

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ
ESCUELA DE POSGRADO**



La Felicidad en los Estudiantes

de Educación Superior en Lima Metropolitana

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO DE MAGÍSTER EN
ADMINISTRACIÓN ESTRATÉGICA DE EMPRESAS
OTORGADO POR LA
PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ**

PRESENTADA POR

Enrique Daniel Gamero Paz

Yesenia Karina Mendoza Alvarado

Alexis Rodríguez Cabanillas

Luis Fernando Saavedra García

Asesora: Beatrice Avolio Alecchi

Surco, noviembre de 2018

Agradecimientos

Al término de nuestra tesis de MBA, por la cual hemos atravesado una importante cantidad de horas de nuestras vidas en el análisis y búsqueda de la verdad, sentimos que cada uno de los miembros del equipo ha dado lo mejor de cada uno, sin embargo, esta tesis no hubiera llegado a su finalización sin el aporte de personas e instituciones que nos han ayudado decididamente con su guía y conocimiento; a ellos nuestras mejores muestras de agradecimiento.

En ese contexto mencionamos principalmente a CENTRUM Católica y la Pontificia Universidad Católica del Perú por reforzar nuestra cultura en el ámbito del liderazgo, emprendimiento y superación constante.

Expresamos un especial agradecimiento a la Dra. Beatrice Avolio Alecchi, asesora de nuestra tesis por su dedicado apoyo, acertadas precisiones y tenaz guía para la realización y finalización de la tesis.

También es importante para nosotros, agradecer a cada uno de nuestros profesores de la maestría, por los invaluable conceptos y conocimientos recibidos, los cuales han fortalecido nuestro criterio profesional frente al constante ejercicio de la toma de decisiones en un mundo de cambio permanente.

Dedicatorias

A mis padres y familia que me han guiado y acompañado siempre hacia la superación personal y profesional.

Enrique Daniel Gamero Paz

A mi madre una dama inteligente y de noble corazón y a mi padre un caballero íntegro que me transmite fortaleza y sabiduría, gracias por sus acertados consejos y por compartir conmigo este desafío.

Yesenia Mendoza

A Humberto por su incansable guía y consideración en mi trayectoria personal y académica; a Magda por su incansable persistencia en la formación de mi carácter.

Alexis Rodríguez

A mi familia por su apoyo incondicional y por ser el motor que me impulsa a alcanzar nuevos desafíos.

Luis Fernando Saavedra

Resumen Ejecutivo

Con el propósito de describir el nivel de felicidad que tienen los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana se diseñó una investigación no experimental, de alcance descriptivo y transeccional; así como con enfoque cuantitativo, lo que permitió analizar los resultados utilizando diversas herramientas estadísticas. El trabajo se desarrolló bajo la premisa de que la felicidad es un estado afectivo y subjetivo, pero de carácter permanente, el cual se manifiesta a través de satisfacción con los logros obtenidos y con la vida en sí misma. Luego de hacer una extensa revisión de la literatura, con la cual se identificaron y analizaron distintos modelos para medir la variable, se seleccionó la Escala de la Felicidad, que fue creado por Alarcón (2006), para el contexto peruano y específicamente para el estudio de jóvenes estudiantes. El instrumento de la investigación tiene 27 ítems que se ordenan en torno a cuatro factores: (a) sentido positivo de la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal, y (d) alegría de vivir. La población de la investigación estuvo integrada por 290,954 estudiantes de Lima Metropolitana, los cuales cursaban sus estudios universitarios en alguna de las 23 universidades existentes, de las cuales cuatro son públicas y 19 privadas. El cuestionario se aplicó a una muestra de 384 sujetos, seleccionados aleatoriamente, y los datos recopilados permitieron concluir que los estudiantes de educación superior de Lima Metropolitana tienen un nivel de felicidad igual a 3.80, es decir medio-alto. Además, se determinó que el género, la edad y el año de carrera que cursan no influye en su grado de felicidad; pero el tipo de universidad sí crea una diferencia estadísticamente significativa, encontrándose que los estudiantes de universidades privadas tienen un nivel de felicidad superior al de los estudiantes de universidades públicas. Sobre la base de los resultados de la investigación se desarrolló un plan de acción que contempla distintas medidas como la designación de asesores para que cada estudiante pueda contar con un plan de carrera realista y acorde con sus expectativas.

Abstract

With the purpose of describing the level of happiness that students of higher education have in Metropolitan Lima, a non-experimental research was designed, with a descriptive and transeccional scope; as well as with a quantitative approach, which allowed analyzing the results using various statistical tools. The work was developed under the premise that happiness is an affective and subjective state, but permanent, which is manifested through satisfaction with the achievements and life itself. After making an extensive review of the literature, with which different models were identified and analyzed to measure the variable, the Scale of Happiness was selected, which was created by Alarcón (2006), for the Peruvian context and specifically for the study of young students. The research instrument has 27 items that are organized around four factors: (a) positive sense of life, (b) satisfaction with life, (c) personal fulfillment, and (d) joy of living. The population of the research was composed of 290,954 students from Metropolitan Lima, who were studying at one of the 23 existing universities, of which four are public and 19 private. The questionnaire was applied to a sample of 384 subjects, randomly selected, and the data collected allowed us to conclude that the students of higher education in Metropolitan Lima have a level of happiness equal to 3.80, that is, medium-high. In addition, it was determined that the gender, age and career year that they studied did not influence their degree of happiness; but the type of university does create a statistically significant difference, finding that students from private universities have a higher level of happiness than students from public universities. Based on the results of the research, an action plan was developed that includes different measures such as the appointment of advisors so that each student can have a realistic career plan that is in line with their expectations.

Tabla de Contenidos

Lista de Tablas	v
Lista de Figuras.....	vii
Capítulo I: Introducción	1
1.1 Antecedentes de la Investigación.....	1
1.2 Definición del Problema	3
1.3 Propósito de la Investigación	3
1.4 Importancia de la Investigación	4
1.5 Naturaleza de la Investigación	4
1.6 Preguntas de la Investigación.....	5
1.7 Marco Teórico.....	6
1.8 Supuestos de la Investigación	7
1.9 Limitaciones de la Investigación	7
1.10 Delimitaciones de la Investigación	7
1.11 Resumen.....	8
Capítulo II: Revisión de la Literatura	9
2.1 Definiciones de Felicidad	11
2.2 Evolución del Estudio de la Felicidad	15
2.3 Medición de la Felicidad.....	18
2.3.1 Instrumentos para medir la felicidad.....	19
2.3.2 Investigaciones previas	24
2.4 Felicidad y Otras Variables.....	26
2.4.1 La satisfacción laboral	26
2.4.2 Cultura organizacional	29
2.4.3 Pertenencia y compromiso.....	29

2.4.4 Desempeño.....	30
2.5 Resumen.....	31
2.6 Conclusiones.....	32
Capítulo III: Metodología de la Investigación.....	34
3.1 Diseño de la Investigación.....	34
3.2 Conveniencia del Diseño de la Investigación.....	34
3.3 Población de la Investigación.....	35
3.4 Características de la Muestra.....	36
3.5 Consentimiento Informado.....	39
3.6 Confidencialidad.....	39
3.7 Localización Geográfica.....	39
3.8 Instrumentación.....	40
3.9 Recolección de Datos.....	43
3.10 Análisis de Datos.....	44
3.11 Validez y Confiabilidad.....	46
3.12 Resumen.....	46
Capítulo IV: Presentación y Análisis de Resultados.....	48
4.1 Perfil de los Informantes.....	48
4.2 Prueba de Confiabilidad.....	51
4.3 Presentación de Resultados.....	51
4.3.1 Sentido positivo de la vida.....	52
4.3.2 Satisfacción con la vida.....	55
4.3.3 Realización personal.....	58
4.3.4 Alegría de vivir.....	60
4.4 Análisis por Segmentos Independientes.....	62

4.4.1 Análisis por género	62
4.4.2 Análisis de estudiantes de universidades públicas versus universidades privadas	65
4.4.3 Análisis de estudiantes mayores de edad versus menores de edad	68
4.4.4 Análisis de estudiantes cursando estudios generales versus facultad	71
Capítulo V: Plan de Acción	74
5.1 Incidencias a Nivel de los Individuos	74
5.2 Incidencias en las Universidades	75
5.3 Incidencias en Políticas Públicas	75
5.4 Propuesta de Planes	76
Capítulo VI: Conclusiones y Recomendaciones	78
6.1 Conclusiones	78
6.2 Recomendaciones Prácticas	81
6.3 Contribuciones Teóricas y Prácticas	82
6.4 Recomendaciones para Futuras Investigaciones	83
Referencias	85
Apéndice A: Resumen de la Literatura Revisada, por Área y Autor	91
Apéndice B: Oxford Happiness Questionnaire	92
Apéndice C: Escala de la Felicidad por Alarcón	94
Apéndice D: Instrumento de la Investigación	96
Apéndice E: Tabulación de Respuestas	98

Lista de Tablas

Tabla 1.	<i>Criterios Aplicados para la Revisión de Literatura</i>	10
Tabla 2.	<i>Definición de la Felicidad</i>	16
Tabla 3.	<i>Evolución del Concepto de Felicidad</i>	19
Tabla 4.	<i>Instrumentos para Medir la Felicidad</i>	24
Tabla 5.	<i>Relación entre la Felicidad y otras Variables</i>	29
Tabla 6.	<i>Población de la Investigación por Universidad</i>	36
Tabla 7.	<i>Muestra de la Investigación</i>	39
Tabla 8.	<i>Confiabilidad del Instrumento: Escala de Felicidad</i>	42
Tabla 9.	<i>Distribución de los Encuestados por Universidad</i>	49
Tabla 10.	<i>Carreras que Estudian los Encuestados</i>	50
Tabla 11.	<i>Alfa de Cronbach</i>	52
Tabla 12.	<i>Estadísticos por Ítem del Factor 1: Sentido Positivo de la Vida</i>	55
Tabla 13.	<i>Estadísticos por Ítem del Factor 2: Satisfacción con la Vida</i>	58
Tabla 14.	<i>Estadísticos por Ítem del Factor 3: Realización Personal</i>	60
Tabla 15.	<i>Estadísticos por Ítem del Factor 4: Alegría de Vivir</i>	63
Tabla 16.	<i>Análisis por Género: Prueba de Leven y Prueba t para Dos Muestras Independientes</i>	65
Tabla 17.	<i>Análisis de Estudiantes de Universidades Públicas versus Privadas: Prueba de Leven y Prueba t para Dos Muestras Independientes</i>	68
Tabla 18.	<i>Análisis de Estudiantes por Grupo de Edad: Prueba de Leven y Prueba t para Dos Muestras Independientes</i>	71
Tabla 19.	<i>Análisis de Estudiantes Estudios Generales versus Facultad: Prueba de Leven y Prueba t para Dos Muestras Independientes</i>	73
Tabla 20.	<i>Planes de Acción</i>	78

Tabla A1. <i>Año, Origen y Enfoque de la Literatura Revisada</i>	92
Tabla E1. <i>Frecuencia de los Resultados de la Investigación</i>	99



Lista de Figuras

<i>Figura 1.</i> Marco teórico de la investigación.....	7
<i>Figura 2.</i> Literatura revisada por período quinquenal, en cantidad de documentos.....	11
<i>Figura 3.</i> Origen de la literatura revisada, en cantidad de documentos.....	12
<i>Figura 4.</i> Mapa de la literatura.....	13
<i>Figura 5.</i> Configuración de la escala de felicidad de siete escalones.....	22
<i>Figura 6.</i> Año en que los encuestados ingresaron a la universidad.....	50
<i>Figura 7.</i> Género de los encuestados.....	51
<i>Figura 8.</i> Edad de los encuestados.....	51
<i>Figura 9.</i> Resultados de los cuatro factores de la felicidad.....	53
<i>Figura 10.</i> Resultados por ítem del factor 1: Sentido positivo de la vida.....	54
<i>Figura 11.</i> Resultados por ítem del Factor 2: Satisfacción con la vida.....	57
<i>Figura 12.</i> Resultados por ítem del Factor 3: Realización personal.....	59
<i>Figura 13.</i> Resultados por ítem del Factor 4: Alegría de vivir.....	62
<i>Figura 14.</i> Nivel de felicidad por factor y por género.....	64
<i>Figura 15.</i> Nivel de felicidad por factor y por tipo de universidad (públicas o privadas)....	67
<i>Figura 16.</i> Nivel de felicidad por factor y por edad de los estudiantes (menores de edad o mayores de edad).....	70
<i>Figura 17.</i> Nivel de felicidad por factor y por grupo de años de estudio.....	72

Capítulo I: Introducción

El presente capítulo presenta los antecedentes de la investigación, el propósito, la importancia del estudio, la naturaleza, el marco teórico, los supuestos, y las limitaciones y delimitaciones.

1.1 Antecedentes de la Investigación

Los estudios sobre la felicidad del ser humano y de las organizaciones son tan antiguos como la historia de los inventos del hombre. Sin embargo, los estudios efectuados con rigurosidad científica y, más aún, específicamente relacionados con la medición de la felicidad en organizaciones datan de inicios del siglo XXI (Moyano, Flores, & Soromaa, 2011). En la actualidad, la felicidad se presenta como una necesidad del ser humano, aunque es importante aclarar que este concepto no está igualmente extendido en todas las culturas. Por ejemplo, durante el siglo XVIII, la ética protestante favorecía un comportamiento melancólico y austero, contrario a la felicidad; mientras que para el siglo XIX, el surgimiento de una nueva clase media propuso que el trabajo debía ser una fuente de felicidad; y fue durante el siglo XX que se consolidó la cultura de la felicidad (Stearns, 2012).

Para Alarcón (2006), la felicidad significa sentirse libre de estados depresivos profundos, presentando sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida en general, mostrando que las personas han alcanzado o están próximas a lo que perciben como un ideal para su vida, por lo que se sienten realizadas. Esto denota una sensación de autosuficiencia, tranquilidad emocional y placidez, que se presenta usualmente en individuos que tienen metas que consideran valiosas, y las van alcanzando. En general, una persona feliz tiene una sensación permanente de que vivir es maravilloso y se siente bien (Alarcón, 2006). Mientras que, desde una perspectiva psicosocial, la felicidad es el estado cognitivo emocional de plenitud vital, duradera y consciente, que surge de una evaluación subjetiva positiva del plano tanto físico y material como social, afectivo, psicológico y espiritual de la propia existencia

(Álvarez & Muñiz, 2013). Los intentos por medir la felicidad datan del siglo XVIII, cuando el economista Jean Francois, en su ensayo *Public happiness* (1774), argumentó que el primer objetivo de los gobiernos debe ser el de hacer felices a sus ciudadanos, afirmación que aún hoy está vigente. Luego, en 1789, el filósofo Jeremy Bentham propuso hacer un cálculo para determinar el nivel de felicidad de los ciudadanos con respecto a las políticas empleadas por los gobiernos, de manera tal que se pudieran mejorar o ampliar aquellas que obtuviesen los mejores resultados. En la actualidad, los intentos por medir la felicidad continúan y por ello se han desarrollado diversas herramientas que pueden ser aplicadas en organizaciones o en países alrededor del mundo. Estas mediciones son posibles gracias a la observación y sistematización psicológica de la felicidad (Biswas-Diener, Diener, & Tamir, 2004).

En el Perú, hace más de 10 años, Alarcón (2006) construyó un índice para medir la felicidad en estudiantes universitarios, ya que consideró que los instrumentos deben ser adecuados a la cultura del lugar donde serán aplicados. Este instrumento consta de 27 ítems, que mostraron pertenecer a un mismo constructo, dándole confiabilidad y validez al cuestionario. Fue así que, con un enfoque cuantitativo, logró concluir que sí existe una correlación significativa entre la personalidad y la felicidad, donde la extraversión aumenta la felicidad, mientras que el neuroticismo la disminuye. Este instrumento mide la felicidad a través de cuatro factores: (a) sentido positivo de la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal, y (d) alegría de vivir.

A nivel del individuo, la personalidad es el factor que más influye en el nivel de felicidad (Diener, Oishi, & Lucas, 2003; Hills & Argyle, 2002). Mientras que, a nivel empresarial, dado que las organizaciones están orientadas a las personas, tanto a los clientes internos como externos, son un elemento que contribuyen a su felicidad (Álvarez & Muñiz, 2013). Investigaciones previas han mostrado que cada vez toma más importancia la medición de la felicidad como paso inicial para el desarrollo de políticas o de prácticas organizacionales.

Esto se debe a que la felicidad está relacionada con el compromiso que los individuos sienten hacia las organizaciones que pertenecen (Álvarez & Muñiz, 2013; Schaufeli & Bakker, 2004) y con su desempeño (Boehm & Lyubomirsky, 2008; Wilcove, Schwerin, & Kline, 2009), así como con la satisfacción laboral (Schaufeli, 2015; Yamamoto, 2013).

Para la presente investigación, el estudio desarrollado por Gustems, Calderón y Calderón (2013) resultó relevante porque al haber medido, en España, la correlación entre el carácter y el bienestar en un grupo de estudiantes universitarios, con un enfoque cuantitativo y combinando varios instrumentos, llegaron a la conclusión de que estos tienen elevadas puntuaciones en las dimensiones de justicia, humanidad y coraje, con fortalezas como bondad, igualdad y honestidad; y entre estas dimensiones y los sentimientos positivos hay una alta correlación, lo cual genera sensación de bienestar.

1.2 Definición del Problema

El problema de la presente investigación es determinar cuál es el nivel de felicidad que experimentan los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana. De acuerdo con Schwerin y Kline (2009), el nivel de felicidad es un factor determinante del desempeño de los individuos, por lo que resulta esencial conocerlo para que las universidades puedan implementar acciones que lleven a elevar el grado de la felicidad, en caso de que sea necesario. En el año 2005, Alarcón (2006) desarrolló una investigación para medir la felicidad entre los estudiantes de Lima Metropolitana, pero es necesario volver a medirla, ya que han transcurrido más de 10 años y como indicaron Musikanski, Bejarano, Briggs, Strasser y Russell (2017), la felicidad varía a través del tiempo, principalmente porque las condiciones de los individuos y del entorno cambian.

1.3 Propósito de la Investigación

El propósito general de esta investigación es describir el nivel de felicidad que tienen los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana. Para lograrlo, se tendrán que

alcanzar los siguientes objetivos específicos, asociados directamente con los cuatro factores que mide el instrumento de Alarcón (2006):

1. Conocer el nivel del sentido positivo de la vida que tienen los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018.
2. Identificar el nivel de satisfacción con la vida en los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018.
3. Medir el nivel de realización personal de los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018.
4. Conocer el nivel de la alegría de vivir que experimentan los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018.

1.4 Importancia de la Investigación

La importancia de esta investigación radica en que la felicidad es un elemento que determina la satisfacción laboral y el desempeño de los individuos en su puesto de trabajo. Dado que la población de esta investigación son estudiantes universitarios, se entiende que la felicidad influye en el grado de satisfacción por pertenecer a una organización educativa y con su vida en general. Para Yamamoto (2013), la felicidad de los individuos define los factores de bienestar, trabajo y rendimiento. Es así que, a mayor nivel de felicidad, mayor será la satisfacción que la persona sienta con las labores que desempeña (Schaufeli, 2015) y esto lo llevará a estar más comprometida (Tella, Ayeni, & Popoola, 2007). Además, de acuerdo con Schaufeli y Bakker (2004), cuando hay compromiso, las personas manejan adecuadamente las demandas de sus cargos. En este caso serían las demandas de la vida académica.

1.5 Naturaleza de la Investigación

El diseño de la presente investigación es de tipo no experimental, con un alcance descriptivo. Según lo mencionado por Hernández, Fernández y Baptista (2013), en las

investigaciones no experimentales no se manipulan de manera intencional las variables independientes para analizar sus efectos; por el contrario, no se genera ninguna situación nueva y los investigadores se limitan a observar las ya existentes. Por lo tanto, se aplicará un instrumento y se utilizará para describir el estado de la felicidad, sin manipular esta variable en la población de estudio, considerando que este tiene un enfoque cuantitativo.

El alcance descriptivo permite caracterizar o describir los procesos, perfiles de personas, características, fenómenos o comportamientos; sin analizar la correlación entre estas, es decir, medir y registrar la información de manera independiente (Hernández et al., 2013). Es así que luego de aplicar el instrumento, los datos fueron analizados de forma numérica, utilizando herramientas estadísticas que permitieron definir cuál es el nivel de felicidad que los estudiantes de Lima Metropolitana poseen.

1.6 Preguntas de la Investigación

Luego de definido el problema de la investigación y su propósito, se plantearon preguntas que han sido respondidas mediante las conclusiones de esta investigación. De esta manera, a partir de la pregunta general: ¿Cuál es el nivel de felicidad que tienen los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana?, se formularon las siguientes preguntas específicas:

1. ¿Cuál es el nivel del sentido positivo de la vida que tienen los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018?
2. ¿Cuál es el nivel de satisfacción con la vida en los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018?
3. ¿Cuál es el nivel de realización personal de los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018?
4. ¿Cuál es el nivel de la alegría de vivir que experimentan los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018?

1.7 Marco Teórico

La variable que se caracteriza a través de esta investigación es la felicidad, la cual se entiende como una sensación de plenitud con la vida, es una manera de ser (Álvarez & Muñiz, 2013). La persona que es feliz siente que su vida es como ella lo desea, por lo que la felicidad es un estado afectivo y subjetivo, que está directamente relacionado con hechos o con cosas que se han logrado u obtenido (Alarcón, 2006). Esto no implica que la persona no enfrenta problemas, sino más bien que logra adaptarse positivamente a ellos, mostrando resiliencia (Luthar, 2003).

En esta investigación se estudia el nivel de felicidad en los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana. Es así que la investigación se centra en una sola variable, que es la felicidad. Sin embargo, como se presenta en la Figura 1, se reconoce que la felicidad está asociada con factores demográficos y culturales (Alarcón, 2006; Musikanski et al., 2017; Segura & Gil, 2016), así como con elementos de la personalidad del individuo (Alarcón, 2006; Álvarez & Muñiz, 2013; Diener & Suh, 2000; Diener et al., 2003; Hills & Argyle, 2002), los cuales se reflejan en los cuatro factores del instrumento de la felicidad de Alarcón (2006): (a) sentido positivo de la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal, y (d) alegría de vivir.

Como se mencionó, el instrumento que se utilizó para medir la variable felicidad es la Escala de la Felicidad, diseñado por Alarcón (2006), en el marco de un estudio titulado *Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad*. Consiste en un cuestionario estandarizado compuesto por 27 ítems, los cuales se miden con la escala de Likert, asignándole valores entre uno y cinco. Alarcón (2006) condujo su investigación en una muestra de 709 estudiantes universitarios, hombres y mujeres, que tenían de 20 a 30 años de edad. Sus resultados mostraron que los cuatro factores guardan una relación significativa con el constructo felicidad, al obtener un Alpha de Cronbach igual a 0.916.



Figura 1. Marco teórico de la investigación. Adaptado de “Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad,” por R. Alarcón, 2006, *Interamerican Journal of Psychology*, 40(1), 99-106.

1.8 Supuestos de la Investigación

El desarrollo de esta investigación se ha construido según el supuesto de que la felicidad es un estado mental y psicológico que sí puede ser medido. Por tanto, se utilizó el instrumento de Alarcón (2006), suponiendo que la felicidad es medible a través de cuatro factores: (a) sentido positivo de la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal, y (d) alegría de vivir. Asimismo, se supone que este cuestionario es aplicable para la población del Perú y, específicamente, para los estudiantes.

1.9 Limitaciones de la Investigación

La principal limitación de la investigación es que los entrevistados no hayan respondido de manera honesta a las preguntas que se les plantearon. Adicionalmente, la medición de la felicidad podría verse influenciada por hechos puntuales, acontecidos cerca de la fecha de la aplicación del instrumento, y que pudiesen afectar a la sensación de felicidad que se ha experimentado en un mediano o largo plazo.

1.10 Delimitaciones de la Investigación

La investigación cuenta con una delimitación geográfica, al abarcar solamente estudiantes de Lima Metropolitana; esto implica que tanto su institución educativa como su lugar de residencia deben estar localizados en esta ciudad. También se ha establecido una

delimitación por nivel educativo, considerando solamente a estudiantes de educación superior universitaria que estudien en alguna de las 23 universidades de Lima que cuentan con licenciamiento de la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria. (SUNEDU, 2018b); sin importar la carrera que siguen o la universidad a la que asisten, pero que estén realizando estudios de pregrado. Finalmente se ha aplicado una delimitación de tiempo; los resultados muestran la situación del período entre agosto y setiembre del 2018. Por tanto, no se han fijado delimitaciones en torno a la carrera, a la edad ni al género de los sujetos incluidos en la investigación.

1.11 Resumen

La presente investigación tiene como propósito medir la felicidad en los estudiantes de educación superior de Lima Metropolitana. Su fin es proporcionar a las instituciones de educación superior una herramienta que les permita medir los niveles de felicidad en sus estudiantes, como medio de diagnóstico de una variable que interviene en el rendimiento académico. Se trata de un estudio no experimental, descriptivo, transeccional y con enfoque cuantitativo, por lo que el instrumento usado fue un cuestionario, basado en la investigación previa de Alarcón (2006).

Este instrumento fue aplicado a estudiantes de universidades de Lima Metropolitana que cuentan con el licenciamiento de la SUNEDU, sin distinción por casa de estudio, carrera, género ni edad; como se buscó diversidad, la muestra fue seleccionada de manera aleatoria. Luego, los datos fueron analizados de manera numérica, midiendo la felicidad en torno a cuatro factores: (a) sentido positivo de la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal, y (d) alegría de vivir.

Capítulo II: Revisión de la Literatura

De acuerdo con Hernández et al. (2013), a través de la revisión de la literatura se consulta bibliografía en torno a un tema específico, para detectar, extraer y recopilar información que atañe directamente al problema de la investigación. Es una revisión selectiva, buscando las bases teóricas del tema de estudio, que en este caso se trata de la felicidad, y poniendo énfasis en las publicaciones recientes.

