



“Ubicación de la Felicidad en la Rejilla del Afecto, Modelo Circumplejo de Russell, y sus posibles relaciones con la felicidad subjetiva en la población chilena”.

Alumnas: Natalia Venegas Fuenzalida - Pamela Vilches Farías.

Profesor guía: Héctor Vargas Garrido.

CONSTANCIA

La Dirección del Sistema de Bibliotecas a través de su unidad de procesos técnicos certifica que el autor del siguiente trabajo de titulación ha firmado su autorización para la reproducción en forma total o parcial e ilimitada del mismo.



Talca, 2022

Índice

Resumen	3
Abstract	3
Introducción	5
Capítulo 1: Qué son las emociones y cómo comprenderlas. Dos visiones.....	5
1.1 Emociones básicas.....	5
1.2 Construcción social de las emociones	8
Capítulo 2: Núcleo Afectivo y Modelo Circumplejo del Afecto de Russell	12
Capítulo 3: Conceptualización de la felicidad.....	16
3.1 Valencia de la felicidad	18
3.2 Activación de la felicidad.....	20
Planteamiento.....	20
• Objetivos e Hipótesis.....	20
• Metodología.....	21
• Muestra	21
• Instrumentos	22
• Procedimiento.....	23
Resultados.....	23
- Capítulo 1: Análisis de Rejilla del Afecto de Russell.....	24
1.1 Comparación de sexo y Rejilla del Afecto	26
1.2 Comparación de edad y Rejilla del Afecto	27
- Capítulo 2: Resultados globales de las variables emocionales.....	28
2.1 Comparación de sexo y las variables emocionales.....	28
2.2 Comparación de edad y las variables emocionales.....	29
- Capítulo 3: Relación global Rejilla del Afecto con variables emocionales	29
3.1 Regresiones.....	33
Conclusiones y discusión	36
Referencias	43

Resumen

El objetivo de este trabajo es explorar la existencia de una relación entre la ubicación espacial de Felicidad en la Rejilla del Afecto de Russell y los niveles de felicidad subjetiva de la población chilena, y analizarla con variables emocionales y demográficas. Participaron 649 personas chilenas entre 18 y 29 años, quienes respondieron la Escala de Satisfacción con la Vida, validada en Chile (Bagherzadeh, Loewe, Mouawad, Batista-Foguet, Araya-Castillo, y Thieme, 2018). La Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS por sus siglas en inglés) validada en Chile (Dufey y Fernández, 2012), y la Rejilla del Afecto de Russell (Vargas, 2010). Se realizaron comparaciones de medias por medio de ANOVAS, pruebas t y regresiones. Se encontró que existe relación entre la ubicación espacial de Felicidad en la Rejilla del Afecto, y la felicidad subjetiva, evidenciando que Bienestar subjetivo y Afecto Positivo predicen, en parte, la valencia de Felicidad, y Afecto Positivo, la activación de esta. No se encontraron diferencias en las variables emocionales y la percepción de Felicidad entre hombres y mujeres. En cuanto a la edad, las personas más jóvenes presentan mayor Afecto Negativo que la población de más edad. Por último, se llegó a la conclusión que la representación mental de Felicidad está vinculada con el afecto de las personas. Además, se encontró que Felicidad es un concepto que depende de varios factores, como la cultura, etc.

Palabras claves: Felicidad - Bienestar Subjetivo - Afecto Positivo - Rejilla del Afecto de Russell – Modelo Circumplejo del Afecto

Abstract

The objective of this work is to explore the existence of a relation between the Happiness spacial location on the Rusell's Affect Grid and the levels of subjective Happiness in the Chilean population, and analyze it with emotional variables and demographic. 649 Chilean people, from eighteen to twenty nine years old, were evaluated, whose responded the Satisfaction with Life Scale, validated in Chile (Bagherzadeh, Loewe, Mouawad, Batista-Foguet, Araya-Castillo, and Thieme, 2018). The Positive And Negative Affection Scale validated in Chile (Dufey and Fernández, 2012), and the Rusell's Affect

Grid (Vargas, 2010). There were media comparisons via ANOVAS, Test-T and regression. It was found that a relation exists between the Happiness spacial affect on the Russell's Affect Grid, and the subjective Happiness, demonstrating that subjective well-being and Positive Affect predict, partially, the Happiness valence, and Positive Affect, the activation of its. It wasn't found differences in the emotional variables and the Happiness perception between men and women. Regarding the age, youngest people present a highest Negative Affect than the older population. Lastly, it was coming to the conclusion that mental Happiness representation its linked to the people affects. Besides, it was found that Happiness is a concept that depends on many factors, as culture, etc.

