de\\_una\\_escala\\_para\\_medir\\_orientacion\\_a\\_la\\_felicidad\\_en\\_poblacion\\_Mexicana](https://www.researchgate.net/publication/308996074_Traduccion_y_validacion_de_una_escala_para_medir_orientacion_a_la_felicidad_en_poblacion_Mexicana)
- Dwyer, R. E., Neilson, L. A., Nau, M., & Hodson, R. (2016). Mortgage Worries: Young Adults and the US Housing Crisis. *Socioeconomic Review*, *14*(3), 483-505. <https://doi.org/10.1093/ser/mwv018>
- Florida, R., Mellander, C., & Rentfrow, P. J. (2013). The Happiness of Cities. *Regional Studies*, *47*(4), 613-627. <https://doi.org/10.1080/00343404.2011.589830>
- Frijters, P., & Beatton, T. (2012). The Mystery of the U-Shaped Relationship Between Happiness and Age. *Journal of Economic Behavior & Organization*, *82*(2-3), 525-542. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2012.03.008>
- Fritz, M. M., & Lyubomirsky, S. (2018). Whither Happiness? When, How, and Why Might Positive Activities Undermine Well-Being. In J. P. Forgas, & R. F. Baumeister (Eds.), *The Social Psychology of Living Well* (pp. 101-115). Routledge.
- Gamero Tafur, K., Medina Martínez, E., & Escobar Espinoza, Á. A. (2017). La felicidad en estudiantes universitarios de ciencias económicas: algunos determinantes socioeconómicos en la ciudad de



Cartagena de Indias. *Aglala*, 8(1), 193-213.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6832753>

Gander, F., Proyer, R. T., & Ruch, W. (2016). Positive Psychology Interventions Addressing Pleasure, Engagement, Meaning, Positive Relationships, and Accomplishment Increase Well-Being and Ameliorate Depressive Symptoms: A Randomized, Placebo-Controlled Online Study. *Frontiers in Psychology*, 7(Art. 686), 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00686>

Giannopoulos, V. L., & Vella-Brodrick, D. A. (2011). Effects of Positive Interventions and Orientations to Happiness on Subjective Well-Being. *The Journal of Positive Psychology*, 6(2), 95–105. <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.545428>

Grimm, C., Kemp, S., & Jose, P. E. (2015). Orientations to Happiness and the Experience of Everyday Activities. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3), 207-218. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.941382>

Henrich, J., Heine, S. J., & Norenzayan, A. (2010). Most People Are Not Weird. *Nature*, 466, 29. <https://doi.org/10.1038/466029a>

Hori, M., & Kamo, Y. (2018). Gender Differences in Happiness: The Effects of Marriage, Social Roles, and Social Support in East Asia. *Applied Research in Quality of Life*, 13(4), 839-857. <https://doi.org/10.1007/s11482-017-9559-y>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2014). *Tabulados sobre uso del tiempo y bienestar subjetivo*.

[https://www.inegi.org.mx/contenidos/investigacion/bienestar/tiempo/tabualdos/cuadro\\_2\\_1.xlsx](https://www.inegi.org.mx/contenidos/investigacion/bienestar/tiempo/tabualdos/cuadro_2_1.xlsx)

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2020). *Banco de indicadores sociodemográficos*.

<https://www.inegi.org.mx/app/indicadores/>



- Jebb, A. T., Tay, L., Diener, E., & Oishi, S. (2018). Happiness, Income Satiation and Turning Points Around the World. *Nature Human Behaviour*, 2(1), 33-38. <https://doi.org/10.1038/s41562-017-0277-0>
- Judge, T. A., Ilies, R., & Dimotakis, N. (2010). Are Health and Happiness the Product of Wisdom? The Relationship of General Mental Ability to Educational and Occupational Attainment, Health, and Well-Being. *Journal of Applied Psychology*, 95(3), 454-468. <https://doi.org/10.1037/a0019084>
- Lawal, Z. I., Khan, A., Bin Ramli, J., & Qureshi, M. I. (2020). Correlates of Happiness Among Muslim Women Students in Women Centre for Continuing Education Sokoto State, Northern Nigeria. *Asia Proceedings of Social Sciences*, 6(4), 317-323. <https://doi.org/10.31580/apss.v6i4.1289>
- Palomar Lever, J., & Victorio Estrada, A. (2016). Expectativas laborales en la adolescencia: correlatos psicosociales. *Interdisciplinaria*, 33(1), 95-110.  
<http://www.scielo.org.ar/pdf/interd/v33n1/v33n1a06.pdf>
- Lobos, G., Grunert, K. G., Bustamante, M., & Schnettler, B. (2015). With Health and Good Food, Great Life! Gender Differences and Happiness in Chilean Rural Older Adults. *Social Indicators Research*, 127(2), 865–885. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0971-0>
- López, S. J., Teramoto Pedrotti, J., & Snyder, C. R. (2018). *Positive Psychology: The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths* (3<sup>rd</sup>. ed.). Sage Publications.  
<https://perpus.univpancasila.ac.id/repository/EBUPT200950.pdf>
- Lyubormirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005a). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>



- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005b). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology, 9*(2), 111-131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- Meisenberg, G., & Woodley of Menie, M. A. (2014). Gender Differences in Subjective Well-Being and Their Relationships with Gender Equality. *Journal of Happiness Studies, 16*(6), 1539-1555. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9577-5>
- Miyamoto, Y., Yoo, J., Levine, C. S., Park, J., Boylan, J. M., Sims, T., Markus, H.R., Kitayama, S., Kawakami, N., Karasawa, M., Coe, C.L., Love, G.L., & Ryff, C. D. (2018). Culture and Social Hierarchy: Self and Other Oriented Correlates of Socioeconomic Status Across Cultures. *Journal of Personality and Social Psychology, 115*(3), 427-445. <https://doi.org/10.1037/pspi0000133>
- Mohd-Hashim, I. H., & Mohd-Zaharim, N. (2020). Happiness Among Malaysian Adolescents: The Role of Sociodemographic Factors and Everyday Events. *SAGE Open, 10*(3). <https://doi.org/10.1177/2158244020940695>
- Mulet, S. F. (2020). Examining Sociodemographic Factors of Life Satisfaction and Happiness Perception Based on ESS 2016 Data. *Ciencia, Técnica y Mainstreaming Social, (4)*, 1-11. <https://doi.org/10.4995/citecma.2020.11950>
- Natali, L., Handa, S., Peterman, A., Seidenfeld, D., Tembo, G., & Zambia Cash Transfer Evaluation Team (2018). Does Money Buy Happiness? Evidence from an Unconditional Cash Transfer in Zambia. *SSM-population health, 4*, 225-235. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2018.02.002>
- Niimi, Y. (2018). What Affects Happiness Inequality? Evidence from Japan. *Journal of Happiness Studies, 19*(2), 521-543. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9835-9>



- O'Keefe, T. (2017). Review of *The Birth of Hedonism: The Cyrenaic Philosophers and Pleasure as a Way of Life*. *Ancient Philosophy*, 37(1), 185-192. <https://doi.org/10.5840/ancientphil201737110>
- Oishi, S., Kesebir, S., & Diener, E. (2011). Income Inequality and Happiness. *Psychological Science*, 22(9), 1095-1100. <https://doi.org/10.1177/0956797611417262>
- Park, N., Peterson, C., & Ruch, W. (2009). Orientations to Happiness and Life Satisfaction in Twenty-Seven Nations. *Journal of Positive Psychology*, 4(4), 273–279.  
<http://dx.doi.org/10.1080/17439760902933690>
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to Happiness and Life Satisfaction: The Full Life Versus the Empty Life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 25–41.  
<https://doi.org/10.1007/s10902-004-1278-z>
- Pulido-Acosta, F., & Herrera-Clavero, F. (2018). Relaciones entre rendimiento e inteligencia emocional en secundaria. *Tendencias Pedagógicas*, 31, 165-186.  
<https://doi.org/10.15366/tp2018.31.010>
- Ratti, P., & Sharma, D. (2021). Happiness: Does it Transform with Age? *The International Journal of Indian Psychology*, 9(1), 960-979. <https://dx.doi.org/10.25215/0901.102>
- Rojas, M. (2016). Happiness, Research, and Latin America. In M. Rojas (Ed.), *Handbook of happiness research in Latin America* (pp. 1-13). Springer.
- Ruch, W., Martínez-Martí, M. L., Heintz, S., & Brouwers, S. A. (2014). Short Form of the Orientations to Happiness Questionnaire for the German-Speaking Countries: Development and Analysis of the Psychometric Properties. *Swiss Journal of Psychology*, 73(4), 225–234.  
<https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000141>



- Sanín-Posada, A., Salanova Soria, M., & Vera-Villaroel, P. (2018). Happiness and Optimism Interventions at Work: Gender Differences. *Open Access Library Journal*, 5(11), 1-16.  
<https://doi.org/10.4236/oalib.1104842>
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize your Potential for Lasting Fulfillment*. Simon and Schuster Free Press.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2021). Revisiting the Sustainable Happiness Model and Pie Chart: Can Happiness Be Successfully Pursued? *The Journal of Positive Psychology*, 16(2), 145-154.  
<https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1689421>
- Terrazas-Carrillo, E., McWhirter, P. T., & Muetzelfeld, H. K. (2016). Happy Parents in Latin America? Exploring the Impact of Gender, Work-Family Satisfaction, and Parenthood on General Life Happiness. *International Journal of Happiness and Development*, 3(2), 140-161.  
<https://doi.org/10.1504/IJHD.2016.079596>
- Torres-Deik, M., Moyano-Díaz, E., & Páez, D. (2014). Comportamiento juvenil universitario en busca de la felicidad: su caracterización y su eficacia. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1419-1428.  
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.cjub>
- Uchida, Y., & Oishi, S. (2016). The Happiness of Individuals and the Collective. *Japanese Psychological Research*, 58(1), 125-141. <https://doi.org/10.1111/jpr.12103>
- Vella-Brodrick, D. A., Park, N., & Peterson, C. (2009). Three Ways to be Happy: Pleasure, Engagement, and Meaning-Findings from Australian and US Samples. *Social Indicators Research*, 90(2), 165-179. <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9251-6>
- Vittersø, J. (2016). The Most Important Idea in the World: An Introduction. In J. Vittersø (Ed.), *Handbook of Eudaimonic Well-Being* (pp. 1-24). Springer.



- Yang, Y., Li, P., Fu, X., & Kou, Y. (2016). Orientations to Happiness and Subjective Well-Being in Chinese Adolescents: The Roles of Prosocial Behavior and Internet Addictive Behavior. *Journal of Happiness Studies*, 18(6), 1747–1762. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9794-1>
- Zhang, W., Chen, Q., McCubbin, H., McCubbin, L., & Foley, S. (2011). Predictors of Mental and Physical Health: Individual and Neighborhood Levels of Education, Social Well-Being, and Ethnicity. *Health & Place*, 17(1), 238-247. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2010.10.008>

**Cómo citar este artículo:** Durón-Ramos, M. F., García-Vázquez, F. I., Collins-Tenorio, J. J., & Márquez Pérez, P. J. (2022). Orientaciones a la felicidad: placer, compromiso y significado: Diferencias socio-demográficas. *Psicumex*, 12(1), 1–22, e487. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.487>