Tabla 1

Criterios Aplicados para la Revisión de Literatura

Criterios de selección	Criterios de exclusión
Período: 1984 a 2017	Período: No hubo exclusión.
Idioma: Inglés y español	Idioma: Otros diferentes de inglés o español, porque los investigadores no tienen la capacidad de comprensión y análisis.
Rigurosidad: Solo publicaciones académicas en revistas reconocidas, trabajos de grado y libros.	Rigurosidad: Blogs no universitarios, publicaciones de empresas.
Área de estudio: Organización, gestión de recursos humanos, administración, negocios, ciencias económicas y demás áreas relacionadas con formas de medir la felicidad.	Área de estudio: Familia, psicología sin vinculación a la organización o a la gestión de recursos humanos.
Contexto geográfico: Todo	Contexto geográfico: No hubo exclusión

La revisión de la literatura se inició en las bases de datos de publicaciones académicas, tales como Jstor, Ebsco, Dialnet, J-Gate y DOAJ (Directory of Open Access Journals). Esta búsqueda permitió conocer publicaciones fechadas entre 1984 y 2017, aunque los investigadores se concentraron en trabajos publicados a partir del 2010. Sin embargo, como se encontró que los cimientos del tema datan de años previos, esta información no podía ser excluida. El énfasis fue puesto en delimitar la literatura revisada a la felicidad relacionada con el aspecto organizacional, ya sea si el documento estudiara su efecto sobre el trabajo o si observara la generación de felicidad en el sitio de trabajo. Por tanto, se excluyeron aquellas publicaciones académicas que se centraban solamente en la felicidad personal, familiar o

grupal, con un enfoque psicológico o de sentimientos y alejándose del entorno profesional o empresarial, a excepción de las que proponían un instrumento para medir la variable. Los criterios de selección utilizados para la revisión de literatura se presentan en la Tabla 1.

Así, de los más de 150 documentos que las bases de datos arrojaron inicialmente sobre la palabra felicidad, en español y en inglés, solamente 60 tenían el enfoque organizacional requerido. De este total, no todos cumplían con la rigurosidad académica que se necesita para esta investigación, por lo que la cantidad se redujo a 51 documentos.

Una revisión inicial permitió agrupar los artículos y otros documentos encontrados según tres enfoques: (a) aquellos que definen el concepto de felicidad, dentro de los que hay un gran grupo que, además, explica la evolución que esta definición ha tenido a través del tiempo; (b) los que explican el desarrollo o la aplicación de instrumentos para medir la felicidad, en distintos lugares del mundo; y (c) aquellos que relacionan la felicidad con otras variables. En el Apéndice A se presenta un detalle de estos documentos agrupados por tema, indicando el año de publicación y el lugar donde se hizo la investigación, mientras que en la Figura 2 se muestra la cantidad de documentos por períodos quinquenales, lo que permite apreciar que la mayoría de investigaciones en torno a este tema se han desarrollado a partir del año 2000.

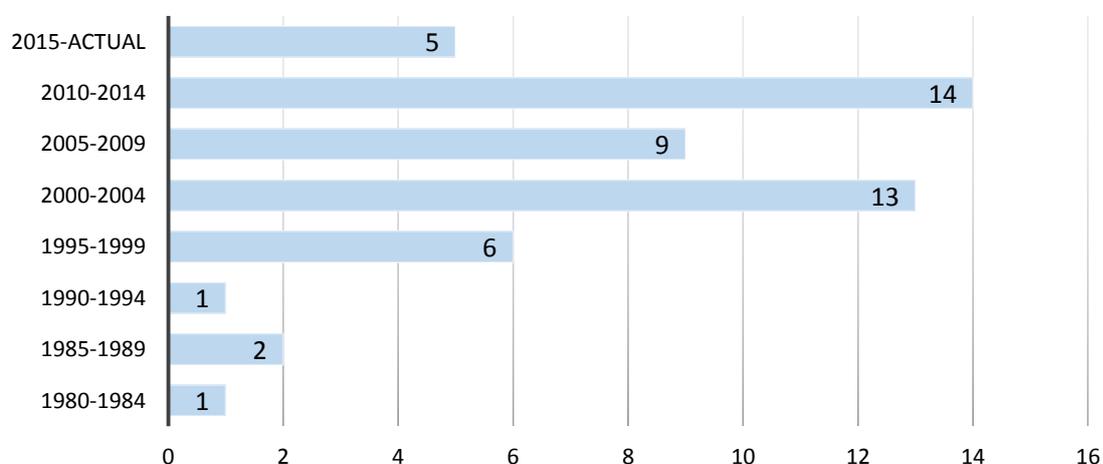


Figura 2. Literatura revisada por período quinquenal, en cantidad de documentos.

En total, se han incluido 51 documentos académicos y libros, de los cuales 28 fueron hechos en los Estados Unidos, 11 en América Latina, 10 en Europa, uno en Oceanía y uno en África (ver Figura 3). Dentro de los 11 latinoamericanos, dos fueron desarrollados en el Perú: *Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad*, de Alarcón (2006), y *Bienestar, gestión de recursos humanos y desarrollo social*, de Yamamoto (2013). Luego del análisis exhaustivo de todos los documentos, la revisión de la literatura se organiza en torno a los siguientes temas, como se presenta en el mapa de literatura (Figura 4): (a) definiciones de felicidad, (b) evolución en el estudio de la felicidad, (c) medición de la felicidad y (d) felicidad y otras variables.

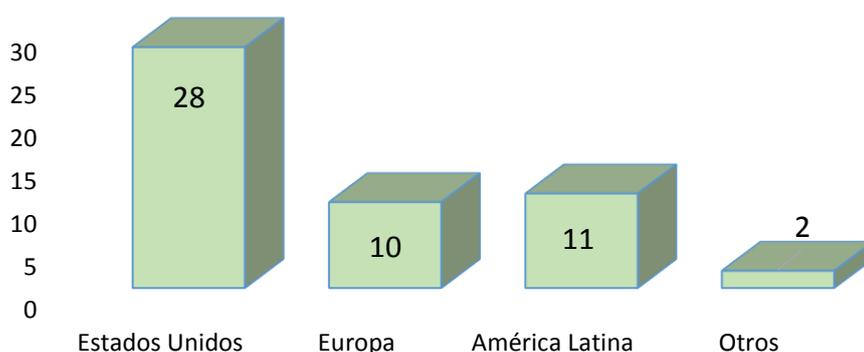


Figura 3. Origen de la literatura revisada, en cantidad de documentos.

2.1 Definiciones de Felicidad

Es común que en la literatura se utilice el término de felicidad como sinónimo de bienestar subjetivo, bienestar psicológico o satisfacción con la vida (Diener et al., 2003). El bienestar se refiere a una buena situación de salud o a una buena posición económica, pero esto no necesariamente implica que la persona sea feliz. En cambio, la felicidad se relaciona con un estado de ánimo, con un sentir de satisfacción o gusto (Alarcón, 2006). La felicidad es un estado que la persona siente cuando su vida es como ella lo desea; es un estado afectivo, y por ende, subjetivo, relacionado con cosas o hechos a las que se le asignan valor, variando de una persona a otra (Alarcón, 2006).

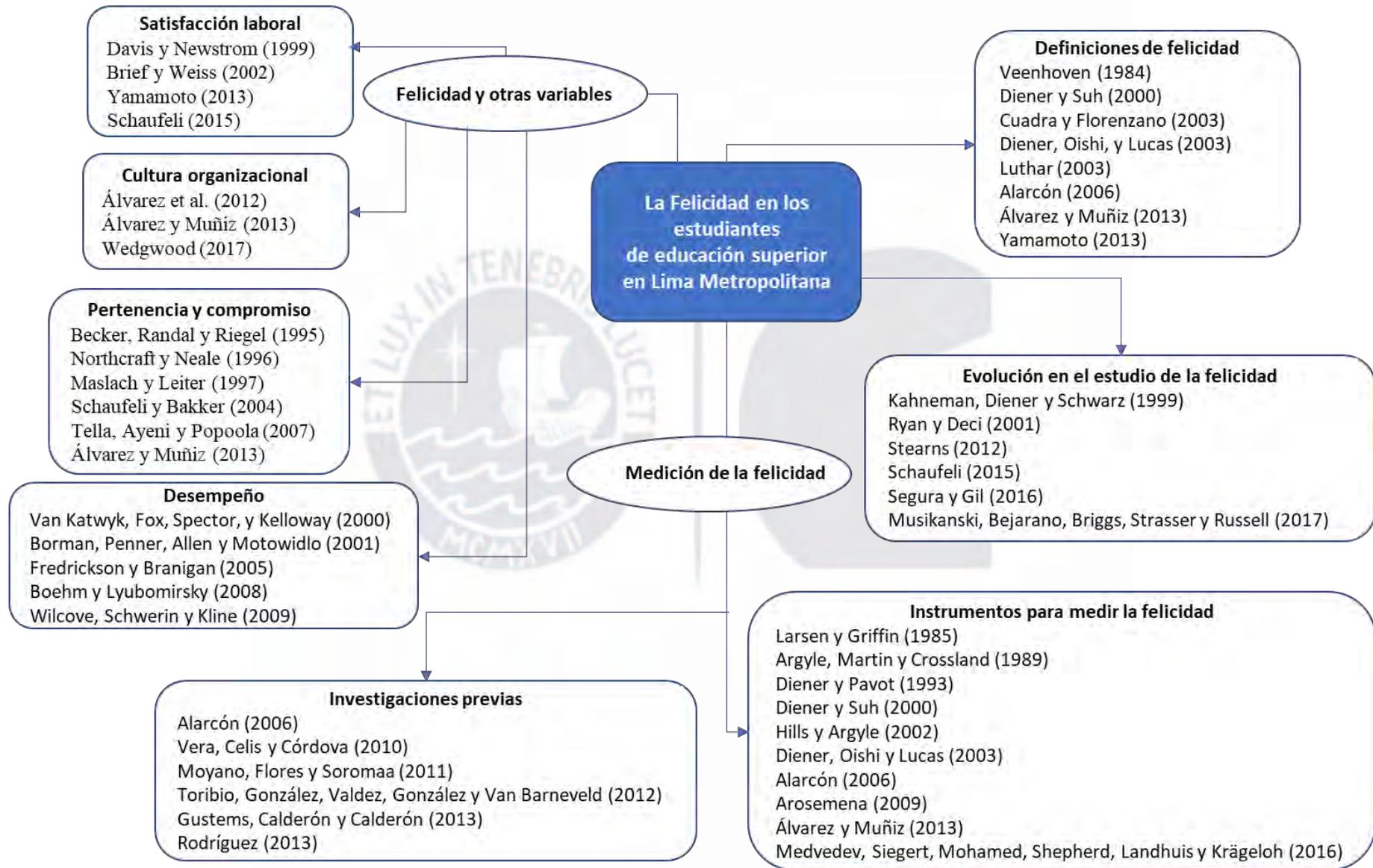


Figura 4. Mapa de la literatura.

Es claro que existe una relación directa entre bienestar y felicidad, donde el primer paso es identificar cuáles son las necesidades de una determinada persona, grupo o sociedad. Existen necesidades que son de carácter universal, pero hay otras que corresponden a cada cultura y varían entre los países. Luego, hay que analizar si las necesidades de una cultura se asocian efectivamente de forma positiva o negativa con la felicidad. Por lo tanto, los elementos que definen la felicidad varían de un sitio a otro, y no se deben extrapolar las necesidades o condiciones de otra cultura (Yamamoto, 2013).

La felicidad es un estado de satisfacción que es originado por un impacto exterior que influye directamente sobre las emociones, no es permanente y no tiene que serlo (Diener & Suh, 2000), aunque para Alarcón (2006) sí debe ser permanente. La felicidad tiene una dimensión básica general que es subjetiva y que a su vez tiene dos componentes: uno centrado en los aspectos afectivos y otro centrado en los aspectos cognitivos (Cuadra & Florenzano, 2003). Existen dos perspectivas sobre la felicidad: la primera es una negativa que mezcla la felicidad con el hedonismo, el individualismo que forma una sociedad de personas egoístas, aisladas; mientras que la segunda es la perspectiva positiva, donde la felicidad estimula la actividad, el esfuerzo y la atención, ya que considera que el potencial humano puede ser usado al máximo (Veenhoven, 1984).

Otra forma de entender a la felicidad es como el estado cognitivo emocional de plenitud vital duradera y consciente, con base en una evaluación subjetiva positiva del plano tanto físico y material como social y afectivo, psicológico y espiritual de la propia existencia. Sería, por tanto, un estado duradero, una manera de estar en la vida con carácter permanente, algo que, aunque pueda verse afectado por los vaivenes y avatares vitales, claro está, se manifiesta con la suficiente fortaleza como para no dejarse arrastrar por hechos más o menos traumáticos, todo lo cual se acerca estrechamente al concepto de resiliencia, definido, entre

otros, por Luthar (2003) como la adaptación positiva, a pesar de los problemas o adversidades que la vida presenta.

Sí se puede hablar de felicidad como un estado, como un estar en la vida, o incluso como una manera de ser (Álvarez & Muñiz, 2013). Además, queda en evidencia que la felicidad constituye hoy un problema de investigación científica con implicancias directas en la gestión del talento humano, donde la base debe ser definir las necesidades (Yamamoto, 2013). Específicamente para Lima Metropolitana, las necesidades de la población se agrupan en torno a cuatro pilares. Estos son los siguientes: (a) sentirse bien o estar satisfechos, donde los indicadores son la salud, el amar y ser amado, y la autoestima; (b) contar con un buen lugar para vivir, que sea seguro, bonito y limpio, sin delincuencia ni violencia; (c) estatus, que se relaciona con la posesión de bienes materiales y la buena apariencia física; y (d) familia o factor hogar, que se compone de las relaciones con familiares, de los enseres y de la vivienda en sí misma (Yamamoto, 2013). Por lo tanto, una escala de felicidad para Lima debe considerar estos elementos.

La Tabla 2 muestra las distintas definiciones de felicidad que otros autores han dado y que previamente se han presentado; las cuales datan de 1984 a 2013, mostrando 20 años de evolución en el tema de estudio. Si se revisa en detalle la columna de aspectos principales que se extrajeron de cada publicación académica, se logra construir la definición de felicidad que rige a la presente investigación: La felicidad es un estado de satisfacción con las condiciones de vida que la persona tiene, por lo que es una sensación subjetiva, de largo plazo, que surge de una evaluación consciente y aunque los factores externos pueden alterarla no la definen, ya que guarda estrecha relación con las características de la personalidad. Esta definición se ha construido a partir de lo expuesto por Florenzano (2003), Luthar (2003), Alarcón (2006) y Álvarez y Muñiz (2013).

Tabla 2

Definición de la Felicidad

Autor	Argumento	Aspectos principales
Veenhoven (1984)	Existen dos perspectivas sobre la felicidad, la primera es una negativa que mezcla la felicidad con el hedonismo, el individualismo o egoísmo. La segunda es la perspectiva positiva, donde la felicidad estimula la actividad, el esfuerzo y la atención, ya que considera que el potencial humano puede ser usado al máximo.	Puede ser vista como egoísmo o como uso del potencial humano
Diener y Suh (2000)	La felicidad es un estado de satisfacción que es originado por un impacto exterior que influye directamente sobre las emociones, no es permanente y no tiene que serlo.	Es originada por un impacto exterior. No es permanente
Cuadra y Florenzano (2003)	La felicidad es un estado subjetivo, relacionado con aspectos afectivos y cognitivos.	Es subjetiva
Diener et al. (2003)	El término felicidad se usa como sinónimo de bienestar subjetivo, bienestar psicológico o satisfacción con la vida. La cultura puede explicar diferencia en el nivel de felicidad de las personas, ya que modera algunas variables; pero la personalidad es lo que realmente explica lo feliz que una persona puede ser.	La personalidad determina la felicidad, que es un bienestar subjetivo, un estado de satisfacción
Luthar (2003)	La felicidad es la adaptación positiva, a pesar de los problemas o adversidades que la vida presenta.	Implica adaptarse a las situaciones del entorno
Alarcón (2006)	La felicidad significa sentirse libre de estados depresivos, presentando sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida en general, mostrando que las personas han alcanzado o están próximas a lo que perciben como un ideal para su vida, se sienten realizadas. Son autosuficientes y sienten tranquilidad porque su vida es como ellos la desean. Varía de una persona a otra.	Tener sentimientos positivos. Vivir de la manera deseada, siendo autosuficientes, lo que varía de persona en persona
Álvarez y Muñiz (2013)	La felicidad es el estado de plenitud vital, duradera y consciente, que surge de una evaluación subjetiva positiva del plano tanto físico y material como social, afectivo, psicológico y espiritual de la propia existencia.	Es duradera, consciente y subjetiva

2.2 Evolución del Estudio de la Felicidad

La felicidad aparece hoy en día como una necesidad universal e intemporal; sin embargo, esta tendencia no se encuentra presente en todas las culturas ni lo ha estado en toda la historia de Occidente. Durante el siglo XVIII, la religión y específicamente la protestante, promovía una conducta melancólica y un estilo de vida austero, contrario a lo que se entiende como felicidad. Luego, en el siglo XIX, la fuente de la felicidad estaba en el trabajo, y no es

sino hasta mediados del siglo XX que se conceptualiza a la felicidad como se entiende actualmente, es decir, relacionada con una sensación de satisfacción o plenitud personal, que combina factores internos y externos a la persona (Stearns, 2012).

Según un estudio de economía relacionado con la felicidad, denominado *círculo vicioso hedónico*, el dinero puede comprar la felicidad, pero no permite mantener a los individuos felices (Kahneman, Diener, & Schwarz, 1999). El compromiso laboral es también una clase de felicidad relacionada con el trabajo, que es un estado en el que las personas se sienten muy energizadas, están dedicadas a desarrollar con éxito sus tareas, y también se sienten involucradas con el resultado de su trabajo (Schaufeli, 2015). Esta teoría del compromiso laboral indica que el profesional es feliz cuando el trabajo que realiza se muestra como un reto profesional; así mismo, destaca la capacidad de esfuerzo y concentración que representa, pero que finalmente logrará hacerlo feliz. Sin embargo, existe una brecha muy importante respecto a la felicidad laboral cuando el empleado muestra algún tipo de prioridad personal por encima de la satisfacción laboral, es decir, cuando hay una necesidad económica muy grande (Schaufeli, 2015).

Según la institución Great Place to Work (2017), las mejores empresas para trabajar en Latinoamérica por su buen clima organizacional son las siguientes: (a) Elektro (manufactura y producción, distribución de energía), (b) SAMA S.A. (minas y canteras), (c) Laboratorio Sabin (salud), (d) Transbank (servicios financieros y seguros), (e) Gazin (comercio/retail), (f) Magazine Luiza (comercio/retail), (g) Interbank (servicios financieros y seguros, servicios bancarios y crediticios), (h) Banco Estado Microempresas (servicios financieros y seguros), (i) Coosalud E.S.S. E.P.S.S. (salud), (j) Cineplanet (hospitalidad), y (k) Supermercados Peruanos (comercio/retail, alimentos/mercados).

Segura y Gil (2016) investigaron acerca de las diferencias intergeneracionales en satisfacción y felicidad percibidas, relacionadas con la prosperidad material. En dicho estudio

exploraron cuatro generaciones, dando como resultado una cierta relación entre la edad y la felicidad informada; ya que a mayor edad usualmente el nivel de felicidad es más elevado, hasta que se alcanza la tercera edad y empieza a revertirse. Los resultados también arrojaron que no existe una relación entre el nacer dentro del período de mayor prosperidad material y la felicidad expresada. Incluso, sus resultados son coherentes con las conclusiones de Ryan y Deci (2001), que evidencian la percepción de escapar de la pobreza y percibir el desarrollo como directamente asociada con mayores niveles de felicidad, percepción que no tienen las generaciones más jóvenes.

Por otro lado, Musikanki et al. (2017) propusieron un método estandarizado para medir la felicidad, en el cual incluían no solo aspectos demográficos, sino también geográficos, así como el factor tiempo. Sus resultados revelaron que cada factor o elemento va marcando un camino, el cual conduce a la satisfacción plena que se entiende como la felicidad. Con el pasar de los años, esta situación reveló que los determinantes y moderadores de la felicidad eran complejos y no elementos aislados.

En la Tabla 3 se presenta la evolución que a través del tiempo ha tenido el concepto de felicidad, referenciando a autores que previamente han sido introducidos en la revisión de literatura. Fue en el siglo XIX cuando por primera vez se entendió que la felicidad era parte natural del ser humano y en el siglo XX se reconoció la importancia de buscar la felicidad propia, entendiéndose que había que realizar acciones o esfuerzos para alcanzar ese estado. Mientras que a lo largo del siglo XXI, los autores identificaron diversas variables moderadoras como la cultura, la edad y la situación económica, siendo la primera la más estudiada y sobre la cual se ha concluido que si tiene un efecto directo sobre el nivel de felicidad. Otro aspecto importante fue que a partir del siglo XIX se inició la publicación de conclusiones, sobre la base de investigaciones científicas, que promueven la felicidad de los trabajadores como parte de la gestión del talento humano (Yamamoto, 2013).

Tabla 3

Evolución del Concepto de Felicidad

Autor	Argumento	Aspectos principales
Kahneman et al. (1999)	El dinero puede comprar la felicidad, pero no permite mantener a los individuos felices.	El factor económico es determinante en la felicidad.
Ryan y Deci (2001)	Con la edad cambia la percepción de la felicidad y los factores que la generan.	Se incorpora a la edad como factor moderador.
Diener et al. (2003)	La cultura puede explicar diferencia en el nivel de felicidad de las personas, ya que modera algunas variables; pero la personalidad es lo que realmente explica lo feliz que una persona puede ser.	La cultura es también un factor moderador.
Moyano et al. (2011)	El estudio de la felicidad viene de la antigüedad, pero es en el siglo XXI que se ha hecho con rigurosidad científica, haciendo mediciones en organizaciones.	Fue en el siglo XXI que se inició el estudio de la felicidad de manera científica.
Stearns (2012)	En el siglo XVIII se promovía una conducta melancólica; luego en el XIX el enfoque estaba en el trabajo que debía ser la fuente de felicidad. Para el siglo XX se conceptualizó la felicidad como se entiende hoy. La felicidad parece una necesidad universal e intemporal, pero esto no es propio de todas las culturas.	Fue en el siglo XX cuando las personas empezaron a buscar la felicidad como se entiende hoy. Confirma que la cultura es un factor moderador.
Yamamoto (2013)	Los elementos que definen la felicidad varían de un sitio a otro, y no se deben extrapolar las necesidades o condiciones de otra cultura. Por lo tanto, hay que identificar las necesidades de los individuos que serán la base para promover la felicidad que es parte de la gestión del talento humano.	Confirma que la cultura es un factor moderador. Promover la felicidad es parte de la gestión del recurso humano.
Schaufeli (2015)	El compromiso laboral es un tipo de felicidad en el que las personas se sienten energizadas e involucradas.	Hay una relación clara entre felicidad y comportamiento en el trabajo.
Segura y Gil (2016)	Hay una relación entre la edad de la persona y el nivel de felicidad que experimenta.	Confirma la edad como factor moderador.
Musikanski et al. (2017)	La felicidad depende de aspectos demográficos, geográficos y de tiempo.	Confirma que los factores demográficos, la edad y el momento que se vive en la historia son factores moderadores.

2.3 Medición de la Felicidad

La medición de la felicidad se ha dividido en dos partes: en primer lugar, se presentan los instrumentos que se han creado; y en segundo lugar, se detallan las investigaciones donde estos instrumentos han sido utilizados. Al final del acápite se presenta la Tabla 4, en la cual se resumen estos instrumentos y cuáles son las investigaciones donde han sido empleados.

2.3.1 Instrumentos para medir la felicidad

La investigación de la felicidad o bienestar subjetivo, conocida en inglés como *subjective well-being*, se ha venido incrementado desde finales del siglo XX, hasta convertirse en el tema más investigado por la Psicología Positiva (Alarcón, 2006). Una de las primeras escalas que surgió fue la Satisfaction With Life Scale (SWLS), propuesta por Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), la cual posteriormente fue revisada por Diener y Pavot (1993), proponiendo preguntas relacionadas tanto con el pasado como con el presente de la persona que toma la prueba. Según Alarcón (2006), son dos las pruebas iniciales que están entre las más conocidas y acreditadas: (a) el Oxford Happiness Inventory (OHI), de Argyle, Martin y Crossland (1989); y (b) el Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), de Hills y Argyle (2002), que es una escala alternativa del OHI con otro formato y sistema de calificación.

El Oxford Happiness Inventory (OHI) contiene 29 ítems, cada uno acompañado por cuatro declaraciones que representan opciones de respuesta. Es un método parametrizado para medir la felicidad, que permite hacer comparaciones válidas y confiables (Argyle et al., 1989). Para Medvedev et al. (2016), su debilidad radica en que usa una escala ordinal y por ello no permite discriminar con precisión entre los niveles de felicidad individuales. Pero esto se puede solucionar, mejorando la precisión del instrumento, a través de la eliminación de los ítems que muestren menor confiabilidad, adoptando la medición de intervalos.

Luego, surgió el Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), de Hills y Argyle (2002), que es una adaptación del OHI y se ha utilizado ampliamente. El OHQ incluye elementos similares a los del OHI, cada uno presentado como una sola afirmación que se responde usando la escala Likert. Es un instrumento compacto y fácil de administrar que ha mostrado tener más confiabilidad que el OHI en lo que se refiere a la relación entre características de la personalidad y felicidad. En el Apéndice B se presenta este cuestionario, en el cual se

observan preguntas relacionadas con el logro de metas, la satisfacción y la risa, entre otros aspectos.

La metodología del índice de la felicidad plantea el empleo de un cuestionario que identifica desigualdades para hallar el nivel de felicidad de las personas. Estas desigualdades son variadas, pudiendo estar relacionadas con el nivel de ingresos o a la percepción de cómo lo gobiernan o gerencian. El paradigma de la felicidad empleado en este caso presenta dimensiones asociadas al bienestar del ser humano y a la alianza entre la felicidad y las organizaciones orientadas a mejorar el bienestar de la sociedad. Emplean dimensiones que se identifican con los siguientes conceptos: (a) autoestima, (b) amor hacia los demás, (c) plenitud presente, (d) creatividad, (e) actitud positiva, (f) desprendimiento, (g) espiritualidad, (h) reconocimiento, e (i) trascendencia. Es un instrumento que integra la felicidad, el bienestar y los aspectos de la sostenibilidad y la resiliencia. Este instrumento se puede usar para medir la satisfacción con la vida y las condiciones de la vida. También se puede usar para definir la desigualdad de ingresos, la confianza en el gobierno, el sentido de comunidad y otros aspectos del bienestar dentro de la demografía específica de una población (Musikanski et al., 2017).

La metodología del índice de la felicidad, que se ha explicado en el párrafo anterior, se basó en la felicidad nacional bruta (FNB), que es un indicador desarrollado por el Reino de Bután. Surgió como respuesta a las presiones para usar el producto bruto interno (PBI) como el objetivo principal para medir el desarrollo. Incluye aspectos como bienestar psicológico, salud, equilibrio de tiempo, comunidad, apoyo social, educación, arte y cultura, medioambiente, gobernanza, bienestar material y trabajo (Arosemena, 2009).