Keywords: Happines - Subjective well-being - Positive Affect - Rusell's Affect Grid – Circumplex Model of affect

Introducción

Capítulo 1: Qué son las emociones y cómo comprenderlas. Dos visiones

1.1 Emociones básicas

Todas las situaciones y experiencias cotidianas, por simples o complejas que parezcan, involucran emoción. Este término es comúnmente utilizado por la gente, y la RAE (2001) la define de la siguiente manera: *alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática*”.

En psicología, esto no es diferente, son muchos los y las autoras que se han encargado de definir las emociones y sus respectivos procesos y conceptos. Una de las definiciones que integra de forma precisa algunas de las dimensiones de relevancia es la propuesta por Belli e Íñiguez-Rueda (2008):

“¿Qué es la tristeza? ¿Qué es la ira? ¿Qué es el miedo? ¿Son sólo palabras o hay algo más? En principio, tristeza, ira, miedo son emociones. Por lo general, suele considerarse que las emociones corresponden a experiencias corporales naturales que luego se expresan a través del lenguaje, y ese lenguaje, a su vez, suele calificarse como irracional y subjetivo. Es decir, primero sentimos en el cuerpo lo que más tarde sale por nuestras bocas en forma de un discurso que en cierto modo se opone a la razón. De las emociones también se dice que se gestan en el inconsciente y no en la voluntad, que son más espontáneas que artificiales; más “sentidas” que “pensadas”. En ocasiones, se las mezcla con conductas consideradas racionales, o cuyo status existencial pertenece al orden de lo noemotivo, y, recientemente, se afirma que no son patrimonio exclusivo de la interioridad de las personas, sino que son construcciones sociales de naturaleza fundamentalmente discursiva”.

Un tema relevante a la hora de estudiar las emociones, son las llamadas emociones básicas. Según estudios de diversos autores (p. ej. Tomkins, Ekman e Izard) citados en Chóliz (2005), la existencia de dichas emociones está estrechamente relacionada con los postulados de Darwin acerca de la evolución, selección natural, etc. lo que significa que son reacciones afectivas innatas, que son diferentes entre sí, que están presentes en todas las

personas, y que su expresión es característica, además sus procesos están relacionados de forma directa con la adaptación y con la evolución.

Tal vez uno de los autores más reconocidos, es Paul Ekman (1972). Su teoría consiste en la explicación de la emoción a través de la representación facial de estas, que trata básicamente de que cada emoción va acompañada de cierta gesticulación facial, por ejemplo, el enojo está acompañado de un ceño fruncido, o la felicidad de una sonrisa.

Ekman plantea que estas expresiones van siempre acompañadas de una reacción fisiológica y cerebral específica y única, asociadas a estas emociones, además de aquello, es trascendental a la cultura, es decir, “*se presenta de manera general y distintiva*” (Polo-Vargas, Zambrano, Muñoz y Velilla, 2016). Ekman (1999), establece la existencia de siete emociones básicas: ira, miedo, sorpresa, tristeza, felicidad, asco, desprecio, y define cuáles son los criterios para que una emoción sea considerada básica:

- Señales distintivas y universales
- Presencia en otros primates
- Fisiología singular
- Distinciones universales en eventos anteriores
- Inicio rápido
- Corta duración
- Evaluación automática
- Ocurrencia espontánea
- Desarrollo distintivo en apariencia
- Memorias, pensamientos e imágenes distintivas
- Una experiencia subjetiva distintiva

La emoción se trata de un evento complejo y no un elemento primitivo, relacionándose de forma estrecha el estado de ánimo y la emoción experimentada (Oatley y Johnson-Laird, 1987). Las emociones poseen una función comunicativa, tanto de forma externa (entre los miembros de una misma especie), como de forma interna (a nivel cerebral, evitando inferencias complejas), además de la existencia de señales básicas que establecen modos emocionales característicos dentro del organismo, que corresponden aproximadamente con

la felicidad, tristeza, miedo, ira, disgusto. En los seres humanos, estos modos pueden ser modulados por el contenido proposicional de la evaluación cognitiva que causó la señal de la emoción, o de lo contrario, si este contenido no afecta la conciencia, estos modos pueden experimentarse como emociones que han ocurrido sin ninguna razón aparente. Las emociones básicas, en realidad, serían estados fisiológicos específicos y además la base sobre la que se formarían nuevas emociones, las complejas; estas emociones básicas no son divisibles o reductibles a significados más básicos es decir, son lo más básico en cuanto a emociones (Oatley y Johnson-Laird, 1989).

Para Izard (1977) las emociones son fenómenos neuropsicológicos específicos, consecuencia de la selección natural, que organizan y motivan comportamientos fisiológicos y cognitivos que facilitan la adaptación. En cuanto a las emociones básicas, menciona una serie de requisitos que debe presentar una emoción para ser considerada como básica, y son los siguientes:

- Tener un sustrato neural específico y distintivo
- Tener una configuración facial específica y distintiva
- Poseer sentimientos específicos y distintivos
- Derivar de procesos biológicos evolutivos
- Manifestar propiedades motivacionales y organizativas de funciones adaptativas

Las emociones que cumplen con los requisitos anteriores y, por tanto, consideradas como básicas son el placer, interés, sorpresa, tristeza, ira, asco, miedo, y desprecio. Considera, además, que las emociones son básicas en el sentido fundamental del término, es decir, son la base y están relacionadas con adaptación y evolución (Izard, citado en Chóliz, 2005).

En conclusión, existe cierto grado de acuerdo entre los(as) autores(as) de la teoría clásica, que definen las emociones básicas, al mencionar que están relacionadas con la evolución, que son irreductibles, incluso en algunos requerimientos para ser consideradas como tal.

1.2 Construcción social de las emociones

La segunda corriente corresponde a la construcción social de las emociones, esta corriente es relativamente nueva, y se presenta como una alternativa a la visión clásica con exponentes como Feldman-Barrett y Russell (Posner, Russell y Peterson, 2005). Dentro de esta corriente existen tres áreas de importancia en la configuración de las emociones: el núcleo afectivo, el concepto de emoción y la predicción de la emoción. Cada una de ellas se relaciona con las otras de manera probabilística, esto es, con una posibilidad de ocurrencia, pero no en un sentido necesario y suficiente como lo plantea la visión clásica (Russell y Feldman-Barrett, 1999).

Para Feldman-Barrett, las emociones son creaciones propias de cada persona, y se crean a partir de diferentes elementos como, por ejemplo, sensaciones, experiencias previas, contextos familiares, culturales, etc., es decir, que las emociones no son solamente reacciones al mundo, sino que son un mecanismo elaborado por el cerebro para darle causalidad a las sensaciones y acciones. En palabras de la autora: "*La emoción requiere algo más que el afecto*". En ese sentido, propone un ejemplo interesante, en el que un niño al nacer alejado del contacto social no tendría emociones propiamente tal, ya que no tendría los recursos para darle sentido a los afectos que experimente, sentiría sensaciones vagas, pero no podría definir ninguna. Este ejemplo muestra que las emociones deberían considerarse como una construcción social, y que lo único definido en las emociones es su variabilidad (2017).

En cuanto a la expresión de las emociones, y como se mencionó con anterioridad, existe evidencia científica que sugiere que las personas sonríen cuando están felices, fruncen el ceño cuando están enojadas, etc., sin embargo, la forma en que las personas expresan enojo, miedo, sorpresa, entre otras, varían sustancialmente entre culturas, situaciones e incluso entre individuos. Además, configuraciones similares de movimientos faciales expresan de manera variable instancias de más de una categoría de emoción. De hecho, una configuración dada de movimientos faciales, como un ceño fruncido, a menudo comunica algo más que un estado emocional (Feldman-Barrett, Adolphs, Marsella, Martínez, Pollak, 2019).

Feldman-Barrett (2020) en el documental “How emotions are made”, explica cómo se detectan las emociones en otras personas, y aclara que el cerebro trata de “adivinar”, de forma automática y natural, de qué emoción se trata. Para esto, considera aspectos como la expresión facial de la otra persona, su cuerpo, la situación, y la experiencia de la otra parte. Cuando reúne toda esa información, el cerebro puede predecir, ya sea de forma correcta o incorrecta.