También, es muy conocida la herramienta denominada *subjective well-being* (SWB) o bienestar subjetivo, con la cual se evalúan aspectos cognitivos y emocionales de la vida de las personas. Se miden temas como la felicidad, la paz, el sentimiento de plenitud y la satisfacción con la vida; por lo que aspectos de la personalidad se consideran muy

importantes, incluyendo la autoestima y la extroversión. Los resultados en el uso de esta metodología de medición de la felicidad indican que la cultura puede explicar diferencias, ya que modera algunas variables; pero es la personalidad la que más explica los resultados (Diener et al., 2003). Con esta herramienta se mide la calidad de vida de las sociedades, junto con indicadores económicos y sociales, a partir de cómo las personas se sienten con respecto a sus propias vidas, ya que recoge la opinión directa de las personas y no de expertos o líderes (Diener & Suh, 2000).

Más recientemente, Álvarez y Muñiz (2013) diseñaron la Escalera de la Felicidad de Siete Escalones (7SHS, por sus siglas en inglés), que se fundamenta en siete factores que incluyen la definición de felicidad desde la perspectiva de estos dos autores. Esta escala recoge la teoría de Maslow, es decir, un concepto piramidal de las necesidades, donde las personas van atendiendo distintas etapas de su satisfacción vital. Además, se contempla la idea de que no existe felicidad si no hay acción, por lo que se entiende que es el propio individuo quien busca y persigue su felicidad a través de un trabajo mental y físico. Los siete escalones de este instrumento se presentan en la Figura 5.



Figura 5. Configuración de la escala de felicidad de siete escalones. Tomado de “Felicidad y desarrollo de la cultura en las organizaciones, un enfoque psicosocial,” por A. Álvarez y J. Muñiz, 2013, *Revista de Comunicación*, (12), p. 16.

Para Alarcón (2006), las diversas pruebas psicológicas pierden sus propiedades psicométricas cuando son utilizadas en culturas distintas a las del sitio donde fueron creadas, por lo que se requiere una reevaluación de las construcciones teóricas para adecuarlas a cada país. La escala de la felicidad que Alarcón (2006) desarrolló para Perú se presenta en el Apéndice C e inicialmente estaba integrada por 52 ítems, que fueron evaluados por cinco expertos y luego probados en una muestra de 80 estudiantes, para quedarse con 30 ítems. La escala de evaluación es de tipo Likert, con las siguientes cinco alternativas de respuesta a cada punto: (a) totalmente de acuerdo, (b) de acuerdo, (c) ni de acuerdo ni desacuerdo, (d) en desacuerdo, y (e) totalmente en desacuerdo. Al extremo positivo se le otorgó cinco puntos y al extremo negativo un punto, con el afán de poder cuantificar los resultados y hacer pruebas estadísticas. Estos datos se complementaron con información de cada encuestado, que incluía edad, género, carrera que cursaba, ciclo y universidad.

Para generar una escala de la felicidad que tuviese consistencia interna, Alarcón (2006) realizó la prueba del coeficiente Alfa de Cronbach, primero de forma sucesiva para cada ítem, y luego eliminando a los que tenían una correlación baja, lo que lo llevó a eliminar tres puntos, dejando finalmente a la escala con 27 enunciados. Así, se garantizó que el cuestionario estaba compuesto por ítems que sí forman parte de un mismo constructo o variable: la felicidad.

En la Tabla 4 se presenta un resumen de los instrumentos que otros investigadores han utilizado para medir la felicidad, haciendo énfasis en las ventajas y desventajas que poseen, desde el enfoque de la presente investigación. Se observa que hay instrumentos ampliamente utilizados a lo largo de los años, como por ejemplo la Escala de la Felicidad Subjetiva o el Oxford Happiness Questionnaire; los cuales se crearon en inglés y para culturas diferentes. De este análisis se desprende que el instrumento denominado Escala de la Felicidad (Alarcón, 2006), que fue creado para el contexto de la cultura peruana y, específicamente, para ser aplicado a estudiantes de educación superior, es el más conveniente para este estudio.

Tabla 4

Instrumentos para Medir la Felicidad

Autor	Argumento	Características del instrumento	Investigaciones donde se utilizó	Ventajas	Desventajas
Diener et al. (1985)	Propusieron la escala denominada <i>Satisfaction With Life Scale</i> (SWLS)	Son cinco enunciados y la escala de respuesta es del 1 al 7	Diener y Pavot (1993) la modificaron proponiendo preguntas relacionadas tanto con el pasado como con el presente de la persona	Mide pasado y presente	Aunque se utilizan como sinónimos, la satisfacción con la vida no es lo mismo que la felicidad
Argyle et al. (1989)	Construyeron el Oxford Happiness Inventory (OHI)	Cuestionario estandarizado con 29 ítems y cada uno tiene cuatro declaraciones que son opciones de respuesta		Ha sido la base de todos los modelos que posteriormente se han generado	Creado en inglés, para un contexto cultural diferente al peruano
Lyubomirsky y Lepper (1999)	Crearon la Escala de la Felicidad Subjetiva	Cuestionario de solo cuatro ítems y las respuestas van en una escala de 1 a 7	Fue probada en 14 estudios, con un total de 2,732 participantes desarrollados por Lyubomirsky y Lepper (1999). La escala tenía alta confiabilidad y alta correlación interna de todos los ítems, probando que sí medía el constructo felicidad	Probada en 14 estudios, mostrando alto nivel de confiabilidad	Creada en inglés, para un contexto cultural diferente al peruano
Hills y Argyle (2002)	Modificaron el OHI, para crear el Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), el cual es compacto y fácil de administrar, mostrando ser confiable y permite concluir sobre la relación entre características de la personalidad y felicidad	Cuestionario estandarizado con 29 ítems, que se responden en una escala de 1 a 6 (totalmente en desacuerdo a totalmente de acuerdo)		Validez y confiabilidad, probado por diversos autores, tanto el OHI como esta versión modificada	Creado en inglés, para un contexto cultural diferente al peruano
Musikanski et al. (2016)	Crearon el Índice de Felicidad, que tiene como base la Felicidad Nacional Bruta (FNB)	Cuestionario con 15 ítems que se evalúan en una escala de 1 al 10 (lo peor que podría pasarme en la vida a lo mejor que podría pasarme en la vida)		Estandarizado, fácil de utilizar	Enfoque a nivel país, consiste en un índice estandarizado para comparar varias naciones
Diener et al. (2003)	Desarrollaron el <i>Subjective Well-Being</i> (SWB) que mide la relación entre el bienestar personal y la felicidad, así como entre características de la personalidad y felicidad	Tres dimensiones y un total de 12 ítems	Van Horn, Taris, Schaufeli y Schreurs (2004), lo utilizaron en una población de maestros daneses, probando su validez y obteniendo resultados confiables	Sencillo al contar solamente con 12 ítems	Enfoque en el ámbito político, es decir, felicidad de las personas con su Gobierno. Deja de lado otros aspectos importantes
Alarcón (2006)	Creó la Escala de la Felicidad adaptada al Perú	Cuestionario estandarizado de 27 ítems que muestran validez y confiabilidad que se responden con la escala de Likert	Validación de la escala de felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos (Toribio, González, Valdez, González, & Van Barneveld, 2012). La validez la midieron con la prueba Varimax mientras que Alarcón (2006) lo hizo con el Alfa de Cronbach y ambos tuvieron resultados favorables	Diseñado en el contexto de la cultura peruana y específicamente para estudiantes de educación superior. Ha sido usado en dos investigaciones, con alto nivel de confiabilidad	Usado solamente en el contexto latinoamericano

2.3.2 Investigaciones previas

En el año 2010, Vera, Celis y Córdova (2010) publicaron el estudio titulado *Evaluación de la felicidad: Análisis psicométrico de la escala de felicidad subjetiva en población chilena*, cuyo objetivo fue evaluar las propiedades psicométricas de la escala de felicidad subjetiva. En este estudio participaron 300 personas de la población general en una primera oportunidad, en el que se estimó la confiabilidad (consistencia interna y estabilidad temporal) y validez de constructo de la escala. Luego, en una segunda oportunidad, participaron 779 personas, obteniendo indicadores definitivos de confiabilidad y validez en muestras con rangos etarios diversos. Además, se evaluó la validez convergente y divergente con los siguientes instrumentos: (a) Inventario de Depresión de Beck (BDI), (b) Cuestionario de los Cinco Grandes (BFI), y (c) Cuestionario de Optimismo Disposicional (LOT-R). Los investigadores encontraron que las pruebas tienen validez y se pueden aplicar tanto a la población general, como agrupada por grupos etarios.

También en Chile, Moyano et al. (2011) desarrollaron la investigación titulada *Fiabilidad y validez de constructo del test Munsh para medir felicidad, en población de adultos mayores chilenos*, con el objeto de investigar, adaptar y validar la escala de felicidad de la Universidad Memorial de Terranova o Memorial University of Newfoundland (MUNSH). Al respecto, emplearon conceptos como la felicidad y bienestar subjetivo, bienestar psicológico, y satisfacción vital, además de las perspectivas de la hedónica y la eudaimónica. Se concluyó que la escala sí era adaptable y sí podía ser utilizada en la población seleccionada.

Con el artículo titulado *Validación de la escala de felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos*, Toribio et al. (2012) obtuvieron indicadores de validez de la Escala de Felicidad de Alarcón (2006), para adolescentes mexicanos. Aplicaron el instrumento a una muestra de 405 estudiantes de preparatoria, entre mujeres y hombres, con edades comprendidas

entre los 14 y 19 años. Este estudio planteó una correlación ítem-escala, estando compuesto por 27 ítems de tipo Likert, con cinco alternativas de respuesta. La validez se estableció por análisis factorial exploratorio, usando el método de componentes principales y rotación ortogonal de tipo Varimax, previo al cálculo de la prueba de Kaiser-Meyer.

En Colombia, Rodríguez (2013) presentó la investigación titulada *Técnicas de medición de la felicidad y su relación entre la productividad y calidad de vida de los empleados en las organizaciones actuales*. Este estudio parte del supuesto de que las empresas buscan estrategias que les permitan incrementar la productividad y la satisfacción de sus empleados, teniendo en cuenta que medir dicha relación era un reto. Además, la autora precisó que las organizaciones son conscientes de que su rentabilidad depende de muchos otros factores, adicionales a las características del producto o a las estrategias de marketing, como es el nivel de felicidad de sus empleados y la relación que esta variable tiene con la productividad.

Directamente sobre estudiantes universitarios, Gustems et al. (2013) realizaron la investigación titulada *Bienestar en universitarios: De las perspectivas teóricas a un estudio exploratorio*. La investigación se desarrolló sobre los elementos del carácter y bienestar de un grupo de estudiantes de la carrera educación; con un enfoque cuantitativo ya que hicieron cálculos estadísticos, tanto descriptivos como correlacionales. Dentro del carácter, midieron seis dimensiones o virtudes, usando la encuesta VIA Inventario de fortalezas: (a) la sabiduría, (b) el coraje, (c) la humanidad, (d) la justicia, (e) la templanza, y (f) la trascendencia. El bienestar psicológico, en tanto, se midió mediante el *Brief Symptom Inventory*, que tiene 53 ítems. Estos autores concluyeron que los estudiantes tienen elevadas puntuaciones en las dimensiones de justicia, humanidad y coraje, con fortalezas como bondad, igualdad y honestidad. Existe una alta correlación entre la presencia de estas dimensiones y fortalezas, y los sentimientos positivos como la apertura de mente y el sentido de propósito. En la medida en que las relaciones interpersonales sean buenas, mayor será la sensación de bienestar.

De las investigaciones previas, la que más guarda relación con el presente estudio es la de Alarcón (2006), *Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad*. Este autor elaboró y validó una escala para medir la felicidad, así como aspectos de la personalidad, compuesta por 52 ítems, los cuales probó que sí pertenecen a un mismo constructo. El estudio consideró a 709 estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, hombres y mujeres, con edades entre 20 y 30 años. Además, concluyó que existe una correlación significativa y positiva entre la extraversión, que es una característica de la personalidad, y la felicidad; mientras que la correlación es negativa con el neuroticismo, así como con los afectos negativos. Los detalles de esta escala desarrollada por Alarcón se presentan más adelante, en el acápite relacionado con las metodologías para medir la felicidad.

2.4 Felicidad y Otras Variables

Al revisar la literatura, se encontró que se han establecido vínculos entre la felicidad y las siguientes variables: (a) satisfacción laboral, (b) cultura organizacional, (c) pertenencia y compromiso, y (d) desempeño. A continuación, se desarrolla cada uno de estos temas, enfocados en su relación con la felicidad, y al culminar, en la Tabla 5 se hace un resumen. Sin embargo, es importante mencionar que para Yamamoto (2013) la satisfacción con la vida se relaciona con muchos factores ajenos al aspecto laboral, como, por ejemplo, la familia o la salud.

2.4.1 La satisfacción laboral

De acuerdo con Yamamoto (2013), “si se vive para trabajar, entonces, aumentar la satisfacción con el trabajo mejoraría el bienestar y el desempeño; en cambio, si se trabaja para vivir, aumentar la satisfacción con la vida mejoraría el bienestar y el desempeño” (p. 18). En la práctica, con la expectativa de mejorar el rendimiento, se suele evaluar la satisfacción y el clima laboral. Si se trabaja para vivir, el camino es centrar la gestión en el impacto que el trabajo tiene en la sensación de encontrarse satisfecho con la vida.

La felicidad de los colaboradores en las organizaciones está relacionada con los factores de bienestar, trabajo y rendimiento (Yamamoto, 2013). En tal sentido, la satisfacción laboral debe ser la principal preocupación del área de gestión de recursos humanos; por lo que se invierten recursos para medir el nivel de satisfacción. Sobre la base de los resultados, se diseñan planes de acción y se implementan programas con la finalidad de aumentar la satisfacción laboral.

La satisfacción laboral se relaciona directamente con las demandas y recursos que tiene el trabajo, lo cual tiene implicaciones en el nivel de compromiso que el trabajador desarrolla hacia la organización. Para que una persona se sienta satisfecha tiene que haberse acoplado al medioambiente y sentirse cómoda con los modelos de interrelaciones o intercambio social que prevalecen en la organización. Las personas deben ver que sus esfuerzos se cristalizan en resultados y obtienen recompensas que los llevan a sentirse satisfechos. Esto es comprensible porque los individuos invierten gran cantidad de energía, de tiempo y de dedicación en sus trabajos, y a cambio, requieren autonomía, retroalimentación y reconocimiento. Entonces, cuando hay un equilibrio entre la inversión y la recompensa, se genera la satisfacción (Schaufeli, 2015).

Para Schaufeli (2015), la satisfacción laboral, así como la felicidad, surge de un modelo de intercambio social en el que se busca un balance o equilibrio entre cada persona y el medioambiente o entorno. Cada persona tiene distintas formas de adaptarse, en función de sus propias necesidades o habilidades (Yamamoto, 2013). Esto encaja con la definición de satisfacción laboral que Davis y Newstrom (1999) dieron, siendo un conjunto de emociones y de sentimientos, que se pueden calificar de favorables. Asimismo, se puede definir como una combinación entre lo que influye en los sentimientos y en la cognición dentro del entorno laboral (Brief & Weiss, 2002).

Tabla 5

Relación entre la Felicidad y otras Variables

Tema	Autor	Argumento
Pertenencia y compromiso	Becker et al. (1995)	El compromiso organizacional se relaciona con: (a) deseo de permanecer como miembro de una organización, (b) disposición para esforzarse en beneficio de la organización, y (c) aceptación y creencia en los valores y metas de la organización. El empleado comprometido comparte los valores y se esfuerza por lograr las metas organizacionales.
	Northcraft y Neale (1996)	El compromiso es una actitud que refleja la lealtad del empleado hacia la organización y hacia cualquier proyecto que se emprenda. Depende de muchos factores, tanto internos como externos a la organización.
	Maslach y Leiter (1997)	Los empleados comprometidos saben manejar las demandas sin sentirse sobrecargados, dando muestras de eficacia, de altos niveles de energía y de involucramiento.
	Schaufeli y Bakker (2004)	Cuando existe compromiso, las personas manejan apropiadamente las demandas de sus cargos.
	Tella et al. (2007)	La satisfacción laboral define el nivel de compromiso con la organización.
Satisfacción laboral	Davis y Newstrom (1999)	La satisfacción laboral es un conjunto de emociones y de sentimientos que se pueden calificar de favorables.
	Brief y Weiss (2002)	La satisfacción laboral influye en los sentimientos de la persona y en sus acciones.
	Yamamoto (2013)	Los elementos que definen la felicidad varían de un sitio a otro, y hay que identificarlos, ya que la promoción de la felicidad es parte de la gestión del talento humano.
Desempeño	Van Katwyk et al. (2000)	Las personas felices suelen mostrar un mayor nivel de autonomía en sus puestos de trabajo, lo que lleva a que controlen de mejor manera los factores externos o ambientales, teniendo mayor influencia en los resultados.
	Borman et al. (2001)	Las personas felices colaboran con el equipo de trabajo y realizan tareas adicionales a las de su cargo.
	Fredrickson y Branigan (2005)	Hay una correlación positiva entre la creatividad y la felicidad.
	Boehm y Lyubomirsky (2008)	La gente feliz suele tener un mejor desempeño, llegando a ganar más dinero y estableciendo mejores relaciones en los sitios de trabajo.
	Wilcove et al. (2009)	Existe relación entre la satisfacción con la vida y el desempeño o rendimiento.
Cultura organizacional	Álvarez y Muñiz (2013)	Como hay una relación directa entre la cultura organizacional y la felicidad, las organizaciones deben estar orientadas a las personas.
	Wedgwood (2017)	Una cultura organizacional fuerte garantiza que todos trabajen de manera alineada, lo que es percibido por los clientes. Si bien se promueve un sentimiento de comunidad, es importante dar atención a cada individuo, empoderándolos.

2.4.2 Cultura organizacional

Álvarez y Muñiz (2013) sostuvieron que hay una relación directa entre la cultura organizacional y la felicidad de las personas que integran dicha organización. Esto se debe a que, a mayor impregnación de la cultura, mayor será el nivel de pertenencia y de felicidad. Se entiende por cultura organizacional a la interrelación existente y la apropiación de su filosofía, logrando satisfacción, a través de un liderazgo efectivo. La filosofía, así, es el conjunto de rasgos que definen la identidad corporativa, incluyendo la visión, los valores y todas las actividades (Álvarez & Muñiz 2013).

Los valores compartidos influyen en las personas que forman parte de una organización y regulan su comportamiento, por lo que cada organización crea y desarrolla su propia cultura. Esto proporcionará límites para garantizar que todos actúen de una manera que refleje los valores corporativos, siendo vital que cada individuo comprenda esta cultura, ya que eso es necesario para tener éxito. Una cultura organizacional fuerte garantiza que todos trabajen de manera alineada, lo cual impactará positivamente en todas las áreas del negocio, siendo percibido por los clientes. Si bien se promueve un sentimiento de comunidad, es importante dar atención a cada individuo, fomentando el empoderamiento y permitiéndoles desarrollarse plenamente (Wedgwood, 2017).

2.4.3 Pertenencia y compromiso

La pertenencia surge de la adaptación, así como de un aumento en el nivel de fidelidad y compromiso hacia la organización. Los clientes internos perciben los valores organizacionales y cuando los toman como propios, lo mismo que con la visión y la misión, pasan a ser parte de la organización, generando alto nivel de compromiso. En cambio, la lealtad es un contrato moral tácito (Álvarez & Muñiz, 2013).

Se entiende por compromiso con el trabajo a la conexión positiva que generan los individuos con las tareas o actividades propias de su puesto de trabajo, las cuales les permiten

reflejar las características de su personalidad. Cuando existe compromiso, las personas logran manejar apropiadamente las demandas de sus cargos (Schaufeli & Bakker, 2004). Esta actitud está relacionada con el manejo de las demandas sin sentirse saturado o sobrecargado, por lo que no hay muestras de cansancio, sino que, por el contrario, hay muestras de eficacia, de altos niveles de energía y de involucramiento (Maslach & Leiter, 1997).

Hay una amplia variedad de definiciones para el compromiso organizacional, que se puede acotar en torno a tres dimensiones: (a) un fuerte deseo de permanecer como miembro de una organización en particular, (b) una disposición para esforzarse arduamente en beneficio de la organización, y (c) una fuerte aceptación y creencia en los valores y metas de la organización (Becker, Randal, & Riegel, 1995). Entonces, un empleado comprometido comparte los valores, se esfuerza en conseguir las metas y tiene la expectativa de permanecer en la empresa por un largo período de tiempo.

El compromiso es una actitud que refleja la lealtad del empleado hacia la organización y hacia cualquier proyecto que se emprenda. El compromiso es un comportamiento permanente de apoyo hacia las actividades que conducirán al éxito y al bienestar de la organización y sus miembros. Son muchos los factores que influyen en este compromiso, como, por ejemplo, el diseño de los puestos, el estilo del líder, los canales de comunicación existentes, la disposición de cada empleado, los valores, y los mecanismos de control, entre muchos otros factores internos y externos a la empresa (Northcraft & Neale, 1996). Dentro de los factores que definen el compromiso con la organización se incluye la satisfacción con el trabajo (Tella et al., 2007).

2.4.4 Desempeño

Numerosos estudios sugieren que existe una buena relación entre la satisfacción con la vida y el desempeño o rendimiento (Wilcove et al., 2009). Al respecto, Boehm y Lyubomirsky (2008) encontraron que la gente más feliz es la que suele mostrar un mejor

desempeño y por lo tanto llegan a ganar más dinero, contribuyendo a crear mejores relaciones en los sitios de trabajo. Este éxito se debe principalmente a que las personas felices suelen mostrar un mayor nivel de autonomía en sus puestos de trabajo, lo que lleva a que controlen de mejor manera los factores externos o ambientales y, por ende, tienen mayor influencia o control de los resultados (Van Katwyk, Fox, Spector, & Kelloway, 2000).

Las personas felices muestran conductas de respeto, cortesía y altruismo, siendo colaboradoras con el equipo de trabajo, y además se ofrecen para realizar tareas adicionales a la descripción de su cargo; por lo que destacan en sus centros de labores (Borman, Penner, Allen, & Motowidlo, 2001). Así mismo, Fredrickson y Branigan (2005) encontraron que hay una correlación positiva entre la creatividad y la felicidad, por lo que las personas felices destacan en trabajos donde se requiere que sean creativos, además de que son sociables y tienen altos niveles de energía, ideal para afrontar nuevos retos.

2.5 Resumen

El término felicidad se ha usado comúnmente como sinónimo de bienestar subjetivo, bienestar psicológico o satisfacción con la vida; de acuerdo con la literatura revisada, aunque no son lo mismo, sí se encuentran relacionados. Felicidad es un estado afectivo y subjetivo, pero además perdurable, que implica una sensación positiva con respecto a la manera cómo la vida de la persona se desarrolla. Entonces, la felicidad implica la satisfacción de las necesidades, que si bien unas son básicas a todos los seres humanos, hay otro conjunto que se atribuyen a la cultura y a factores sociales.

En cuanto a los instrumentos para medir la felicidad, se identificaron los siguientes: (a) Satisfaction with Life Scale (SWLS), creado por Diener et al. (1985); (b) Oxford Happiness Inventory (OHI), desarrollado por Argyle et al. (1989); (c) Escala de la Felicidad Subjetiva, por Lyubomirsky y Lepper (1999); (d) Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), que se basa en el OHI y fue creado por Hills y Argyle (2002); (e) Subjective Well Being

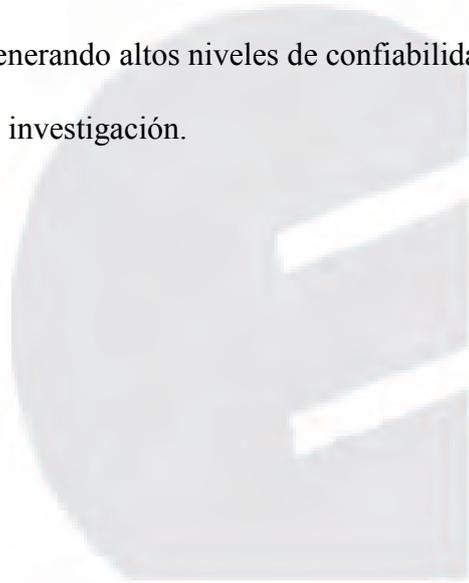
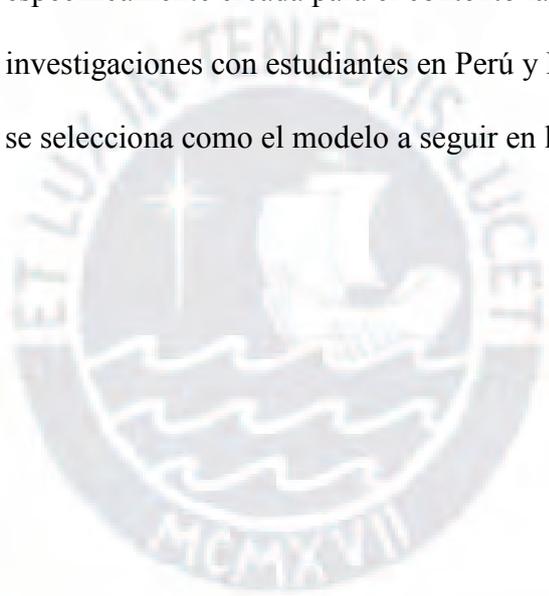
(SWB), propuesto por Diener et al. (2003); (f) Escala de la Felicidad para Perú, que es una adaptación de la escala original y fue realizada por Alarcón (2006); y (g) Índice de Felicidad, planteado por Musikanski et al. (2017). Ante esta variedad de instrumentos, luego de un análisis de ventajas y desventajas, se seleccionó la Escala de la Felicidad, de Alarcón (2006), como el instrumento de la presente investigación.

Así mismo, se encontraron investigaciones dedicadas al estudio de la relación entre la felicidad y otras variables, como la satisfacción laboral o el desempeño. En un inicio se consideró a la felicidad como variable dependiente de factores de la personalidad o de condiciones externas. Pero este enfoque fue cambiando con los años y en la actualidad, la mayoría de las investigaciones parten de la idea de que la felicidad es una variable independiente y que las personas felices suelen comprometerse más con sus trabajos, se sienten satisfechas con las labores que realizan y logran altos niveles de desempeño, ya que tienen facilidad para trabajar en equipo y afrontar dificultades.

2.6 Conclusiones

El análisis de los argumentos expuestos por otros autores lleva a comprender la evolución que el tema de la felicidad ha tenido. Pero más allá de eso, permite la generación de un argumento complejo propio, que vale como conclusión de la revisión de la literatura. El argumento complejo al que llegaron los investigadores es el siguiente: La felicidad es un estado de ánimo que implica satisfacción con la vida que se tiene y que se manifiesta por largos períodos de tiempo; se da por múltiples factores, demográficos y geográficos, pero principalmente por la personalidad; e influye directamente en el nivel de satisfacción laboral, compromiso con la organización y desempeño. Esto se debe a que las personas felices muestran mayor nivel de autonomía y creatividad, están dispuestas a asumir retos y colaboran con el equipo para lograr metas comunes.