De acuerdo con esta corriente, a diferencia de lo que se piensa normalmente, las emociones no se construyen dentro del cerebro desde el nacimiento, sino que lo van haciendo a partir de las diferentes situaciones que se experimentan. Se pueden identificar tres elementos importantes con respecto a la emoción: 1) el cerebro (encargado de predecir); 2) el cuerpo (encargado de hacer sentir los afectos); 3) los conceptos (absorbidos por el cerebro a través del desarrollo de la vida) (Feldman-Barrett, 2020).

1) El cerebro: predice y no crea. La predicción se realiza a través de las experiencias pasadas, y con eso es capaz de crear la experiencia actual. Por ejemplo, cuando se presenta una imagen incompleta, el cerebro busca en la “biblioteca de experiencias” para poder completarla. Estas predicciones son constantes, nunca se detienen, y pueden ser micros (como cuando leemos, escuchamos, etc.) o macros (como cuando tratamos de predecir lo que dirá el receptor de nuestro mensaje), además son automáticas, fáciles, y hacen que el mundo tenga sentido de manera rápida y eficiente. Esto se debe a lo que ahora es conocido como “actividad cerebral intrínseca” (las neuronas siempre están trabajando), por la que se representan millones de predicciones acerca de lo que se experimentará a continuación, basado en lo que se experimentó en el pasado, y que se combinan para hacer una simulación del mundo exterior. Esta simulación es conocida también como inferencia perceptiva, ya que las predicciones llenan los vacíos de la información que falta, y es la base de todas las experiencias y acciones. La predicción que realiza el cerebro es clave para los elementos que siguen a continuación, los cuales son necesarios para que se produzcan las emociones (Feldman-Barrett, 2020).

2) El cuerpo: a través de él, se manifiesta el afecto. Cómo nos sentimos, nuestro estado de ánimo, etc., son factores que influyen en cómo vemos o escuchamos. Esto es nombrado afecto, el afecto no es emoción, es más básico que ésta. El afecto existe porque el cerebro

crea una estimación para el cuerpo, es decir, cómo se siente, los niveles de glucosa, oxígeno, agua, sal, hormonas, y todo lo que mantiene a una persona con vida. Toda esta información se transforma en afecto (o comúnmente llamado estado de ánimo), y está presente en todo momento de la vida, sin importar la situación, siempre se está experimentando el afecto, en diferentes niveles de energía, con cierta cantidad de placer o desagrado, dependiendo el contexto, y la persona (el cuerpo representa al núcleo afectivo de Russell, que se abordará más adelante) (Feldman-Barrett, 2020).

3) Conceptos: son las líneas limítrofes que dibujamos en un mundo de variables infinitas. Los conceptos están contruidos por la cultura, facilitan la comunicación, y pueden definirse como la representación de las experiencias. Al ser contruidos de forma cultural, los conceptos presentan límites como, por ejemplo, lo que resulta ser comida en un país, se considera repugnante en otro. Un cerebro humano, con otro cerebro humano, crean diferentes conceptos, dependiendo de su contexto. En ese sentido, las palabras tienen un rol fundamental, ya que permiten la comunicación, y compartir los conceptos sin esfuerzo, son un facilitador en el proceso emocional, ya que hacen, de cierta forma, tangible el concepto elaborado en el cerebro, y vuelven precisas las emociones. Además de que se comparte el sentido de mundo (conceptos, significados de emociones, etc.) con otras personas, haciendo reales los conceptos, que se pueden crear en cualquier momento. Por último, las emociones son elaboradas a partir de los conceptos, que son las predicciones que le dan significado al afecto del entorno. Es por esto que, como ya se mencionó antes, diferentes culturas tienen diferentes emociones (Feldman-Barrett, 2020).

La explicación del origen biológico que hacen Feldman-Barrett y Simmons (2015) acerca de la construcción de las emociones, muestra que el cerebro es un generador activo de inferencias, que funciona bajo un modelo de probabilidad, en donde los insumos sensoriales limitan las estimaciones de la probabilidad previa (de la experiencia pasada) para crear las probabilidades posteriores que sirven como creencias sobre las causas de tales insumos en el presente. En ese sentido, se podría decir que el cerebro forma representaciones neuronales que se construyen a partir de experiencias anteriores, y en lugar de que las neuronas permanezcan inactivas hasta que llegue información a través de los sensores externos del cuerpo, como los ojos, los oídos, etc., el cerebro anticipa las

entradas sensoriales, las que implementa como predicciones que se precipitan como una cascada a través de la corteza. Desde la perspectiva del cerebro, la representación del mundo incluye no sólo las sensaciones exteroceptivas del entorno externo, sino también las sensaciones interoceptivas del medio interno del cuerpo, como las relacionadas con la frecuencia cardíaca, los niveles de glucosa, la acumulación de dióxido de carbono en el torrente sanguíneo, la temperatura, la inflamación, etc.