La felicidad se ha medido a través de distintos modelos, utilizando cuestionarios estandarizados, entre los que destacan la Escala de la Felicidad Subjetiva usada en 14 estudios y que consta solamente de cuatro ítems; así como el Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), cuya base es el Oxford Happiness Inventory (OHI) y que contiene 29 ítems. En el contexto peruano, se ha utilizado la Escala de la Felicidad, que tiene 27 ítems, agrupados en torno a cuatro factores: (a) sentido positivo de la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal y (d) alegría de vivir. Dado que la Escala de la Felicidad fue específicamente creada para el contexto latinoamericano y que ha sido utilizado en investigaciones con estudiantes en Perú y México, generando altos niveles de confiabilidad, se selecciona como el modelo a seguir en la presente investigación.



Capítulo III: Metodología de la Investigación

3.1 Diseño de la Investigación

La presente investigación es no experimental, descriptiva y de enfoque cuantitativo. Como establecieron Hernández et al. (2013), una investigación descriptiva pretende caracterizar una variable: la felicidad. El instrumento que se utiliza es un cuestionario de preguntas cerradas, elaborado por los investigadores a partir de instrumentos usados en investigaciones anteriores. Dado que los participantes en la investigación proveerán respuestas que pueden ser tabuladas y analizadas numéricamente, a través de estadísticos, se considera que el estudio es cuantitativo.

3.2 Conveniencia del Diseño de la Investigación

El diseño que se utilizó es conveniente, ya que al no pretender modificar las variables sino caracterizarlas, lo que correspondía era un estudio no experimental de alcance descriptivo. Se encontró que otras investigaciones previas, como las de Lyubomirsky y Lepper (1999), Brief y Weiss (2002) y Diener et al. (2003), en Estados Unidos, o más recientemente en España, los estudios de Álvarez y Muñiz, 2013 así como el de Segura y Gil (2016) fueron diseñados de la misma manera, logrando su propósito de describir ampliamente la felicidad.

Dado que el propósito de esta investigación era describir el nivel de felicidad, se escogió un enfoque cuantitativo, tal y como previamente lo hicieron Moyano et al. (2011) en Chile, Toribio et al. (2012) en México o Alarcón (2006) y Gamero (2013) en Perú. Utilizando una escala numérica fue posible obtener respuestas que se analizaron de manera estadística, generando un valor promedio para cada factor de la felicidad, así como para la variable en su totalidad, lo que permitió tener una descripción completa, que se complementó con otros análisis estadísticos como la desviación estándar para conocer la dispersión de los datos recopilados. Todo esto solo era posible realizarlo con una investigación de enfoque cuantitativo.

3.3 Población de la Investigación

De acuerdo con las delimitaciones de la investigación, la población está integrada por los estudiantes universitarios de pregrado, cuyas instituciones están ubicadas en Lima Metropolitana y, además, cuentan con el licenciamiento otorgado por la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU). Esto sin importar su carrera, su edad, ni su género.

Tabla 6

Población de la Investigación por Universidad

Universidad	Tipo de gestión	Matriculados	Femenino	Masculino
Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas	Privada societaria	61,819	29,329	32,490
Universidad de San Martín de Porres	Privada asociativa	35,736	20,550	15,186
Universidad Nacional Mayor de San Marcos	Público	32,458	13,901	18,557
Pontificia Universidad Católica del Perú	Privada asociativa	24,264	11,579	12,685
Universidad Privada San Ignacio de Loyola	Privada societaria	22,811	11,487	11,324
Universidad de Lima	Privada asociativa	19,117	8,755	10,362
Universidad Ricardo Palma	Privada asociativa	15,878	7,932	7,946
Universidad Nacional de Ingeniería	Público	12,549	1,592	10,957
Universidad Autónoma del Perú	Privada societaria	11,348	6,200	5,148
Universidad Peruana Unión	Privada asociativa	11,260	6,002	5,258
Universidad Científica del Sur	Privada societaria	7,686	4,702	2,984
Universidad Nacional Agraria La Molina	Público	5,798	2,871	2,927
Universidad del Pacífico	Privada asociativa	4,635	2,538	2,097
Universidad ESAN	Privada asociativa	4,554	2,275	2,279
Universidad Peruana Cayetano Heredia	Privada asociativa	4,209	2,985	1,224
Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur	Público	3,034	936	2,098
Universidad Femenina del Sagrado Corazón	Privada asociativa	2,663	2,663	-
Universidad de Ciencias y Humanidades	Privada asociativa	2,588	1,448	1,140
Universidad Antonio Ruíz de Montoya	Privada asociativa	2,226	1,111	1,115
Universidad Jaime Bausate y Meza	Privada asociativa	2,110	1,215	895
Universidad Marcelino Champagnat	Privada asociativa	1,540	995	545
Universidad de Ciencias y Artes de América Latina	Privada societaria	1,457	935	522
Universidad de Ingeniería y Tecnología	Privada asociativa	1,214	217	997
Total		290,954	142,218	148,736

Nota. Adaptado de “Matriculados por universidad y sexo,” por la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), 2018a (<https://www.sunedu.gob.pe/sibe/>); y de “Universidades,” por la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), 2018b (<https://www.sunedu.gob.pe/lista-universidades/>).

En la Tabla 6 se aprecia que en Lima Metropolitana hay 23 universidades con licenciamiento; cuatro de ellas son públicas y 19, privadas. En total, la población de la

investigación está integrada por 290,954 estudiantes. Asimismo, en la Tabla 6 se observa que se concentran principalmente en tres centros superiores de estudios: (a) Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (21.2%), (b) Universidad de San Martín de Porres (12.3%), y (c) Universidad Nacional Mayor de San Marcos (11.2%). Esta población está integrada en un 48.9% por mujeres y en un 51.1% por hombres.

3.4 Características de la Muestra

De acuerdo con Hernández et al. (2013), escoger a los sujetos de manera aleatoria es un requisito indispensable para garantizar la objetividad del estudio, en ese sentido se seleccionó un grupo representativo con la finalidad de obtener resultados que fuesen extensibles a toda la población. Dado que la población estaba compuesta por 290,954 estudiantes que pertenecían a 23 universidades ubicadas en los cuatros sectores de Lima Metropolitana y teniendo en cuenta que, por confidencialidad la SUNEDU no comparte públicamente la lista con los nombres de los estudiantes, se estableció el empleo del muestreo aleatorio por etapas múltiples. En primer lugar, se calculó el tamaño de la muestra y se efectuó el muestreo aleatorio simple, luego se efectuó el muestreo aleatorio estratificado con empleo de una afijación y finalmente el muestreo aleatorio sistemático, estableciendo la población de cada casa de estudios y la razón k para cada caso.

En ese orden de ideas, se determinó una muestra que tuviese 5% de error estadístico o precisión y 95% de nivel de confianza ($Z = 1.96$). Asimismo, de acuerdo con la ley de los grandes números se definió que la probabilidad de que cada elemento de la población fuese seleccionado para formar parte de la muestra (p) era 0.5 e igualmente, la probabilidad de que un elemento no formase parte de la muestra (q) era 0.5. Considerando el teorema del límite central se utilizó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Esta fórmula considera la distribución de los resultados promedio o de la media para una muestra que ha sido aleatoriamente seleccionada, que al ser lo suficientemente grande permite que los resultados sigan una distribución aproximadamente normal. Al colocar los datos anteriores en dicha fórmula, se obtuvo una muestra (n) de 384 elementos, es decir, se debía encuestar a 384 estudiantes universitarios.

Luego de obtener la cantidad correspondiente a la muestra, se planteó una tabla con códigos alfanuméricos representando a todos los estudiantes de la población por cada universidad en una hoja de cálculo, simulando los nombres de todos los estudiantes universitarios (por ejemplo, para la Universidad Nacional Mayor de San Marcos: USM1 hasta USM32458), a la derecha de la columna de códigos. Se añadió una columna con la fórmula para asignación de número aleatorio, arrojando valores entre cero y uno, de tal forma que, todos los alumnos codificados tuviesen la misma probabilidad de ser elegidos. En concordancia con el proceso del muestreo aleatorio simple, se ordenó la información de mayor a menor y se seleccionaron a los 384 mayores valores. El ordenamiento de los alumnos codificados permitió determinar la cantidad de estudiantes a ser encuestados por cada universidad, estableciendo la distribución por cada casa de estudio como se muestra en la Tabla 7.

Posteriormente, teniendo en cuenta que, varias universidades cuentan con más de una sede académica, se efectuó el muestreo aleatorio estratificado, empleando afijación proporcional, es decir, distribuyendo la muestra en función de la población de cada sede descentralizada, como es el caso de la UPC, USMP, UNMSM, USIL y Universidad Científica del Sur. Finalmente, se efectuaron las encuestas en cada una de las universidades seleccionadas en función del muestreo aleatorio sistemático, para lo cual se estableció la razón k (donde k se obtuvo dividiendo la población de la sede universitaria entre su respectiva muestra) para cada universidad y sus respectivas sub sedes. Luego, se determinó

un valor aleatorio para el primer número, determinando el orden del primer encuestado, teniendo en cuenta sumar el valor “k” para seleccionar al siguiente encuestado, hasta alcanzar el total de la muestra por cada sede.

Tabla 7

Muestra de la Investigación

Universidad	N	n
Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas	61,819	81
Universidad de San Martín de Porres	35,736	54
Universidad Nacional Mayor de San Marcos	32,458	41
Pontificia Universidad Católica del Perú	24,264	33
Universidad San Ignacio de Loyola	22,811	29
Universidad de Lima	19,117	27
Universidad Ricardo Palma	15,878	19
Universidad Nacional de Ingeniería	12,549	14
Universidad Autónoma del Perú	11,348	18
Universidad Peruana Unión	11,260	11
Universidad Científica del Sur	7,686	10
Universidad Nacional Agraria La Molina	5,798	7
Universidad del Pacífico	4,635	3
Universidad ESAN	4,554	7
Universidad Peruana Cayetano Heredia	4,209	5
Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur	3,034	2
Universidad Femenina del Sagrado Corazón	2,663	2
Universidad de Ciencias y Humanidades	2,588	0
Universidad Antonio Ruiz de Montoya	2,226	7
Universidad Jaime Bausate y Meza	2,110	6
Universidad Marcelino Champagnat	1,540	0
Universidad de Ciencias y Artes de América Latina	1,457	5
Universidad de Ingeniería y Tecnología	1,214	3
Total	290,954	384

Nota. Adaptado de “Matriculados por universidad y sexo,” por la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), 2018a (<https://www.sunedu.gob.pe/sibe/>); y de “Universidades,” por la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), 2018b (<https://www.sunedu.gob.pe/lista-universidades/>).

En la práctica, los encuestadores se colocaron cerca del ingreso de las universidades desde las 8:00 a.m. y entrevistaron a la primera persona por cada sede, invitando cordialmente a los estudiantes a participar en la investigación. Se les explicó el objetivo del

estudio y si accedían a participar se procedía a aplicar el cuestionario. Si, por el contrario, el estudiante decía que no deseaba participar, entonces se encuestaba al siguiente estudiante que pasara. Una vez que se completaba la cantidad de personas por universidad, los encuestadores daban por cerrado el muestreo en la sede y empezaban el proceso en otra casa de estudios al día siguiente, repitiendo la metodología para la selección de los participantes. Bajo este procedimiento se obtuvieron las 384 encuestas, las mismas que se tabularon en base de datos para su exportación al programa SPSS.

3.5 Consentimiento Informado

Antes de recolectar la información, se explicó a los potenciales participantes los objetivos o propósitos del estudio, indicando que se trata de una tesis de CENTRUM Católica; seguidamente, se les solicitó su consentimiento para participar voluntariamente en la investigación. Este pedido fue hecho verbalmente y no por escrito porque se trata de encuestas cuya aplicación no toma más de 10 minutos y los sujetos fueron interceptados en la calle, en las áreas aledañas a las universidades que integran la muestra. Por tanto, la situación no se presta para leer un documento amplio y firmarlo.

3.6 Confidencialidad

La identidad de los participantes y sus respuestas se trabajaron de manera confidencial. Sus nombres y los datos que proporcionaron fueron codificados para proteger su identidad, y el código puesto fue un número entre 1 y 384 según el orden en que las encuestas fueron completadas. Además, es importante mencionar que no se solicitaron datos sensibles a los encuestados; como información personal se requirió el nombre completo y el DNI, para mantenerlos como parte de la cadena de evidencia.

3.7 Localización Geográfica

Todas las encuestas se aplicaron en Lima Metropolitana, en la cercanía de las universidades que forman parte de las muestras, hasta obtener el número de respuestas

completas requeridas por cada caso de estudio. Los encuestadores se ubicaron en las inmediaciones de dichas universidades y seleccionaron aleatoriamente a los participantes, cuidando de no introducir preferencias por el género, la edad, la raza o la forma de vestir. Si una persona seleccionada se negaba a participar en el estudio, se le agradecía y se procedía a invitar a la siguiente persona que pasara.

3.8 Instrumentación

El instrumento que se utilizó está basado en el cuestionario que Alarcón (2006) creó en el marco de su investigación titulada *Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad* y que se presenta en el Apéndice C. Este cuestionario también fue usado por Toribio et al. (2012) en México, para lo cual solamente alteraron el ítem 27, que pasó de ser “creo que no me falta nada”, a “creo que no me hace falta nada”. Previo a la selección de este instrumento, se consideró el hecho de que tanto Alarcón (2006) como Toribio et al. (2012) probaron que el cuestionario de 27 ítems tenía validez y confiabilidad.

En la Tabla 8 se muestran los resultados del Alfa de Cronbach calculado por Alarcón, donde se aprecia que todos los ítems son congruentes con la dimensión de la felicidad a la que pertenecen y luego se ve que las dimensiones sí forman parte del constructo general: la felicidad. Estas cuatro dimensiones son las siguientes:

- Factor 1 (F1): Los ítems de este factor, tal como están formulados, indican profunda depresión, fracaso, intranquilidad, pesimismo y vacío existencial. Las respuestas de rechazo, a lo que afirman las oraciones, indican grados de felicidad, que reflejan actitudes y experiencias positivas hacia la vida. En este sentido, la felicidad significa estar libre de estados depresivos profundos, tener sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida. El factor 1 tiene 11 ítems, el mayor número de la Escala de Felicidad, y posee una alta confiabilidad, con un Alfa de Cronbach igual a 0.88.

Tabla 8

Confiabilidad del Instrumento: Escala de Felicidad

Ítems	F1	F2	F3	F4
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia	0.68			
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí	0.68			
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad	0.67			
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos	0.67			
22. Me siento triste por lo que soy	0.66			
02. Siento que mi vida está vacía	0.66			
19. Me siento un fracasado	0.64			
17. La vida ha sido injusta conmigo	0.62			
11. La mayoría del tiempo no me siento feliz	0.62			
07. Pienso que nunca seré feliz	0.59			
14. Me siento inútil	0.53			
04. Estoy satisfecho con mi vida		0.68		
03. Las condiciones de mi vida son excelentes		0.67		
05. La vida ha sido buena conmigo		0.66		
01. En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal		0.57		
06. Me siento satisfecho con lo que soy		0.55		
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar		0.44		
24. Me considero una persona realizada			0.67	
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado			0.64	
27. Creo que no me falta nada			0.61	
25. Mi vida transcurre plácidamente			0.58	
09. Si volviera a nacer no cambiaría casi nada de mi vida			0.46	
08. Hasta ahora he conseguido las cosas que para mí son importantes			0.41	
12. Es maravilloso vivir				0.66
15. Soy una persona optimista				0.61
16. He experimentado la alegría de vivir				0.58
13. Por lo general, me siento bien				0.49
Coefficientes Alfa	0.88	0.79	0.76	0.72

- Factor 2 (F2): Los seis ítems que integran el factor satisfacción con la vida se refieren a lo que se ha alcanzado y si la persona cree que está donde tiene que estar, o si se encuentra muy cerca de alcanzar el ideal de su vida. Expresiones

como “las condiciones de mi vida son excelentes”, “me siento satisfecho con lo que soy”, o “la vida ha sido buena conmigo”, transmiten estados subjetivos positivos de satisfacción de los individuos. Para este factor la confiabilidad es alta, con un Alfa de Cronbach de 0.79.

- Factor 3 (F3): El primer ítem del factor realización personal (“me considero una persona realizada”) resume el contenido de este factor. Sus enunciados expresan lo que se puede llamar felicidad plena, y no estados temporales. Esto se confirma con los ítems 9 y 27, “creo que no me falta nada” y “si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida”, respectivamente. Estos ítems señalan autosuficiencia, autarquía, tranquilidad emocional, placidez; todas son condiciones para conseguir el estado de felicidad completa. El concepto de “realización personal” guarda correspondencia con la definición de felicidad que supone la orientación del individuo hacia metas que considera valiosas para su vida. En general, la confiabilidad del tercer factor es alta, ya que obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.76.
- Factor 4 (F4): Se refiere a la alegría de vivir y se ha denominado de esta manera porque los ítems que la componen reflejan un sentir de que vivir es algo maravilloso, refiriéndose a experiencias positivas de la vida y a un sentimiento generalizado de estar bien. Cuenta solamente con cuatro ítems y tiene una confiabilidad alta, con 0.72 en el Alfa de Cronbach.

El cuestionario de esta investigación se presenta en el Apéndice D, en el que además de los 27 ítems que se han mostrado anteriormente, se señala claramente que se utiliza la escala de Likert, donde el encuestado tiene cinco opciones de respuesta por ítem. También, se hacen preguntas filtro y de caracterización de los sujetos, para poder luego desarrollar análisis por grupos, como, por ejemplo, mujeres versus hombres o estudiantes de universidades

públicas versus estudiantes de universidades privadas. Es importante señalar que los resultados se interpretan considerando que el mínimo valor es 1.0 y el máximo valor posible es 5.0, por lo que la media es 3.0; entonces si los resultados se dan en el rango entre 1.0 y 2.5 se considera que el nivel de felicidad es bajo, si se sitúan entre 2.5 y 3.5 entonces están en un nivel medio, mientras que si se dan en un rango entre 3.5 y 5.0 entonces se considera un nivel de felicidad alto o elevado.

3.9 Recolección de Datos

El primer paso para la recolección de los datos fue construir un cronograma en el que se indicó la cantidad de encuestadores requeridos por día y las universidades por cubrir en cada jornada. Para ello, se consideró un tiempo estimado de 15 minutos por encuesta completa y un tiempo de cinco minutos para abordar a cada persona, teniendo en cuenta que no todos accederían a participar. Por tanto, un encuestador podía completar entre 12 y 15 encuestas por día, ya que en algunos casos debía trasladarse de una universidad a otra.

Antes de iniciar con la aplicación de los cuestionarios se procedió a imprimir 500 ejemplares, dado que se requerían 384 respuestas completas y era posible que algunas no fuesen respondidas; por ende, algunos cuestionarios debían ser desechados. Además, se dotó a cada encuestador de cuatro lápices, un tajador y dos tablillas de madera para apoyar el instrumento al momento de hacer la encuesta. Para llenar la primera parte, el encuestador hacía las preguntas al estudiante, luego de haber explicado el propósito de la investigación; y si la persona contestaba afirmativamente a las dos preguntas filtro (preguntas 1 y 2), continuaba con el resto; seguidamente le entregaba la segunda hoja del cuestionario para que el participante la llenara, dándole las indicaciones correspondientes, específicamente en cuanto a que: (a) no existen respuestas correctas o incorrectas, y (b) marcar solo una opción por ítem, con la que se sintiera más identificado. Para la segunda parte, el encuestador brindó al estudiante una tabla de madera para apoyarse y un lápiz.

Todas las encuestas se aplicaron entre el 20 de agosto y el 10 de setiembre del 2018, por lo que los resultados reflejan el nivel de felicidad en este período, acorde con el diseño de la investigación que señala ser un estudio transeccional.

3.10 Análisis de Datos

Se preparó un archivo en Microsoft Excel donde se vació la información recopilada mediante el uso de las encuestas. De esta manera, se asignó una fila para cada sujeto, desde la 1 hasta la 384, y en cada columna se colocó una de las preguntas o uno de los 27 ítems. En el caso de las preguntas de la primera parte, para poder usar una tabulación binaria (0 o 1) se asignó una columna a cada posible opción de respuesta; por ejemplo: sí o no; mientras que para los ítems se colocó directamente el valor asignado por el entrevistado, en la escala del 1 al 5.

Esta base de datos fue importada en el *software* SPSS, una herramienta de análisis estadístico que permitió realizar las siguientes pruebas:

1. Lo primero que se hizo fue un análisis de frecuencia, calculando los siguientes estadísticos para cada uno de los ítems, así un promedio por factor (Levin, Rubin, Rastogi, & Siddiqui, 2014):
 - **Media:** Es el promedio de un conjunto de datos y se calcula al sumar todos los valores obtenidos, para luego dividir el total entre la cantidad de observaciones realizadas, o entre el número de elementos.
 - **Mediana:** Al ordenar un conjunto de datos, de menor a mayor, el valor que se ubica justo en el medio es la mediana.
 - **Varianza:** Es una medida de dispersión de los datos y para calcularla primero se suma la diferencia entre cada elemento y la media, lo cual se divide entre el tamaño de la muestra menos uno; finalmente, a este resultado se le calcula la raíz cuadrada.

- Desviación estándar: También es una medida de dispersión, que se calcula sumando la diferencia entre cada elemento de la muestra y la media, para luego dividirlo entre el tamaño de la muestra menos uno.
 - Asimetría: Es una medida de dispersión, la cual permite conocer si los datos se alejan o se aglomeran en torno a una curva de distribución. La curva es simétrica si hay la misma distribución de datos a ambos lados de la media, en cuyo caso la asimetría tendría un valor de cero. En cambio, se presenta una asimetría positiva cuando la mayoría de los datos son superiores a la media; y por el contrario, la asimetría es negativa cuando la mayoría de los datos están por debajo del promedio.
 - Curtosis: Medida de dispersión, contraria a la varianza y a la desviación estándar, ya que refleja la aglomeración de datos o valores en torno a la media. Mientras más estrecha sea la curva de distribución, mayor será el valor de la curtosis.
2. Prueba de hipótesis, para conocer si el nivel de la felicidad varía de acuerdo al segmento. Por ello, la muestra se dividió en grupos: (a) por género, (b) por tipo de universidad, pública o privada; (c) en base a la edad de los estudiantes, si eran mayores o menores de edad; y (d) según los años de estudio, generales o facultad.

Los estadísticos que se calcularon fueron:

- Prueba de Levene: Es una prueba inferencial, que se usa para comprobar si las varianzas de los segmentos o grupos que se comparan son o no iguales. Para su cálculo se considera la cantidad de elementos incluidos en cada grupo, la media y el valor de cada elemento, entre otros.
- Prueba T Student: Similar a la prueba anterior, es de estadística inferencial y se usa para determinar si existen o no diferencias significativas entre la media de dos grupos de participantes; por ejemplo, entre los hombres o las mujeres.

- Alfa de Cronbach: Para medir el nivel de confiabilidad de la investigación, lo que se explicará en el siguiente punto.

3.11 Validez y Confiabilidad

La confiabilidad fue medida con el indicador Alfa de Cronbach, tal y como lo hicieron Alarcón (2006) y Toribio et al. (2012). Este resultado asume que los ítems obtenidos, con una escala tipo Likert, sí miden un mismo constructo o variable y que, además, están altamente correlacionados (Welch & Comer, 1988). Se trata de una dimensión de las correlaciones entre las variables que forman parte de la escala. Se dice que los resultados son inaceptables cuando el valor del Alfa de Cronbach es inferior a 0.5, pobre si se sitúa entre 0.5 y 0.6, pasando a ser cuestionable cuando está por encima de 0.60 y aceptable si supera 0.7. Es así que cuando el Alfa de Cronbach se acerca a 1.0 se indica que existe menos variabilidad entre los datos recopilados (George & Mallery, 2010).

En este caso se puede aplicar el Alfa de Cronbach porque se reúnen dos condiciones: (a) el instrumento está conformado por un conjunto de ítems que se combinan aditivamente para hallar una puntuación global, es decir, las puntuaciones se suman y dan un total que es el que se interpreta; y (b) todos los ítems miden la característica deseada en la misma dirección, para lo cual se necesita un ajuste en el registro de los datos del primer factor (F1).

3.12 Resumen

Para lograr el objetivo de describir el nivel de felicidad que tienen los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana se diseñó una investigación no experimental, de alcance descriptivo y enfoque cuantitativo. El instrumento que se seleccionó fue la Escala de la Felicidad, que constituye una escala factorial integrada por 27 ítems que se agrupan en torno a cuatro factores: (a) sentido positivo de la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal, y (d) alegría de vivir (Alarcón, 2006). El instrumento ya había usado por otros autores, mostrando su validez y permitió a los investigadores recopilar datos numéricos

que luego fueron analizados estadísticamente, para generar indicadores descriptivos, así como para hacer pruebas de hipótesis y encontrar las diferencias en el nivel de la felicidad entre hombres y mujeres, lo mismo que entre los estudiantes de universidades públicas y privadas.

La población estaba integrada por 290,954 jóvenes estudiantes, distribuidos en 23 instituciones de Lima Metropolitana. Usando un nivel de confianza del 95% y un error estadístico del 5% se determinó que la muestra debía contener 384 sujetos, los mismos que fueron seleccionados mediante un muestreo aleatorio estratificado y sistemático, para garantizar la representatividad de la población y poder posteriormente generalizar los resultados.



Capítulo IV: Presentación y Análisis de Resultados

4.1 Perfil de los Informantes

En la Tabla 9 se presenta la distribución de los encuestados en función de la universidad donde cursan sus estudios. La mayoría acude a la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, a la Universidad de San Martín de Porres y a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, que, en conjunto, representan al 45.8% de la muestra, siendo las dos primeras de gestión privada y la tercera, pública.

Tabla 9

Distribución de los Encuestados por Universidad

Universidad	N	f_o (%)
Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas	81	21.1
Universidad de San Martín de Porres	54	14.1
Universidad Nacional Mayor de San Marcos	41	10.7
Pontificia Universidad Católica del Perú	33	8.6
Universidad San Ignacio de Loyola	29	7.6
Universidad de Lima	27	7.0
Universidad Ricardo Palma	19	4.9
Universidad Autónoma del Perú	18	4.7
Universidad Nacional de Ingeniería	14	3.6
Universidad Peruana Unión	11	2.9
Universidad Científica del Sur	10	2.6
Universidad Nacional Agraria La Molina	7	1.8
Universidad del Pacífico	3	0.8
Universidad ESAN	7	1.8
Universidad Peruana Cayetano Heredia	5	1.3
Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur	2	0.5
Universidad Femenina del Sagrado Corazón	2	0.5
Universidad Antonio Ruiz de Montoya	7	1.8
Universidad Jaime Bausate y Meza	6	1.6
Universidad de Ciencias y Artes de América Latina	5	1.3
Universidad de Ingeniería y Tecnología	3	0.8
Total	384	100.0

En relación con la carrera que cursan los encuestados, se ha preparado la Tabla 10. El 28.4% de los participantes estudia ingeniería en sus diferentes especialidades, seguido por un 10.4% que estudia artes, audiovisuales o comunicación; mientras que en tercer lugar se

posiciona la carrera de administración con el 9.6%. Se aprecia una gran diversidad de áreas incluidas en la muestra, con 3.6% agrupado en Otras, donde se registra nutrición, obstetricia, arqueología y veterinaria; todas con solamente una o dos personas. Luego, en la Figura 6 se observa cómo la mayoría de los encuestados (22.1%) ingresó a la universidad en el año 2017, seguido por el 2016 con 18.8% y el 2018 con 18.5%.

Tabla 10

Carreras que Estudian los Encuestados

Carrera	n	f_o (%)
Ingeniería	109	28.4
Artes escénicas, audiovisuales y comunicación	40	10.4
Administración en sus distintas variantes	37	9.6
Derecho y ciencias políticas	35	9.1
Arquitectura, arte y diseño	25	6.5
Economía en sus distintas variantes	21	5.5
Marketing	21	5.5
Psicología	21	5.5
Medicina humana	14	3.6
Educación	8	2.1
Enfermería	8	2.1
Periodismo	8	2.1
Negocios internacionales y relaciones internacionales	7	1.8
Sociología y trabajo social	7	1.8
Auditoría, contabilidad y gestión tributaria	6	1.6
Biología y ciencias biológicas	3	0.8
Otras	14	3.6
Total	384	100

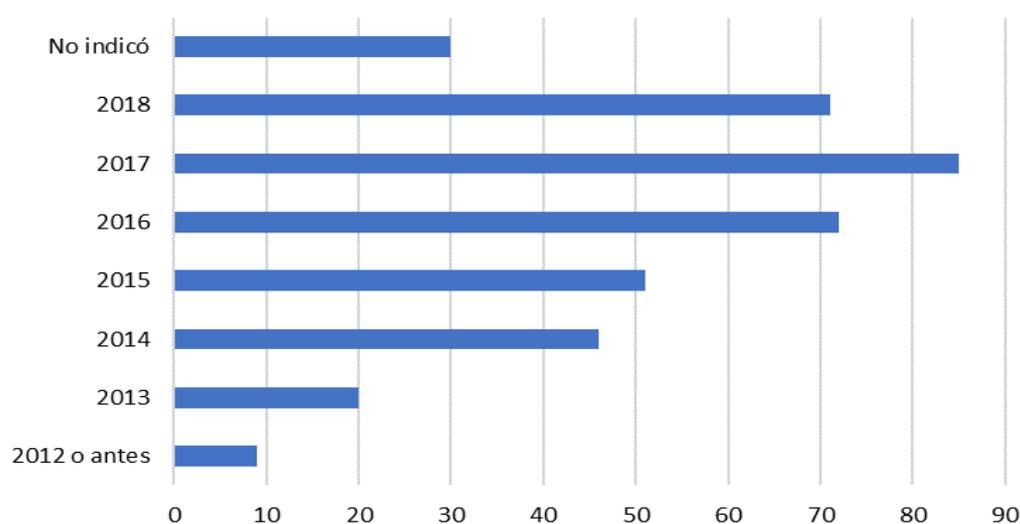


Figura 6. Año en que los encuestados ingresaron a la universidad.

Entre los encuestados, un 54% son mujeres y el 46% son hombres (ver Figura 7); esta equidad en la muestra permitirá hacer comparaciones entre ambos grupos. Luego, en la Figura 8 se presenta la distribución de los encuestados en función de la edad, con una media igual a 20.13 años y una desviación estándar de 2.26; donde el valor mínimo fue 16 y el máximo 32.

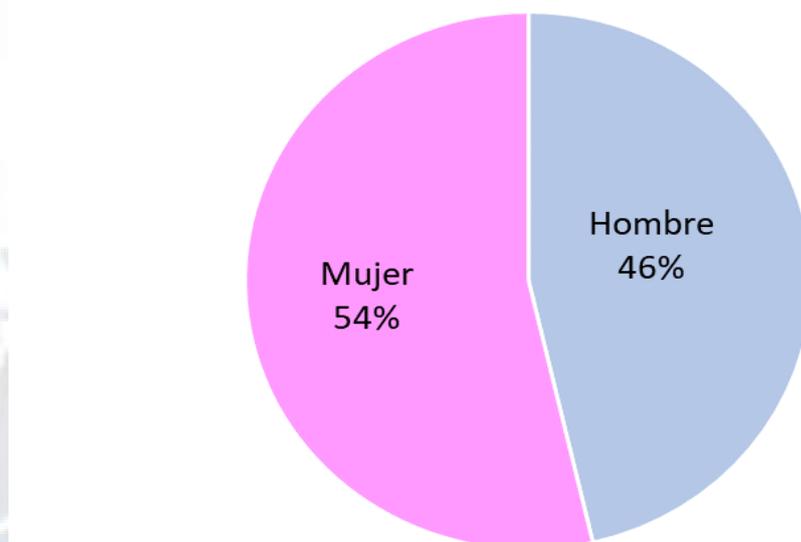


Figura 7. Género de los encuestados.

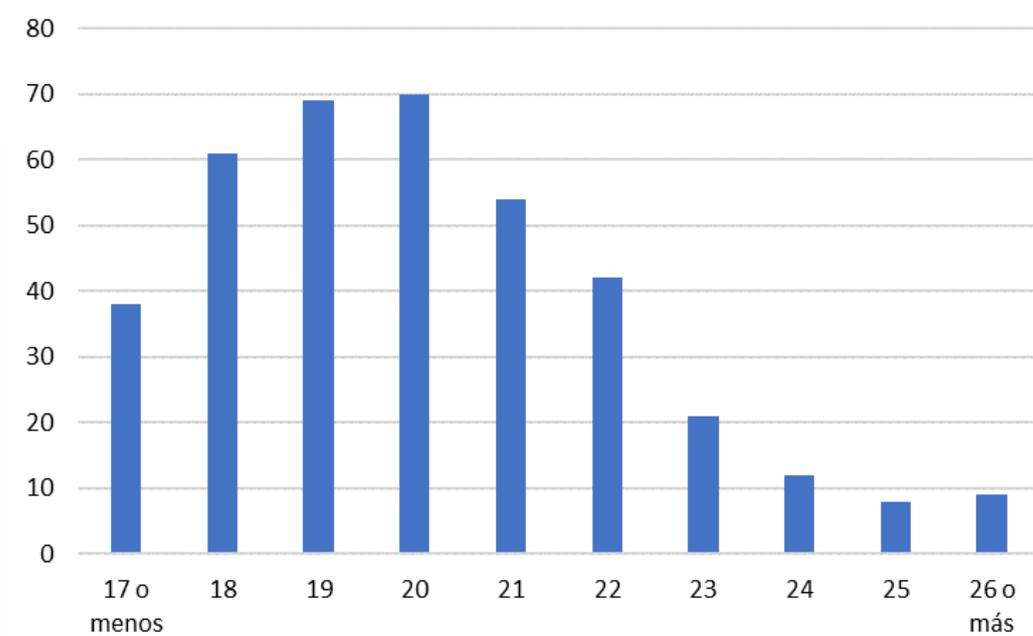


Figura 8. Edad de los encuestados.

4.2 Prueba de Confiabilidad

En el Capítulo III se indicó que la confiabilidad de la investigación sería medida a través del estadístico Alfa de Cronbach, cuyos resultados se presentan en la Tabla 11. Primero se ven las cifras para cada uno de los cuatro factores que comprende el instrumento, y su confiabilidad está en un rango de entre 0.753 y 0.825, mostrando un nivel bueno o muy bueno, según la escala indicada por George y Mallery (2010). Al final de la tabla se aprecia el valor total, que es 0.624; que de acuerdo con George y Mallery (2010) es cuestionable, aunque para Welch y Comer (1988), una vez que el valor supera los 0.60, se afirma que los ítems están correlacionados y forman parte de un mismo constructo, que en este caso es la felicidad.

Tabla 11

Alfa de Cronbach

Factor	Alfa de Cronbach	Número de ítems
Factor 1	0.772	11
Factor 2	0.825	6
Factor 3	0.753	6
Factor 4	0.791	4
Total	0.624	27

4.3 Presentación de Resultados

Los resultados obtenidos indican que el nivel de felicidad en los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana es de 3.80, donde los factores varían entre 3.40 y 4.11, entendiéndose que los datos se registraron en un rango de 1 a 5. Es así que se afirma que el nivel de la felicidad es “medio alto”. En la Figura 9 se ven los resultados por factor, evidenciando que el sentido positivo de la vida es aquel que más aporta a la felicidad, mientras que en realización personal es donde se genera el menor puntaje promedio.

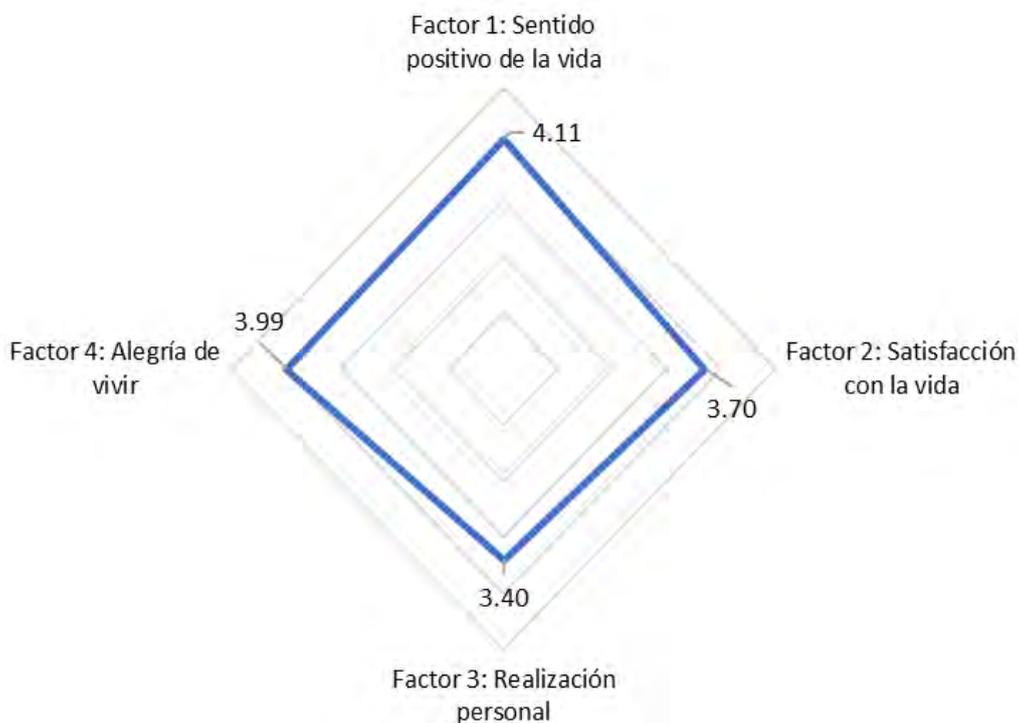


Figura 9. Resultados de los cuatro factores de la felicidad.

A partir de este punto se presentan los resultados de los 27 ítems que miden la felicidad, agrupados en torno a los siguientes cuatro factores: (a) sentido positivo de la vida, (b) satisfacción con la vida, (c) realización personal, y (d) alegría de vivir.

4.3.1 Sentido positivo de la vida

En este primer factor es donde se generó el puntaje medio más elevado, con 4.11, como se mostró en la Figura 9. Se incluyen 11 de los 27 ítems que contiene la Escala de la Felicidad y 10 de ellos se miden de manera inversa, ya que expresan sensaciones o sentimientos de desesperanza y/o insatisfacción. Por tanto, cuanto menor sea la media, mayor será el valor del sentido positivo de la vida, destacando los ítems 20, 23 y 22, que se refieren a que las personas piensan que la felicidad sí es para ellas, la vida no es una cadena de sufrimientos y no están tristes (ver Figura 10 y el detalle en el Apéndice E). El único ítem que contiene una afirmación positiva es el número 11 “La mayoría del tiempo me siento feliz”, donde la media fue de 3.75.



Figura 10. Resultados por ítem del factor 1: Sentido positivo de la vida.

En adición a los valores de la media que ya se han presentado, el análisis de los datos correspondientes al Factor 1 incluye otros estadísticos que se presentan en la Tabla 12 y se explican a continuación:

- Mediana: Todos los ítems, con excepción del 11 tienen una mediana igual a 1.00 o a 2.00 y dado que están formulados de manera inversa, estos bajos valores indican altos niveles de felicidad y son favorables.
- Desviación estándar y varianza: Indican la dispersión de las respuestas, por lo que a mayor valor, mayor será la dispersión de los datos. Los valores más elevados se encuentran en los ítems 17 (La vida ha sido injusta conmigo), 18 (Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad) y 26 (Todavía no he encontrado sentido a mi existencia). Esto implica que en dichos ítems se tienen estudiantes que sienten que la vida ha sido totalmente justa con ellos, así como otro grupo importante piensa que ha sido totalmente injusta, además, unos han encontrado sentido a su existencia y otros aún no lo encuentran; mientras que algunos tienen problemas que totalmente les quitan la tranquilidad y otros no perciben este tipo de problema en ningún momento.

Tabla 12

Estadísticos por Ítem del Factor 1: Sentido Positivo de la Vida

Ítems	Estadísticos							
	\bar{X}	\bar{X} recortada al 5%	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	S^2	A_s	<i>Kurt</i>	<i>SE</i>
2. Siento que mi vida está vacía	1.82	1.71	1.00	1.088	1.184	1.241	0.669	0.057
7. Pienso que nunca seré feliz	1.55	1.40	1.00	1.025	1.051	1.985	3.118	0.053
11. La mayoría del tiempo me siento feliz	3.75	3.80	4.00	0.901	0.812	-0.712	0.601	0.047
14. Me siento inútil	1.62	1.49	1.00	1.037	1.075	1.783	2.441	0.054
17. La vida ha sido injusta conmigo	2.06	1.98	2.00	1.106	1.224	0.831	-0.126	0.058
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad	2.05	1.96	2.00	1.137	1.292	0.906	0.009	0.059
19. Me siento un fracasado	1.49	1.36	1.00	0.896	0.803	2.136	4.551	0.047
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí	1.41	1.27	1.00	0.877	0.768	2.447	5.774	0.046
22. Me siento triste por lo que soy	1.48	1.37	1.00	0.856	0.733	1.992	3.959	0.045
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos	1.44	1.32	1.00	0.844	0.713	2.233	5.005	0.044
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia	2.14	2.05	2.00	1.163	1.351	0.691	-0.427	0.060
Factor 1: Sentido positivo de la vida	4.11	4.16	4.27	0.553	0.306	-1.568	3.005	0.029

- **Asimetría:** Los valores positivos indican que los datos recopilados se ubican hacia la derecha de la media, pero dado que los ítems están formulados de manera opuesta, esto resulta negativo dando un valor de menos felicidad. Solamente se encontró asimetría negativa para el ítem 11 que está formulado de manera afirmativa.
- **Curtosis:** A mayor valor, más se acercan los puntajes a la media; entonces se tienen puntajes más elevados en los ítems con menor desviación estándar o varianza. Los ítems, donde los resultados están más en torno a la media son el 20 (La felicidad es para algunas personas, no para mí) y el 23 (Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos).
- **Error estándar:** Es bajo, dentro del parámetro de la investigación para la selección de la muestra que es 5%. En la Tabla 13 se observa que el error se ubica entre 0.044 (ítem 23) y 0.06 (ítem 26).

4.3.2 Satisfacción con la vida

En el Factor 2, Satisfacción con la vida, se obtuvo una media de 3.70, siendo un valor medio alto. Al revisar los datos de cada uno de los seis ítems que integran este factor (ver Figura 11), se encuentran medias entre 3.50 para el ítem 1, “En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal”, y 3.79 para los ítems 4, “Estoy satisfecho con mi vida”, y 10, “Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar”. En cuanto a las frecuencias, que se presentan en el Apéndice E, se observa que la mayoría de las respuestas están en torno a los valores 3 y 4, lo cual se confirmará a continuación con el análisis de los estadísticos.

Además de la media, se han realizado otras pruebas estadísticas para los ítems que integran el Factor 2, las cuales se presentan en la Tabla 13, cuyo análisis es el siguiente:

- **Mediana:** Cada uno de los ítems medidos tiene una mediana igual a 4.0 lo que implica que la mayoría de las respuestas giraron en torno a la respuesta “de acuerdo”.

- Desviación estándar y varianza: De los seis ítems que integran este factor, aquellos donde los datos tienen una mayor dispersión están en torno al ítem 6 (“Me siento satisfecho con lo que soy”), al ítem 5 (“La vida ha sido buena conmigo”) y al ítem 4 (“Estoy satisfecho con mi vida”).
- Asimetría: El hecho de que todos los valores son negativos, permite señalar que la mayoría de los datos se sitúan a la izquierda de la media.
- Curtosis: A mayor valor, más se acercan los puntajes a la media; entonces se tienen puntajes más elevados en el ítem 3, “Las condiciones de mi vida son excelentes”, mostrando el sentir de la mayoría de los estudiantes de educación superior.
- Error estándar: Se sitúa entre 0.042 (ítem 1) y 0.052 (ítem 6), lo que guarda relación con el error estadístico de 5% que fue establecido para la investigación.

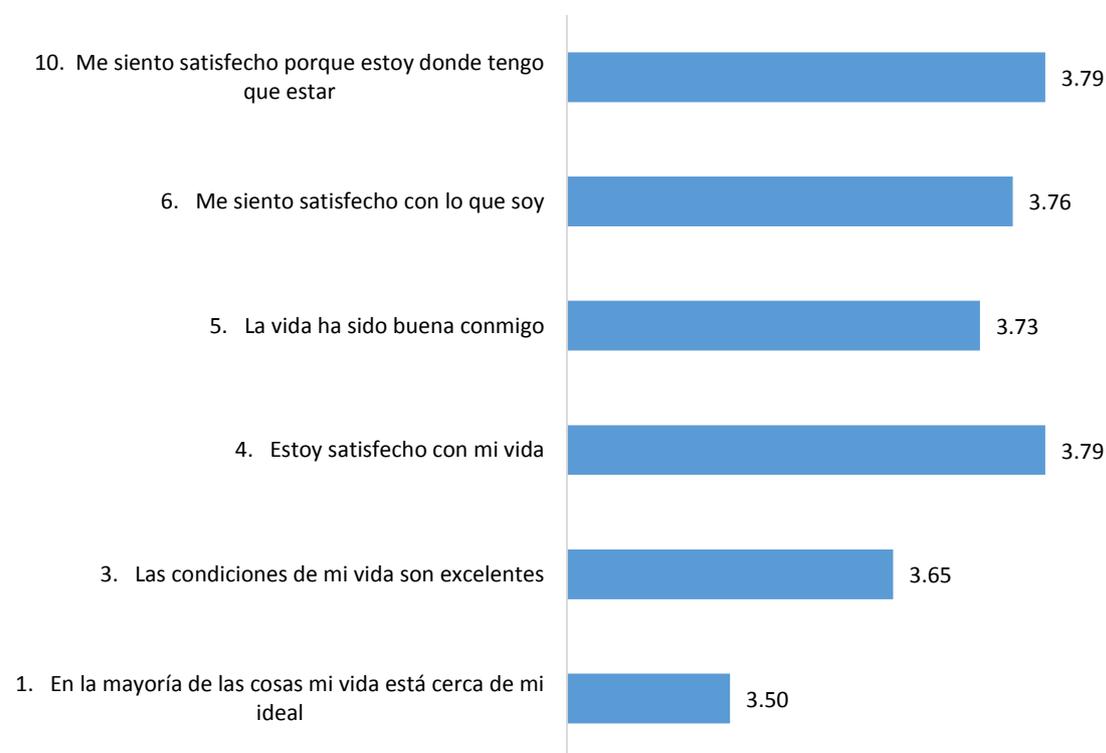


Figura 11. Resultados por ítem del Factor 2: Satisfacción con la vida.

Tabla 13

Estadísticos por Ítem del Factor 2: Satisfacción con la Vida

Ítems	Estadísticos							
	\bar{X}	\bar{X} recortada al 5%	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>S</i> ²	<i>A_s</i>	<i>Kurt</i>	<i>SE</i>
1. En la mayoría de las cosas, mi vida está cerca de mi ideal	3.50	3.52	4.00	0.814	0.663	-0.355	0.403	0.042
3. Las condiciones de mi vida son excelentes	3.65	3.70	4.00	0.864	0.747	-0.711	0.841	0.045
4. Estoy satisfecho con mi vida	3.79	3.85	4.00	0.923	0.852	-0.704	0.569	0.048
5. La vida ha sido buena conmigo	3.73	3.77	4.00	0.936	0.877	-0.547	0.075	0.049
6. Me siento satisfecho con lo que soy	3.76	3.83	4.00	0.997	0.993	-0.720	0.276	0.052
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar	3.79	3.83	4.00	0.883	0.779	-0.312	-0.393	0.046
Factor 2: Satisfacción con la vida	3.70	3.74	3.83	0.662	0.438	-0.733	0.932	0.034

4.3.3 Realización personal

De los cuatro factores que componen la felicidad, el Factor 3: Realización personal fue el que obtuvo la media más baja (3.40), tal como se presentó en la Figura 9. Esto se debió principalmente a que en el ítem 27, “Creo que no me falta nada”, la media fue 3.10, la más baja de todo el estudio, probablemente debido a que son estudiantes universitarios que todavía no cuentan con un título profesional y no han logrado acumular bienes ni experiencias de vida suficientes; por lo tanto, consideran que todavía les faltan cosas y logros. En relación con los otros ítems, se observa que en el número 21, “Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado” (ver Figura 12), es donde se obtuvo la media más elevada. Este resultado, junto con el del ítem 27, confirma que los estudiantes de educación superior de Lima Metropolitana se encuentran satisfechos con los logros que han obtenido hasta el momento, pero que todavía tienen más metas pendientes y por eso les faltan cosas.



Figura 12. Resultados por ítem del Factor 3: Realización personal.

En la Tabla 14 se presentan los resultados de los análisis estadísticos realizados a los ítems del Factor 3, lo que permite afirmar lo siguiente:

Tabla 14

Estadísticos por Ítem del Factor 3: Realización Personal

Ítems	Estadísticos							
	\bar{X}	\bar{X} recortada al 5%	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>S</i> ²	<i>A_s</i>	<i>Kurt</i>	<i>SE</i>
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes	3.59	3.62	4.00	0.858	0.735	-0.353	0.226	0.045
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida	3.33	3.37	3.00	1.243	1.545	-0.328	-0.800	0.065
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado	3.64	3.68	4.00	0.956	0.914	-0.425	-0.196	0.050
24. Me considero una persona realizada	3.25	3.27	3.00	0.938	0.880	-0.370	0.186	0.049
25. Mi vida transcurre plácidamente	3.50	3.52	4.00	0.853	0.728	-0.237	0.009	0.044
27. Creo que no me falta nada	3.10	3.11	3.00	1.160	1.346	-0.128	-0.657	0.060
Factor 3: Realización personal	3.40	3.40	3.42	0.679	0.461	-0.047	-0.197	0.035

- Mediana: La mediana de los ítems se sitúa entre 3.00 y 4.00. Es así que en el ítem 8 (“Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes”), en el ítem 21 (“Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado”) y en el ítem 25 (“Mi vida transcurre plácidamente”), la mediana fue 4.00 y es justamente en estos tres elementos donde se obtuvo una mayor media, ya que más estudiantes indicaron estar de acuerdo o totalmente de acuerdo.
- Desviación estándar y varianza: La mayor desviación estándar y varianza se presentó en el ítem 9 “Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida” y esto se debe a que 39 estudiantes indicaron estar totalmente en desacuerdo, 54 en desacuerdo, 112 neutro, 100 de acuerdo y 79 totalmente de acuerdo (ver Apéndice E), lo que revela una amplia dispersión de los valores.
- Asimetría: Los valores negativos en todos los ítems muestran que los resultados se distribuyen de manera asimétrica en torno a la media, con tendencia hacia la izquierda, es decir, hacia menores valores; lo que se confirma con las frecuencias que se presentan en el Apéndice E.
- Curtosis: En este factor, los valores de curtosis en todos los ítems son bajos, o incluso negativos lo que implica dispersión de los valores recopilados y por ello a mayor desviación estándar, menor es la curtosis.
- Error estándar: En relación con el nivel de error de 5% que se estableció para la investigación, entre los elementos del Factor 3, el error estadístico se sitúa entre 0.044 (ítem 25) y 0.065 (ítem 9).

4.3.4 Alegría de vivir

El Factor 4 se centra en analizar la manera en cómo los individuos examinan su vida, pero desde el punto de vista de los sentimientos, identificando si perciben o no una sensación maravillosa, alegre y optimista. La media obtenida fue 3.99, mostrando un valor alto, donde

la mediana para cada ítem fue igual a 4.0 (ver Tabla 15). El análisis por enunciado, que se presenta en la Figura 13, revela que el mayor puntaje está en el ítem 12, “Es maravilloso vivir”, con 4.16, siendo el más alto de toda la investigación; mientras que el menor puntaje se registró en el ítem 15, “Soy una persona optimista”, con 3.81.

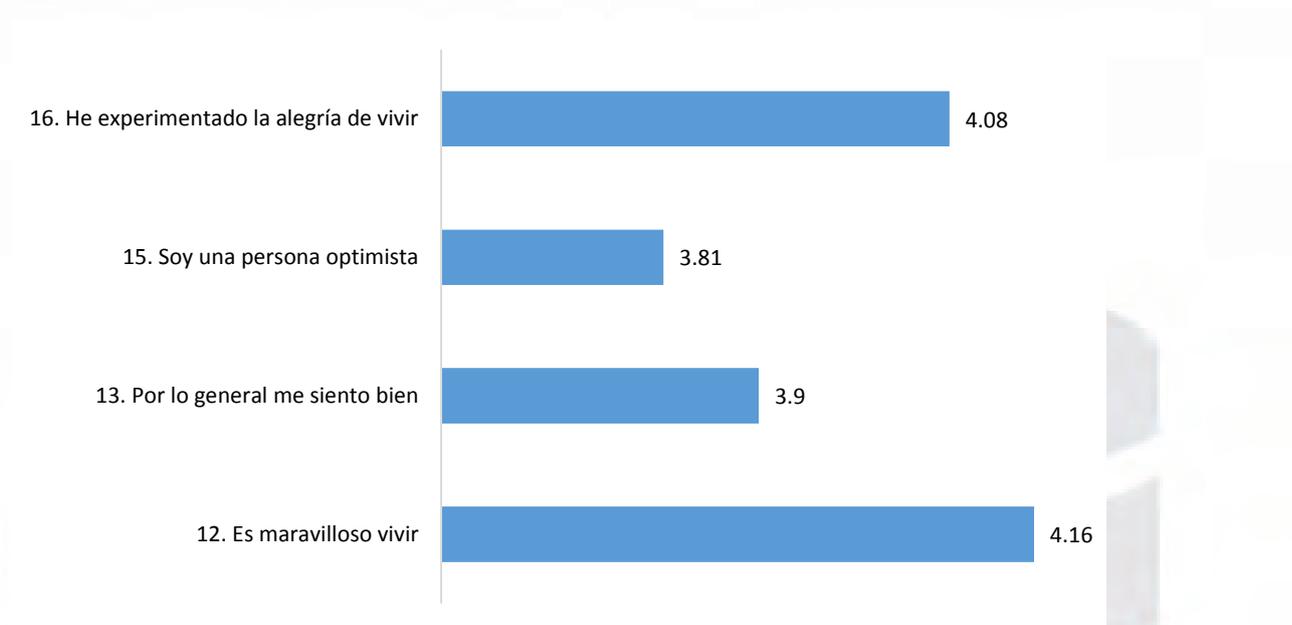


Figura 13. Resultados por ítem del Factor 4: Alegría de vivir.

En adición a la media, se han desarrollado otras pruebas estadísticas para los ítems que integran el Factor 4, y sus resultados se muestran en la Tabla 15, cuya interpretación es la siguiente:

- Mediana: La mediana de los cuatro ítems que integran el Factor 4 fue 4.00, mostrando los valores más elevados entre todos los factores analizados.
- Desviación estándar y varianza: Al revisar la desviación estándar, se encontró que fue mayor en el ítem 15, “Soy una persona optimista” y de acuerdo a los valores que se presentan en el Apéndice E se debe a una mayor dispersión de las respuestas entre las cinco opciones que ofrecía la escala de Likert.
- Asimetría: Con un valor negativo, se indica que la dispersión de la curva está hacia la izquierda, es decir, hacia 3.0 y menos.

- Curtosis: Este análisis señala que en los ítems 13 y 16 la mayoría de los datos se acercan a la media.
- Error estándar: A nivel del factor, el error global es 0.037, mientras que por ítem se ubicó entre 0.044 (ítem 13) y 0.050 (ítem 15).

Tabla 15

Estadísticos por Ítem del Factor 4: Alegría de Vivir

Ítems	Estadísticos							
	\bar{X}	\bar{X} recortada al 5%	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	S^2	A_s	<i>Kurt</i>	<i>SE</i>
12. Es maravilloso vivir	4.16	4.24	4.00	0.918	0.843	-0.992	0.679	0.048
13. Por lo general me siento bien	3.90	3.96	4.00	0.854	0.730	-0.803	1.026	0.044
15. Soy una persona optimista	3.81	3.88	4.00	0.967	0.934	-0.826	0.662	0.050
16. He experimentado la alegría de vivir	4.08	4.17	4.00	0.941	0.885	-1.079	1.193	0.049
Factor 4: Alegría de vivir	3.99	4.03	4.00	0.720	0.518	-0.947	1.129	0.037

4.4 Análisis por Segmentos Independientes

En este acápite se presentan los resultados de pruebas de hipótesis realizadas para la comparación de medias entre subsegmentos predefinidos.

4.4.1 Análisis por género

La muestra se separó en dos grupos, hombres y mujeres, para identificar si el género tiene efecto sobre el nivel de felicidad de los estudiantes. En primer lugar, se presenta la Figura 14, donde de manera gráfica se comparan las medias por factor, observándose que las mujeres tienen un nivel más elevado en Sentido positivo de la vida y en Realización personal. En cambio, los hombres, mostraron mayor nivel de felicidad en Satisfacción con la vida y

Alegría de vivir. Pero la comparación aritmética no es suficiente, por lo que se desarrolló una prueba de hipótesis para validar si las varianzas son o no iguales.

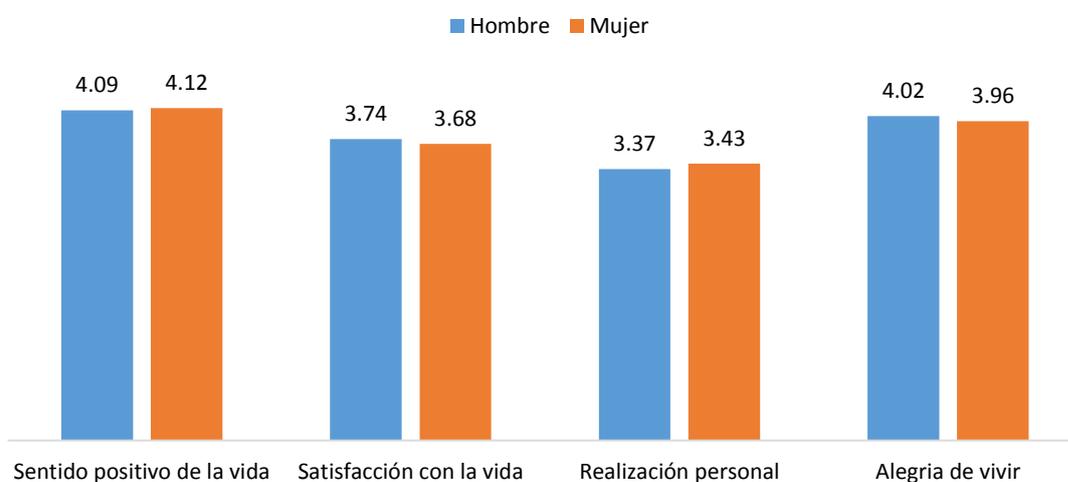


Figura 14. Nivel de felicidad por factor y por género.

La hipótesis nula que se estableció es que la varianza de los hombres es igual a la varianza de las mujeres, mientras que la hipótesis alternativa señala que no son iguales:

- $H_0: \text{var H} = \text{var M}$
- $H_a: \text{var H} \neq \text{var M}$

Por inferencia, si las varianzas son iguales, la desviación estándar es igual; y es en esta etapa donde el análisis permite responder a la pregunta: ¿Qué procedimientos se va a emplear, el de las varianzas iguales o las varianzas diferentes o alternas? Si las varianzas son iguales, se utiliza el procedimiento de la Prueba de T student, de comparación de medias para varianzas iguales. Pero si las varianzas son diferentes entonces se utiliza la Prueba de T student, de comparación de medias para varianzas diferentes. Entonces, el primer paso es validar si las varianzas son iguales o diferentes, para lo cual se utiliza la prueba de Levene, evaluando el P-value o valor de Significancia (Sig), cuyos resultados se presentan en la Tabla 16. En este caso, el P-value o valor de significancia para cada uno de los cuatro factores de la felicidad es mayor a 0.05 (0.730; 0.093; 0.190; 0.202) por lo que no se rechaza la hipótesis nula, y se concluye que las varianzas son iguales o las varianzas no difieren.

Tabla 16

Análisis por Género: Prueba de Levene y Prueba t para Dos Muestras Independientes

Factor de la felicidad	Asunciones	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	$\bar{X}_a - \bar{X}_b$	SE _a - SE _b	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Sentido positivo de la vida	Se asumen varianzas iguales	0.119	0.730	-0.200	377.000	0.842	-0.01139	0.05694	-0.12334	0.10056
	No se asumen varianzas iguales			-0.200	371.259	0.842	-0.01139	0.05694	-0.12337	0.10058
Satisfacción con la vida	Se asumen varianzas iguales	2.836	0.093	0.917	373.000	0.359	0.06259	0.06822	-0.07155	0.19673
	No se asumen varianzas iguales			0.908	344.771	0.364	0.06259	0.06893	-0.07298	0.19816
Realización personal	Se asumen varianzas iguales	1.724	0.190	-0.700	376.000	0.484	-0.04897	0.06995	-0.18650	0.08857
	No se asumen varianzas iguales			-0.695	355.256	0.487	-0.04897	0.07043	-0.18749	0.08956
Alegría de vivir	Se asumen varianzas iguales	1.631	0.202	1.023	379.000	0.307	0.07586	0.07414	-0.06993	0.22164
	No se asumen varianzas iguales			1.028	376.762	0.305	0.07586	0.07380	-0.06925	0.22097

Una vez que se tuvieron los resultados de la prueba de igualdad de varianzas (Prueba de Levene), se hizo la prueba de varianzas diferentes, donde la hipótesis nula establece que las medias son iguales, y la hipótesis alternativa indica que las medias son diferentes

- $H_0: \mu_H = \mu_M$
- $H_a: \mu_H \neq \mu_M$

El P-value para esta nueva prueba de hipótesis (T student) fue 0.842 para el Factor 1, 0.359 para el Factor 2, 0.484 para el Factor 3 y 0.307 para el Factor 4. En todos los casos, el valor ha sido mayor a 0.05 y por lo tanto no se puede rechazar la hipótesis nula. Entonces se concluye que no existe evidencia estadística suficiente para señalar que hay diferencias entre hombres y mujeres en relación a los cuatro factores que componen la felicidad.

4.4.2 Análisis de estudiantes de universidades públicas versus universidades privadas

La muestra se separó en dos grupos, los estudiantes de universidades públicas y los estudiantes de universidades privadas, para identificar si esto tiene efecto sobre el nivel de felicidad de los estudiantes. Primeramente, se presenta la Figura 15, en la cual se comparan gráficamente las medias por factor, y se tiene que los estudiantes de las universidades privadas muestran mayores niveles de felicidad que los de instituciones públicas. Pero dado que la comparación aritmética no es suficiente, se procedió a realizar una prueba de hipótesis.

Lo primero que se hizo fue una prueba de hipótesis para conocer si las varianzas son o no iguales y poder entonces determinar qué tipo de procedimiento se iba a emplear para la comparación de las medias. La hipótesis nula que se estableció es que la varianza de los estudiantes de universidades públicas es igual a la varianza de los estudiantes de universidades privadas, mientras que la hipótesis alternativa señala que no son iguales:

- $H_0: \text{var Pu} = \text{var Pr}$
- $H_a: \text{var Pu} \neq \text{var Pr}$

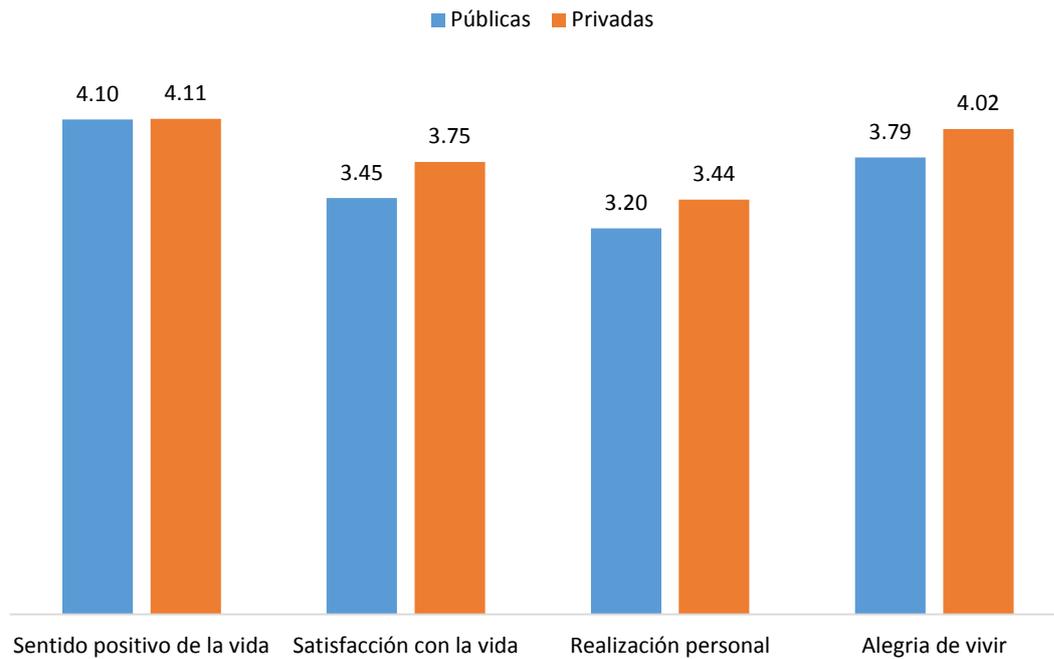


Figura 15. Nivel de felicidad por factor y por tipo de universidad (públicas o privadas).

Si las varianzas son iguales, se utiliza el procedimiento de la Prueba de T student, de comparación de medias para varianzas iguales. Pero si las varianzas son diferentes entonces se utiliza la Prueba de T student, de comparación de medias para varianzas diferentes.

Entonces, el primer paso fue utilizar la prueba de Leven para conocer si estadísticamente las varianzas son iguales o diferentes. Los resultados que se presentan en la Tabla 17 muestran que hay un nivel de significancia de 0.235 en el Factor 1, 0.722 en el Factor 2, 0.622 para el Factor 3 y 0.541 en el Factor 4. Todos estos valores son superiores a 0.05 por lo que no se rechaza la hipótesis nula, es decir que se puede concluir que las varianzas son iguales.

Entonces, se procede a utilizar la prueba T student para muestras con varianzas iguales, planteando como hipótesis nula que las medias de los dos segmentos son iguales, y como hipótesis alternativa que difieren:

- $H_0: \mu H = \mu M$
- $H_a: \mu H \neq \mu M$

Tabla 17

Análisis de Estudiantes de Universidades Públicas versus Privadas: Prueba de Leven y Prueba t para Dos Muestras Independientes

Factor de la felicidad	Asunciones	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	$\bar{X}_a - \bar{X}_b$	SE _a - SE _b	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Sentido positivo de la vida	Se asumen varianzas iguales	1.415	0.235	-0.594	377.00	0.553	-0.04557	0.07679	-0.19656	0.10541
	No se asumen varianzas iguales			-0.582	85.07	0.562	-0.04557	0.07827	-0.20120	0.11005
Satisfacción con la vida	Se asumen varianzas iguales	0.127	0.722	-3.164	373.00	0.002	-0.28628	0.09048	-0.46419	-0.10837
	No se asumen varianzas iguales			-3.172	87.11	0.002	-0.28628	0.09024	-0.46564	-0.10691
Realización personal	Se asumen varianzas iguales	0.243	0.622	-2.795	376.00	0.005	-0.26072	0.09329	-0.44415	-0.07729
	No se asumen varianzas iguales			-3.008	93.34	0.003	-0.26072	0.08668	-0.43284	-0.08860
Alegría de vivir	Se asumen varianzas iguales	0.374	0.541	-2.751	379.00	0.006	-0.26983	0.09807	-0.46266	-0.07699
	No se asumen varianzas iguales			-2.704	88.82	0.008	-0.26983	0.09977	-0.46808	-0.07158

En la Tabla 17 se aprecia que el Factor 1 obtuvo una significancia de 0.553 que sí es superior a 0.05 y por lo tanto en este caso se acepta la hipótesis nula y se sostiene que para el Factor 1 Sentido positivo de la vida no hay una diferencia entre los estudiantes de universidad públicas y de universidades privadas. Pero en lo que se refiere a los otros tres factores, el nivel de significancia de la prueba T student para muestras con varianzas iguales arrojó valores inferiores a 0.05 (0.002; 0.003; 0.006) por lo que entonces se concluye que existe evidencia estadística suficiente para afirmar que hay diferencias entre estudiantes de universidades públicas y universidades privadas en relación al factor de Satisfacción con la vida, al factor de Realización personal y al factor de Alegría de vivir.

4.4.3 Análisis de estudiantes mayores de edad versus menores de edad

En este punto, se separó la muestra en dos grupos, de acuerdo a la edad de los estudiantes. El primer grupo son jóvenes mayores de edad (18 años o más) y el otro grupo son menores de edad. Lo primero que se realizó fue una comparación aritmética de las medias de ambos grupos, por factor, lo cual se presenta en la Figura 16. Se observa que los menores de edad tienen niveles de felicidad más elevados en Satisfacción con la vida, Realización personal y Alegría de vivir; mientras que los mayores de edad solo mostraron un nivel más alto en Sentido positivo de la vida. Como hacer una comparación aritmética de la media no es suficiente evidencia estadística, se procedió a realizar una prueba de hipótesis.

Figura H. Nivel de felicidad por factor y por edad.

Antes de hacer una prueba de hipótesis para comparar las medias, es necesario conocer si las varianzas de ambos segmentos son o no iguales. Es por ello que se planteó como hipótesis nula que la varianza de los menores de edad es igual a la varianza de mayores de edad, mientras que la hipótesis alternativa señala que difieren:

- $H_0: \text{var MaE} = \text{var MeE}$
- $H_a: \text{var MaE} \neq \text{var MeE}$

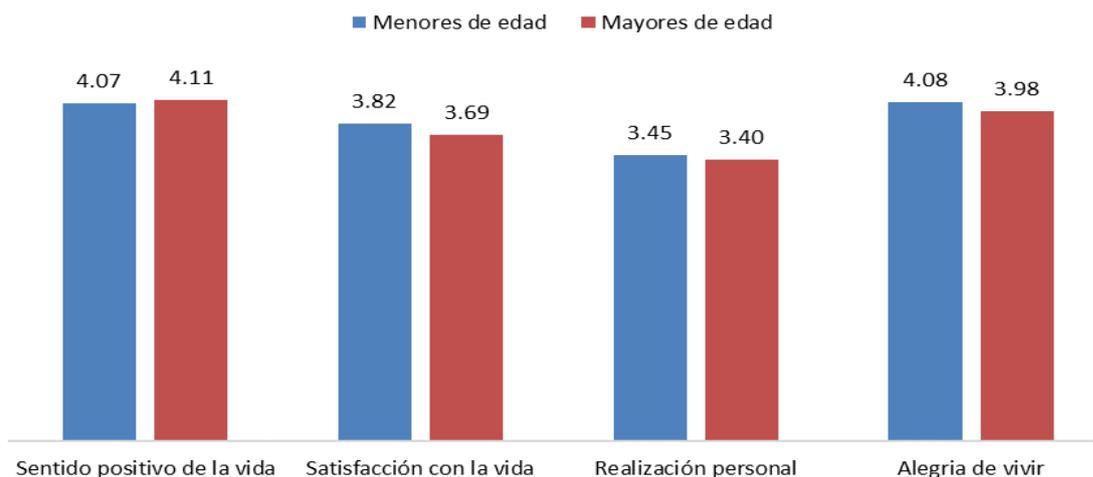


Figura 16. Nivel de felicidad por factor y por edad de los estudiantes (menores de edad o mayores de edad).

De acuerdo a los resultados de la prueba de Levene, que se presentan en la Tabla 18 se tiene que el nivel de significancia o P-value para cada uno de los factores es superior a 0.05 (0.905; 0.912; 0.452; 0.270). Esto implica que se acepta la hipótesis nula, ya que no existe suficiente evidencia para no rechazarla; concluyéndose que la varianza en ambos grupos es igual.

Por lo tanto, para la prueba de hipótesis de las medias entre el grupo de estudiantes mayores de edad y el grupo de estudiantes menores de edad, se puede utilizar el estadístico T student para muestras con varianzas iguales. La hipótesis nula señala que ambas medias son iguales, mientras que la hipótesis alterna indica que son diferentes:

- $H_0: \mu \text{ MaE} = \mu \text{ MeE}$
- $H_a: \mu \text{ MaE} \neq \mu \text{ MeE}$

Los resultados que se presentan en la Tabla 18 revelan que el grado de significancia para el Factor 1 es 0.746, para el Factor 2 es 0.242, para el Factor 3 asciende a 0.657 y para el Factor 4 llega a 0.439. Dado que, en todos los casos, el valor fue superior 0.05 se afirma que la hipótesis nula no se puede rechazar, por lo que se concluye que no existe evidencia estadística suficiente para señalar que hay diferencias entre los estudiantes menores de edad y aquellos mayores de edad, en relación con los cuatro factores que componen la felicidad.

Tabla 18

Análisis de Estudiantes por Grupo de Edad: Prueba de Levene y Prueba t para Dos Muestras Independientes

Factor de la felicidad	Asunciones	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	$\bar{X}_a - \bar{X}_b$	SE _a - SE _b	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
									Inferior	Superior
Sentido positivo de la vida	Se asumen varianzas iguales	0.014	0.905	-0.324	377.00	0.746	-0.03062	0.09460	-0.21662	0.15539
	No se asumen varianzas iguales			-0.325	45.74	0.747	-0.03062	0.09421	-0.22027	0.15904
Satisfacción con la vida	Se asumen varianzas iguales	0.012	0.912	1.171	373.00	0.242	0.13350	0.11400	-0.09067	0.35766
	No se asumen varianzas iguales			1.082	42.73	0.285	0.13350	0.12339	-0.11540	0.38239
Realización personal	Se asumen varianzas iguales	0.567	0.452	0.444	376.00	0.657	0.05211	0.11742	-0.17876	0.28299
	No se asumen varianzas iguales			0.411	42.71	0.683	0.05211	0.12681	-0.20368	0.30791
Alegría de vivir	Se asumen varianzas iguales	1.218	0.270	0.775	379.00	0.439	0.09569	0.12348	-0.14709	0.33848
	No se asumen varianzas iguales			0.866	48.49	0.391	0.09569	0.11053	-0.12649	0.31788

4.4.4 Análisis de estudiantes cursando estudios generales versus facultad

Para separar a los estudiantes en estos dos grupos o segmentos se consideró que todos aquellos cursando los primeros dos años están en estudios generales, mientras que aquellos que están a partir del tercer año están en facultad. En la Figura 17 se observa como los valores son muy similares para ambos grupos, siendo superiores para los de estudios generales en tres de los cuatro factores, y solamente en Sentido positivo de la vida los estudiantes de facultad tuvieron una ligera ventaja.

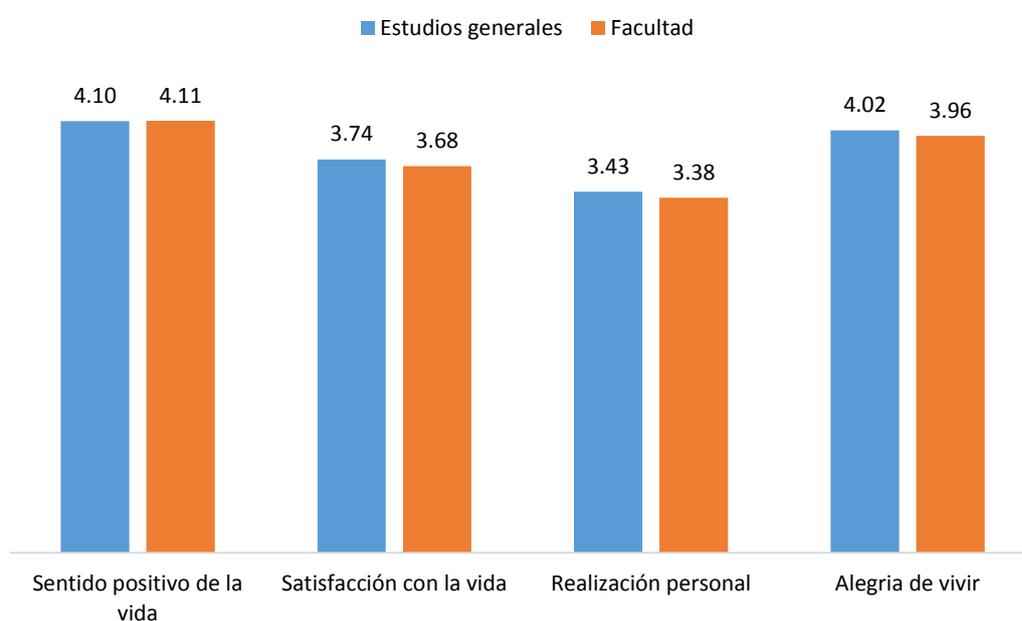


Figura 17. Nivel de felicidad por factor y por grupo de años de estudio.

Para conocer si las diferencias existentes son estadísticamente significativas fue necesario realizar pruebas de hipótesis. Primeramente, se comprobó si las varianzas de ambos segmentos eran o no iguales, planteando la siguiente hipótesis nula y alternativa:

- $H_0: \text{var } E_g = \text{var } E_f$
- $H_a: \text{var } E_g \neq \text{var } E_f$

Los P-value que se obtuvieron y que se presentan en la Tabla 19 son 0.643 en el Factor 1, 0.278 para el Factor 2, 0.377 en el Factor 3 y 0.268 para el Factor 4. Dado que todos son superiores a 0.05 no se rechaza la hipótesis nula, con lo cual se concluye que las

Tabla 19

Análisis de Estudiantes Estudios Generales versus Facultad: Prueba de Leven y Prueba t para Dos Muestras Independientes

Factor de la felicidad	Asunciones	Prueba de Levene de igualdad de varianzas		Prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	$\bar{X}_a - \bar{X}_b$	SE _a - SE _b	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
								Inferior	Superior	
Sentido positivo de la vida	Se asumen varianzas iguales	0.215	0.643	-0.421	377.00	0.674	-0.02431	0.05779	-0.13793	0.08932
	No se asumen varianzas iguales			-0.420	329.04	0.675	-0.02431	0.05790	-0.13820	0.08959
Satisfacción con la vida	Se asumen varianzas iguales	1.180	0.278	0.870	373.00	0.385	0.06022	0.06923	-0.07591	0.19635
	No se asumen varianzas iguales			0.861	314.74	0.390	0.06022	0.06995	-0.07741	0.19786
Realización personal	Se asumen varianzas iguales	0.783	0.377	0.480	376.00	0.632	0.03412	0.07108	-0.10565	0.17388
	No se asumen varianzas iguales			0.488	343.52	0.626	0.03412	0.06998	-0.10352	0.17176
Alegría de vivir	Se asumen varianzas iguales	1.230	0.268	0.274	379.00	0.784	0.02062	0.07530	-0.12743	0.16867
	No se asumen varianzas iguales			0.276	343.91	0.782	0.02062	0.07461	-0.12613	0.16737

varianzas son iguales o las varianzas no difieren. Entonces se procedió a aplicar la prueba T student para conocer si las medias son o no iguales. Las hipótesis que se plantearon son las siguientes:

- $H_0: \mu_{Eg} = \mu_{Ef}$
- $H_a: \mu_{Eg} \neq \mu_{Ef}$

En base a los resultados que se muestran en la Tabla 19 se tiene que el nivel de significancia de la prueba T student para muestras con varianzas iguales fue 0.674 en Sentido positivo de la vida (Factor 1), 0.385 para Satisfacción con la vida (Factor 2), 0.632 para Realización personal (Factor 3) y 0.784 en Alegría de vivir (Factor 4). Entonces, dado que todos estos valores son superiores a 0.05 no se rechaza la hipótesis nula, lo que indica que las medias entre los estudiantes de estudios generales y de facultad son iguales.

Capítulo V: Plan de Acción

En este capítulo se presenta el plan de acción de la investigación, que tiene como objetivo incrementar el nivel de felicidad de los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018, a partir de los resultados del estudio. Estos resultados permiten identificar la necesidad de acciones en los siguientes ámbitos: (a) actitudes ante la vida, (b) expectativas de los estudiantes en los aspectos personales, (c) expectativas de los estudiantes en los aspectos académicos, y (d) condiciones que brindan las universidades.

Los resultados de la investigación son útiles para los estudiantes, para las universidades y para los futuros empleadores. Así mismo, a la sociedad en general le es de interés contar con personas más felices, que desarrollen de manera íntegra sus ocupaciones, preocupadas por obtener un alto desempeño. Por lo tanto, con este plan de acción se genera un beneficio para el país.

5.1 Incidencias a Nivel de los Individuos

Se encontró que a nivel de los estudiantes universitarios, los principales problemas existentes son los que se presentan a continuación, que han sido identificados a partir de las respuestas a las encuestas, seleccionando aquellos ítems que obtuvieron una puntuación inferior o igual a 3.50.

- Todavía no encuentran sentido a su vida (ítem 26)
- Sienten que tienen problemas tan hondos que les quitan la tranquilidad (ítem 18)
- Perciben que la vida ha sido injusta con ellos (ítem 17)
- Tienen la sensación de que en la mayoría de las cosas su vida no está cerca de su ideal (ítem 1)
- Tienen la sensación de que algo les falta (ítem 27)
- No se sienten realizados (ítem 24)
- Tienen la necesidad de cambiar aspectos de su vida (ítem 9)

- Sienten que su vida no transcurre de forma plácida (25)

5.2 Incidencias en las Universidades

Una vez que se identificaron los problemas que limitan la felicidad de los estudiantes universitarios, se reconoce el efecto que estos tienen o podrían llegar a tener sobre las universidades. Cuando los individuos no encuentran sentido a su vida o sienten problemas tan hondos que les quitan su tranquilidad, se corre el riesgo de que entren en un estado depresivo, afectando su rendimiento académico. Así mismo, cuando los jóvenes perciben que su vida no está cerca del ideal o tienen la sensación de que algo les falta, es probable que consideren cambiarse de carrera o abandonar sus estudios universitarios.

Ante esta situación, las instituciones de educación superior tienen que promover el sentimiento de realización en sus estudiantes, brindándoles herramientas para que logren sus objetivos; lo cual se puede conseguir estableciendo objetivos realistas y dividiendo sus metas en corto, mediano y largo plazo, para luego crear planes de acción individualizados y poder verificar los resultados al final de cada ciclo, con seguimiento mensual. Pero, además, tienen que ofrecer un ambiente donde los alumnos se puedan desarrollar en distintos aspectos de su vida, con equilibrio, y no únicamente en el aspecto académico. La felicidad de estos jóvenes depende de que se sientan tranquilos y logren un desarrollo integral de su ser, para lo que deben haber fijado sus metas y tener expectativas reales, pero no por ello poco ambiciosas.

5.3 Incidencias en Políticas Públicas

Para Alarcón (2006), las sensaciones de depresión, fracaso, intranquilidad, pesimismo o vacío existencial son contrarias a la felicidad. En el Perú, la depresión es un problema de salud pública, ya que se estima que hay 1.7 millones de personas con esta condición, de las cuales 365,000 se encuentran en Lima Metropolitana y el 65% no recibe atención médica. La depresión se manifiesta como una sensación de tristeza o desmotivación, con cambios en los estados de ánimo y que, por ende, genera dificultad para estudiar (Flores, 2017).

Los resultados de la investigación muestran indicios de que un grupo de estudiantes universitarios podrían presentar síntomas de depresión, lo que debe certificarse con evaluaciones especializadas. Debe ponerse especial atención a las siguientes revelaciones: (a) sienten que tienen problemas tan hondos que les quitan la tranquilidad (ítem 18), (b) perciben que la vida ha sido injusta con ellos (ítem 17), y (c) tienen la sensación de que algo les falta (ítem 27).

5.4 Propuesta de Planes

Los problemas que se identificaron sirven de punto de partida para elaborar la Tabla 20, donde se crean propuestas y planes de acción. Con esto se pretende incrementar el nivel de felicidad de los estudiantes, atacando factores concretos. Es así que ante cada problema se ha definido un objetivo, se hace una propuesta, se proponen acciones concretas y se establece una meta; para finalmente señalar quién será el responsable de ejecutar tal planteamiento. Se tiene que, ante problemas de salud pública, asociados con la depresión, le corresponde al Ministerio de Salud tomar la posta, mientras que en otros casos deben hacerlo las universidades, ofreciendo servicios de asesoría para el desarrollo de planes de carrera, así como también deben brindar consultorios psicológicos.

En general, se debe lograr que los estudiantes universitarios tengan metas acordes con la realidad, para que puedan manejar correctamente sus expectativas, en plazos realistas, evitando la frustración o el sentimiento de que no han logrado lo suficiente. Las acciones concretas que se planteen deben comprender la asesoría obligatoria, para desarrollar un plan de carrera con cada estudiante, que defina los cursos que deben tomar cada semestre sobre la base de los requerimientos particulares, y donde se establezcan objetivos de corto, mediano y largo plazo, con miras a que cuando se gradúen se incorporen al mercado laboral en el área de su escogencia.

Tabla 20

Planes de Acción

Factor	Problemas	Objetivos	Propuesta	Acciones puntuales	Metas	Responsable	
1	F1	Ayudar a los estudiantes a identificar herramientas para dar sentido a su vida	Ofrecer consultorio psicológico gratuito para estudiantes en las universidades	Construir o asignar un área dentro de cada universidad para los consultorios; implementar el trabajo en consultorios como parte del pènsum de pre y posgrado de la carrera de psicología en las universidades donde existe o convenios con otras casas de estudio, en caso de que no cuenten con esta carrera; crear una aplicación para que los estudiantes puedan gestionar sus citas.	Lograr que el 50% de los estudiantes universitarios asistan al menos a una consulta psicológica por año	Cada universidad (facultad de psicología o rectorado)	
			Fomentar el desarrollo de clubes o actividades extracurriculares en las universidades	Establecer una unidad de coordinación de actividades extracurriculares; crear un reglamento de clubes o actividades extracurriculares en cada universidad; estimular a los estudiantes a asociarse entre ellos y crear diversos clubes, como, por ejemplo, deportivos, teatro, videojuegos, fanáticos de películas antiguas, baile, entre otros.	Lograr que el 30% de los estudiantes universitarios participen en un club o actividad extracurricular en un año	Centro de estudiantes de cada universidad	
			Entrenar a todos los profesores universitarios en técnicas de motivación y de educación	Los centros de posgrado crearán cursos de formación en educación universitaria; las universidades exigirán a sus profesores tomar cursos de formación en educación; las universidades darán becas y financiamiento para que sus profesores se formen en herramientas educativas, incluyendo técnicas de motivación.	En tres años, el 100% de los profesores habrá recibido al menos 20 horas de formación en técnicas educativas modernas	Centros de posgrado y universidades	
2	F1	Los estudiantes sienten que tienen problemas tan hondos que les quitan la tranquilidad (18) y que la vida ha sido injusta con ellos (17)	Identificar problemas de depresión, a través de campaña pública	Desarrollar una campaña pública masiva para comunicar los síntomas de la depresión, desmitificando esta enfermedad. Para ello, se contratarán expertos en publicidad y se comunicará a través de televisión, radio y vallas.	El 70% de los jóvenes de entre 15 y 25 años conocerán los síntomas de la depresión	Ministerio de Salud (MINSa)	
			Estimar la proporción de jóvenes universitarios que enfrentan problemas de depresión	Reunir estadísticas de centros de salud, hospitales y clínicas privadas para empezar a contabilizar los casos de depresión diagnosticados; conducir un estudio cuantitativo a nivel nacional en jóvenes, para medir la penetración que la depresión tiene en este grupo.	Conocer la proporción de jóvenes que tienen depresión en menos de seis meses	Ministerio de Salud (MINSa)	
			Identificar y tratar posibles casos de depresión	Poner a disposición de los jóvenes, una aplicación para telefonía móvil a través de la cual atender consultas y brindar información sobre depresión	Desarrollar una aplicación para celulares, atractiva para jóvenes, que de manera inmediata les brinde ayuda en caso de que requieran información sobre la depresión; también se brindará asistencia en el caso de que el joven tenga síntomas de depresión o quiera hacer consultas. Las personas encargadas de dar información tendrán contacto con bomberos, ambulancias y centros de salud si es necesario remitir de inmediato a los jóvenes.	Instalar la línea de auxilio (aplicativo) en menos de un año	Ministerio de Salud (MINSa)
			Ofrecer consultorio psicológico gratuito para estudiantes en las universidades	Construir o asignar un área dentro de cada universidad para los consultorios; implementar el trabajo en consultorios como parte del pènsum de pre y posgrado de la carrera de psicología en las universidades donde existe o convenios con otras casas de estudio, en caso de que no cuenten con esta carrera; crear una aplicación para que los estudiantes puedan gestionar sus citas.	El 25% de los jóvenes con depresión asistirá a consulta de manera frecuente	Ministerio de Salud (MINSa)	
			Promover las actividades deportivas, instalando gimnasios en los campus universitarios	Construir gimnasios dentro de los campus universitarios, con instalaciones modernas y cómodas, contando con servicios de duchas y lockers; equipar los gimnasios y dotarlos de personal para el entrenamiento y la seguridad; publicar el nuevo servicio entre los estudiantes, quienes tendrán acceso gratuito.	En el primer año, un 15% de los estudiantes habrá hecho uso de estos gimnasios; creciendo progresivamente hasta 30% en cinco años	Dirección administrativa de cada universidad	
			Instituir el maratón de la felicidad	Crear una carrera a nivel nacional, donde se unan todas las personas para correr a favor de la felicidad; la carrera será impulsada por la SUNEDU, con apoyo de las universidades; buscar promotores privados para realizar publicidad como marcas deportivas; hacer campañas de comunicación dentro de las universidades para impulsar la participación.	Más de 10,000 personas participarán en el primer maratón de la felicidad	Ministerio de Educación	
3	F2	En la mayoría de las cosas, mi vida no está cerca de mi ideal (1)	Identificar las expectativas de vida que los jóvenes universitarios tienen	Incluir de manera obligatoria, la consulta con asesores de carrera desde el primer semestre, de modo tal que puedan definirse las expectativas de los alumnos, y un plan de carrera que señale cuáles cursos deben tomar y en qué semestre.	Completar una investigación cualitativa para conocer a profundidad cuáles son estas expectativas	Futuros investigadores (estudiantes de CENTRUM Católica)	
			Desarrollar planes de carrera y de vida ajustados a la realidad	Crear planes de desarrollo profesional	Una vez que cada estudiante tenga su plan de carrera, desarrollar acciones de corto y de mediano plazo, reforzando la idea de que los logros son: (a) aprobar ciertos cursos en el corto plazo, (b) hacer prácticas profesionales o la tesis en el mediano plazo, y (c) graduarse e insertarse en el mercado laboral en el largo plazo.	El 80% de los estudiantes universitarios recibirá asesoría especializada para el desarrollo de carrera al menos una vez por semestre	Cada universidad, asignando un asesor u orientador a cada estudiante, para el diseño de su pènsum y planes de carrera y de vida
			Ofrecer consultorio psicológico gratuito para estudiantes en las universidades	Construir o asignar un área dentro de cada universidad para los consultorios; implementar el trabajo en consultorios como parte del pènsum de pre y posgrado de la carrera de psicología en las universidades donde existe o convenios con otras casas de estudio, en caso de que no cuenten con esta carrera; crear una aplicación para que los estudiantes puedan gestionar sus citas.	Lograr que el 50% de los estudiantes universitarios asistan al menos a una consulta psicológica por año	Cada universidad (facultad de psicología o rectorado)	
			Brindar las herramientas para que cambien los aspectos de su vida con los que no están satisfechos	Desarrollar programas de prácticas preprofesionales desde el segundo año de carrera	Incluir en los pènsum de estudios las prácticas preprofesionales en segundo, tercero y cuarto año; en caso de que los estudiantes laboren, estas prácticas se podrían hacer en sus centros de trabajo, siempre y cuando tengan funciones acordes con las carreras que cursan; hacer alianzas entre las universidades y las empresas medianas y grandes en todo Perú, incluyendo las públicas; crear una unidad de colocación o de inserción laboral; definir el perfil del estudiante por carrera y por año; hacer ferias de pasantías para ofrecer un espacio de interacción entre las empresas y los estudiantes; tener profesores asignados para visitar las empresas y supervisar el desarrollo de estas prácticas.	En 10 años, el 100% de los graduados habrá realizado tres prácticas preprofesionales durante el curso de su carrera	SUNEDU y cada universidad (Dirección Académica)
6	F3	Los estudiantes sienten que su vida no transcurre de forma placida (25)	Aumentar el enfoque práctico/útil de los cursos	Crear seminarios entre autoridades universitarias, empresarios, directivos de diversas empresas y exalumnos; revisar los pènsum de carreras y el contenido de cada curso; adecuar los objetivos de los cursos e incluir actividades prácticas como el desarrollo de casos, los centros de emprendimiento, los trabajos aplicados, los laboratorios y talleres.	Un 30% de las horas de clases estarán destinadas a actividades prácticas, incluyendo laboratorios y talleres		

Capítulo VI: Conclusiones y Recomendaciones

En este capítulo se presentan las conclusiones generales de la investigación, seguidas por recomendaciones para las universidades, para los estudiantes y para futuros investigadores.

6.1 Conclusiones

Las conclusiones se basan en el análisis de una muestra de 384 estudiantes universitarios, la cual es representativa de la población, con un 95% de nivel de confianza y un 5% de error estadístico. Se trata de jóvenes con edades comprendidas entre 16 y 32 años, con una media de 20.13 años y que en su mayoría entraron a la universidad entre 2016 y 2017. La mayoría de los encuestados cursan sus estudios superiores en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Universidad de San Martín de Porres o Universidad Nacional Mayor de San Marcos, en concordancia con la importancia que estas casas de estudio tienen en la población total, considerando que solamente se han incluido universidades que tienen el licenciamiento de SUNEDU. En cuanto al género, el 54% son mujeres y el 46% son hombres, mientras que al distribuirlos por carrera, destacan los estudiantes de ingeniería con el 28.4%, seguidos por los estudiantes de artes escénicas, audiovisuales y comunicación con 10.4%.

Se concluye que el nivel de felicidad en los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana es 3.80 en un rango entre 1 y 5, por lo que se califica como medio alto. A este resultado se llegó con un nivel de confiabilidad de 0.624 en el indicador Alfa de Cronbach, por lo que se entiende que todos los ítems analizados (27) forman parte de un mismo constructo, que es la felicidad. A continuación, se procede a responder las preguntas específicas de la investigación. Entonces, dado que la felicidad influye positivamente en el desempeño (Schaufeli, 2015; Yamamoto, 2013), se puede inferir que los estudiantes universitarios están satisfechos con sus centros de estudio y, por ende, deben estar comprometidos, de acuerdo con lo señalado por Tella et al. (2007).

¿Cuál es el nivel del sentido positivo de la vida que tienen los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018? Con una media de 4.11, este es el factor que mostró un mayor puntaje, confirmando que la actitud positiva sí aporta a la felicidad del individuo, tal y como fue señalado por Musikanski et al. (2017). Este alto valor también indica que los estudiantes de educación superior de Lima Metropolitana sí realizan una evaluación positiva de las experiencias, lo cual de acuerdo con Álvarez y Muñiz (2013) se da en un plano tanto físico como material, afectivo y social.

Dentro de los 11 ítems que integran el Factor 1, hay 10 que están planteados de manera inversa, y en ellos se obtuvo valores promedios entre 1.41 y 2.14, lo cual resulta favorable y se confirma con medianas entre 1 y 2; mientras que el único ítem planteado de manera positiva mostró una media igual a 3.75. Todo esto con un error estadístico inferior a 0.30 y una desviación estándar promedio de 0.553.

¿Cuál es el nivel de satisfacción con la vida en los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018? Con una media de 3.70 se puede afirmar que los estudiantes se encuentran satisfechos con la vida. Esto con una desviación estándar de 0.662 y una mediana igual a 4; donde la mayor valoración se dio en el ítem 4, “Estoy satisfecho con mi vida,” a lo cual le siguió el ítem 6, “Me siento satisfecho con lo que soy,” y el ítem 10, “Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar”.

Esto confirma que existe una satisfacción medio alta con la vida en general y con la persona, de lo que se colige que hay felicidad, ya que de acuerdo con Alarcón (2006), la felicidad se relaciona con un estado de satisfacción. Así mismo, se verifica que la felicidad es un estado emocional y consciente de plenitud, tal y como lo señalaron Álvarez y Muñiz (2013).

¿Cuál es el nivel de realización personal de los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018? Se concluye que los estudiantes están satisfechos con lo logrado hasta ahora, pero sienten que aún les falta por lograr más cosas, lo que probablemente

está relacionado con el momento de la vida que atraviesan, donde apenas inician su proceso de formación profesional. La media obtenida en este Factor 3 es 3.40, siendo la menor de los cuatro factores. Además, se encontró que hay una alta desviación estándar, y con asimetría negativa en la curva de normalidad.

Los ítems que mostraron una media y mediana más alta fueron: (a) 21, “Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado”; (b) 8, “Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes”, y (c) 25, “Mi vida transcurre plácidamente”. Con estos datos se confirma que la felicidad guarda relación con una orientación del individuo hacia metas que considera valiosas para su vida (Alarcón, 2006).

La importancia del Factor 3: Realización personal radica en que sus enunciados se asocian con lo que se llama felicidad plena y no con estados temporales (Alarcón, 2006); confirmando lo que distintos autores señalaron (Álvarez & Muñiz, 2013; Luthar, 2003) en relación con que la felicidad es una sensación permanente o duradera.

¿Cuál es el nivel de la alegría de vivir que experimentan los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana al 2018? Los resultados obtenidos reflejan un sentir de que vivir es algo maravilloso, refiriéndose a un sentimiento generalizado de estar bien (Alarcón, 2006), lo cual conlleva una alegría y una visión optimista; y esto se manifestó en una media igual a 3.99 para este factor. A nivel de los ítems, el mayor puntaje se registró en “Es maravilloso vivir”, seguido por “He experimentado la alegría de vivir”. En todos los casos, con una media de 4.0, una baja desviación estándar y un error estándar inferior a 0.04 se confirma que este sentimiento es generalizado en la población del estudio.

Como conclusión final, se valida la definición de felicidad que Alarcón (2006) dio, ya que se probó que todos los ítems aportan al constructo. Es así que la felicidad es estar libre de estados depresivos, con una actitud optimista hacia la vida, con sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la existencia en general; percibiendo una satisfacción en cuanto a los logros

alcanzados. Sin embargo, y al contrario de Alarcón (2006), los resultados de esta investigación revelan que los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana sienten que todavía no han logrado todo lo que se proponen en la vida, lo cual probablemente se debe a que tienen amplias aspiraciones materiales y de talento para su vida profesional futura.

Para complementar el análisis del nivel de felicidad entre los estudiantes universitarios, se hicieron varios análisis por grupos o segmentos, tratando de identificar la existencia de variables modeladoras de la felicidad. Los resultados mostraron que no existe evidencia estadística suficiente para señalar que hay diferencias entre hombres y mujeres en ninguno de los cuatro factores que componen la felicidad. Lo mismo ocurrió con la edad de los participantes, encontrándose que no hay diferencias entre los menores y los mayores de edad, así como tampoco influye si los estudiantes están en estudios generales o en facultad. Sin embargo, los resultados revelaron que sí hay una diferencia estadística significativa entre los estudiantes de universidades públicas y privadas, siendo estos últimos los que mostraron mayor nivel de felicidad, específicamente en los siguientes factores: (a) satisfacción con la vida, (b) realización personal y (c) alegría de vivir. Adicionalmente, se creó un plan de acción que comprende objetivos y propuestas concretas, para cada uno de los problemas que se identificaron. Cada universidad tendrá que brindar el servicio de asesoría académica, estableciendo metas reales, de modo tal que cada estudiante cuente con un plan de carrera y esto le ayude a manejar sus expectativas, tanto en el mediano como en el largo plazo. Asimismo, se propuso la creación de consultorios psicológicos a disposición de todos los alumnos. A nivel de políticas públicas, hay que combatir la depresión, logrando ampliar el conocimiento que la población tiene sobre sus síntomas, para luego poder tratarla.

6.2 Recomendaciones Prácticas

Con las conclusiones se comprueba que se han contestado las cinco preguntas específicas de la investigación, así como la pregunta general, alcanzando el propósito que se

planteó en el Capítulo I. Lo que corresponde ahora es brindar recomendaciones, tanto para los estudiantes de educación superior como para las universidades y para los futuros empleadores.

Para los estudiantes de educación superior. Usar la felicidad que sienten como motivación para culminar sus estudios universitarios, en el tiempo programado; al mismo tiempo, deben proponerse metas que sean retadoras, pero también realistas, para que no merme la sensación de logro. Por último, tienen que mantener en perspectiva que la felicidad es una sensación de largo plazo, y que no debe empañarse por acontecimientos temporales o pasajeros, ya que aún las personas felices enfrentan problemas.

Para las universidades. En primer lugar, implementar el plan de acción que se ha diseñado, con lo cual se podrá crear un ambiente motivador, que permita a los estudiantes lograr sus metas, no solo en el ámbito académico sino social y psicológico. Es así que deben ser centros libres de prejuicios, donde los catedráticos y las autoridades sean ejemplo de una actitud positiva, impulsando un sentido de pertenencia.

Para los futuros empleadores. Tendrán a su disposición una fuerza laboral joven, con un nivel de felicidad medio alto, por lo que deben desarrollar políticas de retención del talento humano que brinden condiciones para que los empleados mantengan esta sensación de realización personal, satisfacción con sus logros, alegría de vivir y actitud positiva; ya que de acuerdo con la teoría, esto les permitirá desarrollar satisfacción laboral, compromiso con la organización y un alto desempeño en sus cargos.

6.3 Contribuciones Teóricas y Prácticas

Con la presente investigación se ha generado conocimiento en torno al tema de la felicidad en América Latina, y específicamente en Perú. El estudio ha mostrado que existe un instrumento con validez, apropiado a la cultura nacional, que puede ser aplicado a estudiantes y que incluso podría adaptarse a otras poblaciones. Además, al hacer la medición a través de

27 ítems, ahora se cuenta con información por áreas y no solo de una manera general. A nivel práctico se han dado una serie de recomendaciones para estudiantes, universidades y futuros empleadores, las cuales se complementan con las propuestas para nuevas investigaciones que se presentan en el siguiente apartado.

6.4 Recomendaciones para Futuras Investigaciones

Los resultados de esta investigación han dado a conocer el nivel de felicidad de los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, lo que genera la oportunidad de realizar estudios similares en otras ciudades del Perú; así como también se pueden conducir estudios dirigidos a medir la felicidad en los estudiantes de posgrado. Estas investigaciones con alcance descriptivo y enfoque cuantitativo permitirán no sólo conocer la situación en otras regiones o ciudades, sino además podría incluso llegarse a elaborar investigaciones comparativas, entre ciudades o entre alumnos de pre y posgrado. Así, al identificar los mejores resultados se crearían nuevos planes de mejora. De la misma manera se sugiere el desarrollo de una investigación similar en otras capitales de América Latina, con miras a realizar comparaciones con los resultados del presente estudio.

Los resultados revelaron que el factor con menor puntaje fue Realización personal, y dentro de este, el ítem 27 “Creo que no me falta nada”. Por tanto, se recomienda conducir una investigación de enfoque cualitativo para ahondar en el tema de las carencias y conocer cuáles son aquellos factores, elementos u oportunidades que los estudiantes universitarios consideran que les están faltando o que no poseen. Será importante ahondar sobre las metas que los estudiantes universitarios poseen y los plazos que se han establecido para alcanzarlas.

También se encontró que existen diferencias estadísticamente significativas entre los estudiantes de universidades públicas y los de universidades privadas. Para el desarrollo de planes de acción que lleven a incrementar el nivel de felicidad, sería muy útil conocer cuáles son las causas de estas diferencias, es decir, una investigación de enfoque cualitativo, que

describa ampliamente los motivos por los que en Lima, los estudiantes de universidades públicas tienen un nivel de felicidad inferior al de los alumnos de universidades privadas.



Referencias

- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Interamerican Journal of Psychology*, 40(1), 99-106.
- Álvarez, A., & Muñiz, J. (2013). Felicidad y desarrollo de la cultura en las organizaciones, un enfoque psicosocial. *Revista de Comunicación*, (12), 7-31.
- Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. En J. P. Forgas y J. M. Innes (Eds.), *Recent advances in social psychology: An international perspective* (pp.189-203). Ámsterdam, Holanda: Elsevier.
- Arosemena, G. (2009, diciembre). Felicidad nacional bruta (FNB). *Bepress*. Recuperado de https://works.bepress.com/guillermo_rosemena/318/download/
- Becker, T., Randal, D., & Riegel, C. (1995). The multidimensional view of commitment and theory of reasoned action: A comparative evaluation. *Journal of Management*, 21(4), 617-638.
- Biswas-Diener, R., Diener, E., & Tamir, M. (2004). The psychology of subjective well-being. *Daedalus*, 133(2), 18-25.
- Boehm, J., & Lyubomirsky, S. (2008). Does happiness promote career success? *Journal of Career Assessment*, 16(1), 101-116.
- Borman, W., Penner, L., Allen, T., & Motowidlo, S. (2001). Personality predictors of citizenship performance. *International Journal of Selection and Assessment*, 9(2), 52-69.
- Brief, A., & Weiss, H. (2002). Organizational behavior: Affect in the workplace. *Annual Review of Psychology*, 53, 279-307.
- Castañeda, M. B., Cabrera, F., Navarro, Y., & Wietse, D. (2010). *Procesamiento de datos y análisis estadístico utilizando SPSS*. Porto Alegre, Brasil: Edipucrs.

- Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: Hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología, 12*(1), 83-96.
- Davis, K., & Newstrom, J. (1999). *Comportamiento humano en el trabajo* (10a ed.). México D. F., México: McGraw-Hill.
- Diener, E., & Pavot, W. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment, 5*(2), 164-172.
- Diener, E., & Suh, E. M. (2000). *Culture and subjective well-being*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology, 54*(1), 403-425.
- Flores, M. (2017, 07 de abril). Depresión causa dos de cada tres suicidios. *Perú 21*. Recuperado de <https://peru21.pe/lima/depresion-causa-dos-tres-suicidios-71952>
- Fredrickson, B., & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition & Emotion, 19*(3), 313-332.
- Gamero, H. (2013). La satisfacción laboral como dimensión de la felicidad. *Ciencia y Trabajo, 15*(47), 94-102.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *Using SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Great Place to Work. (2018). *Los mejores lugares para trabajar 2017*. Recuperado de <https://www.greatplacetowork.com.pe/los-mejores-lugares-para-trabajar/las-mejores/2017>

- Gustems, J., Calderón, C., & Calderón, D. (2013). *Bienestar en universitarios: De las perspectivas teóricas a un estudio exploratorio*. Recuperado de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/58636/1/89_103.pdf
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2013). *Metodología de la investigación* (6a ed.). México D. F., México: McGraw-Hill.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073-1082.
- Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (1999). *Well-being: Foundations of hedonic psychology*. New York, NY: Russell Sage Foundation Press.
- Levin, R., Rubin, D., Rastogi, S., & Siddiqui, M. (2014). *Statistics for management* (7a ed.). Nueva Deli, India: Pearson.
- Luthar, S. (2003). *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(1), 137-155.
- Maslach, C., & Leiter, M. (1997). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Medvedev, O., Siegert, R., Mohamed, A., Shepherd, D., Landhuis, E., & Krägeloh, C. (2016). The Oxford Happiness Questionnaire: Transformation from an ordinal to an interval measure using Rasch analysis. *Journal of Happiness Studies*, 18(5), 1425-1443.
- Millick, C. (2009). Values-based leadership and happiness: Enlightened leadership improves the return on people. *The Journal of Values-Based Leadership*, 2(2), 1-11.

- Moyano, E., Flores, E., & Soromaa, H. (2011, mayo-agosto). Fiabilidad y validez de constructo del test Munsh para medir felicidad, en población de adultos mayores chilenos. *Universitas Psychologica*, 10(2), 567-580.
- Musikanski, L., Bejarano, E., Briggs, D., Strasser, G., & Russell, S. (2017). Happiness index methodology. *Journal of Social Change*, 9(1), 4-31.
- Northcraft, T., & Neale, H. (1996). *Organisation behaviour*. Londres, Inglaterra: Prentice Hall.
- Rodríguez, A. (2013). *Técnicas de medición de la felicidad y su relación entre la productividad y calidad de vida de los empleados en las organizaciones actuales* (Tesis de grado, Universidad Militar Nueva Granada, Bogotá, Colombia).
- Ryan, R., & Deci, E. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic wellbeing. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166.
- Schaufeli, W. (2015). Engaging leadership in the job demands-resources model. *Career Development International*, 20(5), 446-463.
- Schaufeli, W., & Bakker, A. (2004). *UWES Utrecht work engagement scale: Preliminary manual*. Recuperado de http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test_manual_UWES_English.pdf
- Segura, A., & Gil, J. (2016, enero-junio). Diferencias intergeneracionales en satisfacción y felicidad percibidas, relacionadas con la prosperidad material. *Equidad & Desarrollo*, (25), 11-28.
- Shuck, B., & Herd, A. (2012). Employee engagement and leadership: Exploring the convergence of two frameworks and implications for leadership development in HRD. *Human Resources Management Review*, 11(3), 156-181.
- Stearns, P. (2012). The history of happiness. *Harvard Business Review*, 90(1/2), 104-109.

- Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria. (2018a). *Matriculados por universidad y sexo*. Recuperado de <https://www.sunedu.gob.pe/sibe/>
- Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria. (2018b). *Universidades*. Recuperado de <https://www.sunedu.gob.pe/lista-universidades/>
- Tella, A., Ayeni, C., & Popoola, S. (2007, abril). Work motivation, job satisfaction, and organisational commitment of library personnel in academic and research libraries Oyo State, Nigeria. *Library Philosophy and Practice (e-journal)*. Recuperado de <https://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=1118&context=libphilprac>
- Toribio, L., González, N., Valdez, J., González, S., & Van Barneveld, H. (2012, enero-junio). Validación de la escala de felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos. *Psicología Iberoamericana*, 20(1), 71-79.
- Van den Broeck, A., Vansteenkiste, M., De Witte, H., & Lens, W. (2008). Explaining the relationships between job characteristics, burnout, and engagement: The role of basic psychological need satisfaction. *Work & Stress*, 22(3), 277-294.
- Van Horn, J., Taris, T., Schaufeli, W., & Schreurs, P. (2004). The structure of occupational well-being: A study among Dutch teachers. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 77(3), 365-375.
- Van Katwyk, P., Fox, S., Spector, P., & Kelloway, E. (2000). Using the job-related affective well-being scale (JAWS) to investigate affective responses to work stressors. *Journal of Occupational Health Psychology*, 52(3), 219-230.
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness*. Dordrecht, Holanda: Reidel.
- Vera, P., Celis, K., & Córdova, A. (2010). Evaluación de la felicidad: Análisis psicométrico de la escala de felicidad subjetiva en población chilena. *Terapia Psicológica*, 29(1), 127-133.

- Wedgwood, J. (2017, 01 de febrero). Understanding organisational culture: Definitions and tips for improvement [Publicación en un blog]. Recuperado de <https://the-happiness-index.com/understanding-organisational-culture/>
- Welch, S., & Comer, J. 1988). *Quantitative methods for public administration: Techniques and applications*. Auburn, WA: Wadsworth.
- Wilcove, G., Schwerin, M., & Kline, T. (2009). Quality of life in the U.S. Navy: Impact on performance and career continuance. *Military Psychology*, 21(1), 445-460.
- Yamamoto, J. (2013). Bienestar, gestión de recursos humanos y desarrollo social. *Tiempo de Opinión*, (6) 14-25.
- Younkins, E. (2014). Flourishing and happiness in a free society: Toward a synthesis of Aristotelianism, Austrian economics, and Ayn Rand's objectivism. *Reason Papers*, 36(1), 188-194.

Apéndice A: Resumen de la Literatura Revisada, por Área y Autor

Tabla A1

Año, Origen y Enfoque de la Literatura Revisada

Área	Autor	Ámbito geográfico	Tema	Argumento
Definición y evolución del concepto	Veenhoven (1984)	Holanda	Definiciones de felicidad	Existen dos perspectivas sobre la felicidad, una que es negativa, relacionada con el egoísmo y el individualismo; otra que relaciona la felicidad con esfuerzo, atención y uso del potencial humano
	Kahneman, Diener y Schwarz (1999)	Estados Unidos	Evolución del estudio de la felicidad	El dinero puede comprar la felicidad, pero no permite mantener a los individuos felices
	Diener y Suh (2000)	Estados Unidos	Definiciones de felicidad e instrumentos para medir la felicidad	La felicidad es un estado de satisfacción que es originado por un impacto exterior que influye directamente sobre las emociones, no es permanente y no tiene que serlo
	Ryan y Deci (2001)	Estados Unidos	Evolución del estudio de la felicidad	Con la edad cambia la percepción de la felicidad y los factores que la generan
	Cuadra y Florenzano (2003)	Chile	Definiciones de felicidad	La felicidad es un estado subjetivo, relacionado con aspectos afectivos y cognitivos
	Diener, Oishi, y Lucas (2003)	Estados Unidos	Definiciones de felicidad e instrumentos para medir la felicidad	El término felicidad se usa como sinónimo de bienestar subjetivo, bienestar psicológico o satisfacción con la vida. La cultura puede explicar diferencia en el nivel de felicidad de las personas, ya que modera algunas variables; pero la personalidad es lo que realmente explica lo feliz que una persona puede ser
	Luthar (2003)	Estados Unidos	Definiciones de felicidad	La felicidad es la adaptación positiva, a pesar de los problemas o adversidades que la vida presenta.
	Alarcón (2006)	Perú	Definición operacional de la felicidad y diseño de instrumento para medirla	La felicidad significa sentirse libre de estados depresivos, presentando sentimientos positivos hacia sí mismo y hacia la vida en general, mostrando que las personas han alcanzado o están próximas a lo que perciben como un ideal para su vida, se sienten realizadas. Son autosuficientes y sienten tranquilidad porque su vida es como ellos la desean
	Moyano, Flores y Soromaa (2011)	Chile	Evolución de felicidad y medición	El estudio de la felicidad viene de la antigüedad, pero es en el siglo XXI que se ha hecho con rigurosidad científica, haciendo mediciones en organizaciones
	Stearns (2012)	Estados Unidos	Evolución del estudio de la felicidad	La felicidad parece una necesidad universal e intemporal, pero esto no es propio de todas las culturas
	Álvarez y Muñiz (2013)	España	Definiciones de felicidad, instrumentos para medir la felicidad y relación entre felicidad, cultura organizacional, pertenencia y compromiso	La felicidad es el estado de plenitud vital, duradera y consciente, que surge de una evaluación subjetiva positiva del plano tanto físico y material como social, afectivo, psicológico y espiritual de la propia existencia
	Yamamoto (2013)	Perú	Definiciones de felicidad y relación con la satisfacción laboral	Los elementos que definen la felicidad varían de un sitio a otro, y no se deben extrapolar las necesidades o condiciones de otra cultura. Por lo tanto, hay que identificar las necesidades de los individuos que será la base para promover la felicidad que es parte de la gestión del talento humano
	Segura y Gil (2016)	España	Evolución del estudio de la felicidad	Existe una relación entre la edad de la persona y el nivel de felicidad que experimenta
	Musikanski, Bejarano, Briggs, Strasser y Russell (2017)	Estados Unidos	Evolución del estudio de la felicidad	La felicidad depende de aspectos demográficos, geográficos y de tiempo
Medición de la felicidad	Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985)	Estados Unidos	Instrumentos para medir la felicidad	Propusieron la escala denominada Satisfaction With Life Scale (SWLS)
	Argyle, Martin y Crossland (1989)	Estados Unidos	Instrumentos para medir la felicidad	Construyeron el Oxford original Happiness Inventory (OHI), que contiene 29 ítems, cada uno acompañado por cuatro declaraciones que representan opciones de respuesta. Es un método parametrizado para medir la felicidad, permitiendo hacer comparaciones válidas y confiables
	Diener y Pavot (1993)	Estados Unidos	Instrumentos para medir la felicidad	Modificaron el instrumento SWLS, proponiendo preguntas relacionadas tanto con el pasado como con el presente de la persona
	Lyubomirsky y Lepper (1999)	Estados Unidos	Instrumentos para medir la felicidad	Crearon una escala de felicidad que fue probada en 14 estudios, con un total de 2,732 participantes. La escala tenía alta confiabilidad y alta correlación interna de todos los ítems, probando que sí medía el constructo felicidad
	Diener y Suh (2000)	Estados Unidos	Definiciones de felicidad e instrumentos para medir la felicidad	Para medir la felicidad es importante usar instrumentos que recojan la opinión directa de las personas
	Hills y Argyle (2002)	Estados Unidos	Instrumentos para medir la felicidad	Modificaron el OHI, para crear el Oxford Happiness Questionnaire (OHQ), el cual es compacto y fácil de administrar, mostrando ser confiable y permite concluir sobre la relación entre características de la personalidad y felicidad
	Diener et al. (2003)	Estados Unidos	Definiciones de felicidad e instrumentos para medir la felicidad	Relación entre bienestar personal y felicidad, así como entre características de la personalidad y felicidad. Encontrando que la felicidad es un estado subjetivo
	Biswas-Diener, Diener y Tamir (2004)	Estados Unidos	Instrumentos para medir la felicidad	Las mediciones son posibles gracias a la observación y sistematización psicológica de la felicidad
	Alarcón (2006)	Perú	Definiciones de felicidad e instrumentos para medir la felicidad	Las escalas para medir la felicidad tienen que ser diseñadas para cada cultura, proponiendo una para los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, con 27 ítems que muestran validez y confiabilidad
	Arosemena (2009)	Ecuador	Instrumentos para medir la felicidad	La metodología de la Felicidad Nacional Bruta (FNB) incluye aspectos como bienestar psicológico, salud, equilibrio de tiempo, comunidad, apoyo social, educación, arte y cultura, medio ambiente, gobernanza, bienestar material y trabajo
	Vera, Celis y Córdova (2010)	Chile	Medición de la felicidad	Desarrollaron un instrumento para evaluar las propiedades psicométricas de la escala de felicidad subjetiva, probando ser confiable
	Moyano, Flores y Soromaa (2011)	Chile	Evolución de felicidad y medición	Midieron la fiabilidad y validez de constructo del test MUNSH para medir felicidad, en población de adultos mayores chilenos
	Toribio, González, Valdez, González y Van Barneveld (2012)	México	Medición de la felicidad	Validaron el instrumento de Alarcón (hecho para estudiantes de Lima) y lo aplicaron en México
	Álvarez y Muñiz (2013)	España	Definiciones de felicidad, instrumentos para medir la felicidad y relación entre felicidad, cultura organizacional, pertenencia y compromiso	Midieron el grado de felicidad de las personas en una compañía europea líder en distribución, y relacionaron esta variable con la implantación de una cultura organizacional. Sus resultados probaron la hipótesis de que a mayor impregnación de la cultura organizacional, mayor grado de felicidad entre las personas
Gustems, Calderón y Calderón (2013)	España	Medición de la felicidad	A través de una investigación sobre estudiantes universitarios, concluyeron que existe una alta correlación entre las dimensiones de justicia, humanidad y coraje; y los sentimientos positivos, como la apertura de mente y el sentido de propósito. En la medida en que las relaciones interpersonales son buenas, entonces mayor es la sensación de bienestar.	
Rodríguez (2013)	Colombia	Medición de la felicidad	Las organizaciones son conscientes de que su rentabilidad depende de muchos factores, incluyendo el nivel de felicidad de sus empleados, ya que esto determina la productividad	
Medvedev et al. (2016)	Australia	Instrumentos para medir la felicidad	El OHI debe mejorarse eliminando los ítems que muestren menor nivel de confiabilidad	
Felicidad y otras variables	Becker et al. (1995)	Estados Unidos	Pertenencia y compromiso	El compromiso organizacional se relaciona con: (a) deseo de permanecer como miembro de una organización, (b) disposición para esforzarse en beneficio de la organización, y (c) aceptación y creencia en los valores y metas de la organización. El empleado comprometido comparte los valores y se esfuerza por lograr las metas organizacionales
	Norcraft y Neale (1996)	Inglaterra	Pertenencia y compromiso	El compromiso es una actitud que refleja la lealtad del empleado hacia la organización y hacia cualquier proyecto que se emprenda. Depende de muchos factores, tanto internos como externos a la organización
	Maslach y Leiter (1997)	Estados Unidos	Pertenencia y compromiso	Los empleados comprometidos saben manejar las demandas sin sentirse sobrecargados, dando muestras de eficacia, de altos niveles de energía y de involucramiento
	Davis y Newstrom (1999)	Estados Unidos	Satisfacción laboral	La satisfacción laboral es un conjunto de emociones y de sentimientos, que se pueden calificar como favorables
	Van Katwyk, Fox, Spector, y Kelloway (2000)	Estados Unidos	Desempeño	Las personas felices suelen mostrar un mayor nivel de autonomía en sus puestos de trabajo, lo que lleva a que controlen de mejor manera los factores externos o ambientales, teniendo mayor influencia en los resultados
	Borman, Penner, Allen y Motowidlo (2001)	Estados Unidos	Desempeño	Las personas felices colaboran con el equipo de trabajo y realizan tareas adicionales a las de su cargo
	Brief y Weiss (2002)	Estados Unidos	Satisfacción laboral	La satisfacción laboral influye en los sentimientos de la persona y en sus acciones
	Schaufeli y Bakker (2004)	Estados Unidos	Pertenencia y compromiso	Cuando existe compromiso, las personas manejan apropiadamente las demandas de sus cargos
	Fredrickson y Branigan (2005)	Estados Unidos	Desempeño	Hay una correlación positiva entre la creatividad y la felicidad
	Tella, Ayeni y Popoola (2007)	Nigeria	Pertenencia y compromiso	La satisfacción laboral define el nivel de compromiso con la organización
	Boehm y Lyubomirsky (2008)	Estados Unidos	Desempeño	La gente feliz suele tener un mejor desempeño, llegando a ganar más dinero y estableciendo mejores relaciones en los sitios de trabajo
	Van den Broeck, Vansteenkiste, De Witte y Lens (2008)	Bélgica	Liderazgo	Cuando no hay un buen liderazgo, no se atienden las necesidades de las personas y surge la frustración ante las demandas propias del trabajo
	Millick (2009)	Estados Unidos	Liderazgo	El recurso humano es un activo de largo plazo, y para su desarrollo hay que entender sus necesidades, creando un objetivo común que contribuya a la satisfacción profesional y personal
	Wilcove, Schwerin y Kline (2009)	Estados Unidos	Desempeño	Existe relación entre la satisfacción con la vida y el desempeño o rendimiento
	Shuck y Herd (2012)	Estados Unidos	Liderazgo	Los buenos líderes crean un ambiente donde se incentive el compromiso con el trabajo y con la organización
	Álvarez y Muñiz (2013)	España	Definiciones de felicidad, instrumentos para medir la felicidad y relación entre felicidad, cultura organizacional, pertenencia y compromiso	Como hay una relación directa entre la cultura organizacional y la felicidad, las organizaciones deben estar orientadas a las personas.
	Yamamoto (2013)	Perú	Definiciones de felicidad y relación con la satisfacción laboral	Los elementos que definen la felicidad varían de un sitio a otro, y hay que identificarlos, ya que la promoción de la felicidad es parte de la gestión del talento humano
Younkins (2014)	Austria	Liderazgo	El líder debe potenciar la felicidad personal que es una conciencia positiva y una experiencia emocional que acompaña el logro de objetivos, a partir de los talentos, habilidades y virtudes que las personas poseen	
Schaufeli (2015)	Estados Unidos	Evolución del estudio de la felicidad y relación con satisfacción laboral y liderazgo	Los líderes comprometidos son capaces de inspirar y de conectar con los seguidores, aumentando el sentido de compromiso de las personas con la organización; lo que es un tipo de felicidad relacionada con el trabajo, ya que las personas se sienten energizadas y se enfocan en desempeñar con éxito sus tareas, involucrándose con el resultado de su trabajo. Las personas invierten gran cantidad de energía, de tiempo y de dedicación en sus trabajos, y a cambio, requieren autonomía, retroalimentación y reconocimiento. Entonces, cuando hay un equilibrio entre la inversión y la recompensa, se genera la satisfacción, que surge del balance entre la persona y su entorno	
Wedgwood (2017)	Inglaterra	Cultura organizacional	Una cultura organizacional fuerte garantiza que todos trabajen de manera alineada, lo que es percibido por los clientes. Si bien se promueve un sentimiento de comunidad, es importante dar atención a cada individuo, empoderándolos	

Apéndice B: Oxford Happiness Questionnaire

Instrucciones: A continuación hay una serie de declaraciones sobre la felicidad.

Podría por favor indicar cuánto está de acuerdo o en desacuerdo con cada una al ingresar un número a su lado de acuerdo al siguiente código: 1 = muy en desacuerdo; 2 = moderadamente en desacuerdo; 3 = ligeramente en desacuerdo; 4 = ligeramente de acuerdo; 5 = moderadamente de acuerdo; 6 = muy de acuerdo.

Deberá leer las declaraciones detenidamente porque algunas tienen una redacción positiva y otras negativas. No tarde demasiado en las preguntas individuales. No hay respuestas correctas o incorrectas. La primera respuesta que le viene a la cabeza es probablemente la correcta para usted. Si encuentra algunas de las preguntas difíciles, por favor brinde la respuesta que es verdadera para usted en general o la mayor parte del tiempo.

1. No me siento especialmente satisfecho con la forma en que estoy
2. Estoy intensamente interesado en otras personas
3. Siento que la vida es muy gratificante
4. Tengo sentimientos muy cálidos hacia casi todos
5. Raramente me levanto sintiéndome descansado
6. No soy particularmente optimista sobre el futuro
7. Encuentro que la mayoría de las cosas son divertidas
8. Siempre estoy comprometido e involucrado
9. La vida es buena
10. No creo que el mundo sea un buen lugar
11. Me río mucho
12. Estoy muy satisfecho con todo en mi vida
13. No creo que me vea atractivo
14. Hay una brecha entre lo que me gustaría hacer y lo que he hecho

15. Estoy muy feliz
16. Encuentro belleza en algunas cosas
17. Siempre tengo un efecto alegre en los demás
18. Puedo encajar en todo lo que quiero
19. Siento que no estoy especialmente en control de mi vida
20. Me siento capaz de tomar cualquier cosa
21. Me siento completamente alerta mentalmente
22. A menudo experimento alegría y euforia
23. No me resulta fácil tomar decisiones
24. No tengo un sentido particular de significado y propósito en mi vida
25. Siento que tengo una gran cantidad de energía
26. Por lo general, tengo una buena influencia en los eventos
27. No me divierto con otras personas
28. No me siento especialmente saludable
29. No tengo recuerdos particularmente felices del pasado

Apéndice C: Escala de la Felicidad por Alarcón

Estos son los ítems de la escala de la felicidad que Alarcón (2006) creó, y que probó es válida y confiable para estudiantes universitarios de Lima:

1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal
2. Siento que mi vida está vacía
3. Las condiciones de mi vida son excelentes
4. Estoy satisfecho con mi vida
5. La vida ha sido buena conmigo
6. Me siento satisfecho con lo que soy
7. Pienso que nunca seré feliz
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar
11. La mayoría del tiempo me siento feliz
12. Es maravilloso vivir
13. Por lo general me siento bien
14. Me siento inútil
15. Soy una persona optimista
16. He experimentado la alegría de vivir
17. La vida ha sido injusta conmigo
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad
19. Me siento un fracasado
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado
22. Me siento triste por lo que soy

23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos
24. Me considero una persona realizada
25. Mi vida transcurre plácidamente
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia
27. Creo que no me falta nada



Apéndice D: Instrumento de la Investigación

Lo invitamos a participar en una investigación titulada *La Felicidad en los Estudiantes de Educación Superior en Lima Metropolitana*, conducida por los estudiantes de CENTRUM Católica: Yesenia Mendoza Alvarado, Alexis Rodríguez Cabanillas, Daniel Gamero Paz y Luis Fernando Saavedra García, bajo la asesoría de la Dra. Beatrice Avolio. El propósito general del estudio es describir el nivel de felicidad que tienen los estudiantes de educación superior en Lima Metropolitana.

Su participación requerirá que conteste unas preguntas, y sus datos serán protegidos para preservar su confidencialidad.

1. ¿Desea participar de manera voluntaria en esta investigación?

Sí _____

No _____

2. ¿Cursa actualmente estudios universitarios de pre-grado?

Sí _____

No _____

3. ¿En cuál universidad estudia?

4. ¿Qué carrera estudia?

5. ¿En qué año ingresó a la universidad? _____

6. ¿Cuántos años tiene? _____

7. ¿Cuál es su género?

Mujer _____

Hombre _____

Entregar la siguiente hoja al encuestado para que la llene

Ítem	1 Totalmente en desacuerdo	2	3	4	5 Totalmente de acuerdo
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal.					
2. Siento que mi vida está vacía.					
3. Las condiciones de mi vida son excelentes.					
4. Estoy satisfecho con mi vida.					
5. La vida ha sido buena conmigo.					
6. Me siento satisfecho con lo que soy.					
7. Pienso que nunca seré feliz.					
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes.					
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida.					
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar.					
11. La mayoría del tiempo me siento feliz.					
12. Es maravilloso vivir.					
13. Por lo general me siento bien.					
14. Me siento inútil.					
15. Soy una persona optimista.					
16. He experimentado la alegría de vivir.					
17. La vida ha sido injusta conmigo.					
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad.					
19. Me siento un fracasado.					
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí.					
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado.					
22. Me siento triste por lo que soy.					
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos.					
24. Me considero una persona realizada.					
25. Mi vida transcurre plácidamente.					
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia.					
27. Creo que no me falta nada.					

Nombre: _____ DNI: _____

Código Alumno: _____ Fecha: _____

Apéndice E: Tabulación de Respuestas

Tabla E1

Frecuencia de los Resultados de la Investigación

Ítem	Cantidad de respuestas por opción					Subtotal
	1	2	3	4	5	
1. En la mayoría de las cosas mi vida está cerca de mi ideal	7	26	152	160	35	380
2. Siento que mi vida está vacía	207	88	52	25	11	383
3. Las condiciones de mi vida son excelentes	9	21	113	190	48	381
4. Estoy satisfecho con mi vida	9	18	96	173	86	382
5. La vida ha sido buena conmigo	7	28	101	169	79	384
6. Me siento satisfecho con lo que soy	13	25	93	160	92	383
7. Pienso que nunca seré feliz	273	54	26	19	12	384
8. Hasta ahora, he conseguido las cosas que para mí son importantes	7	24	137	163	51	382
9. Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada en mi vida	39	54	112	100	79	384
10. Me siento satisfecho porque estoy donde tengo que estar	2	23	114	157	87	383
11. La mayoría del tiempo me siento feliz	8	25	92	186	71	382
12. Es maravilloso vivir	5	14	65	134	166	384
13. Por lo general me siento bien	6	15	79	194	89	383
14. Me siento inútil	250	75	27	20	12	384
15. Soy una persona optimista	12	19	88	172	92	383
16. He experimentado la alegría de vivir	9	12	65	151	145	382
17. La vida ha sido injusta conmigo	153	109	76	32	12	382
18. Tengo problemas tan hondos que me quitan la tranquilidad	160	103	74	30	16	383
19. Me siento un fracasado	265	72	31	6	9	383
20. La felicidad es para algunas personas, no para mí	291	51	24	9	8	383
21. Estoy satisfecho con lo que hasta ahora he alcanzado	8	38	112	154	71	383
22. Me siento triste por lo que soy	265	71	36	6	6	384
23. Para mí, la vida es una cadena de sufrimientos	276	64	27	9	6	382
24. Me considero una persona realizada	21	45	167	122	29	384
25. Mi vida transcurre plácidamente	5	34	148	152	41	380
26. Todavía no he encontrado sentido a mi existencia	154	82	99	32	17	384
27. Creo que no me falta nada	42	64	137	90	50	383