Siguiendo con la construcción social de las emociones, Belli (2009), destaca que las emociones, por lo general, corresponden a experiencias corporales, que se manifiestan a través del lenguaje individual, lenguaje que se podría considerar como irracional y subjetivo. En palabras del autor: *“primero sentimos en el cuerpo lo que más tarde sale por nuestras bocas en forma de un discurso”*. Además, cabe destacar que las emociones son elaboradas en el inconsciente (o sea, no de forma voluntaria), que son *“más espontáneas que artificiales; más sentidas que pensadas”*. En ese mismo sentido, se considera la emoción no como un elemento exclusivo del mundo interior de las personas, sino más bien, como una construcción social y de naturaleza discursiva, que se construye dentro y a través del lenguaje, no fuera de él. Las ideas expuestas por Belli, concuerdan con lo mencionado anteriormente por Feldman-Barrett (2020), de que la emoción es algo que se construye, en base a la experiencia, factores neurológicos, entre otros elementos.

Estudios de cultura en América Latina, también corroboran la teoría de que las emociones se construyen de forma social. Los estados afectivos se pueden dividir en cuatro atributos o dimensiones fundamentales: 1) las emociones requieren de antecedentes que las provoquen; 2) implican reacciones internas, como cambios corporales, mentales, motores, etc.; 3) existe una predisposición a la acción, es decir, una tendencia a comportamientos expresivos; 4) existe también una tendencia a afrontar y regular las emociones. Junto con eso se encontró que, en culturas diferentes, las emociones también lo son, lo que significaría, nuevamente, la influencia del contexto en la construcción de la emoción (Zubieta, Fernández, Vergara, Martínez y Candia, 1998).

Por último, Páez y Vergara (1991), mencionan que para el construccionismo social (corriente de la psicología social) las emociones son *“constructos de sentido común multireferenciales”*. La emoción es un significado que se aprende, y que permite organizar

una experiencia individual. El constructo de emoción se asocia a las creencias de interpretación, las personas la internalizan y objetivizan, para facilitar el discurso.

“Además de asociaciones lingüísticas cuasi-automáticas, las personas aprenden y generan creencias populares, folklóricas, de sentido común. Estas teorías informales o representaciones sociales, también van a influir la conducta emocional”.

De esta última frase, como con los(as) autores(as) anteriores, se concluye que la emoción nace a partir de los diferentes contextos a los que las personas son expuestas desde su nacimiento, como una construcción proveniente de la sociedad, que es integrada (modificada, ampliada, etc.) a lo largo de la vida.

Capítulo 2: Núcleo Afectivo, y el Modelo Circumplejo del Afecto de Russell

Como se mencionó en el capítulo anterior, La Construcción Social de las Emociones, está compuesta por tres dimensiones, siendo el núcleo afectivo el centro de esta investigación que se desarrollará en profundidad en este capítulo.

La primera parte de este capítulo hace referencia al núcleo afectivo, que está relacionado con la experiencia emocional de sustrato biológico, específicamente de dos sistemas neurofisiológicos fundamentales, el primero, está relacionado con la valencia (placer y desagrado como continuos), y el segundo, con la excitación, es decir, mayor o menor activación (Posner, Russell y Peterson, 2005).

Russell (2003) define el núcleo afectivo como el encargado de describir los estados de ánimo, y también como el centro de todos los eventos que están cargados de emociones. El núcleo afectivo (o afecto central), está involucrado en la mayoría de los eventos psicológico, y hace que cualquiera de estos eventos sea emocional. En ese mismo sentido, se tienen dos aspectos considerados primitivos o base, la percepción de cualidades placenteras o desagradables, y la percepción de la calidad afectiva (estímulos activadores o inhibidores). Mientras que el afecto central existe dentro de la persona, la calidad afectiva existe en el estímulo. Para esta distinción Russell propone el siguiente ejemplo: Alicia ve

un oso, su núcleo afecta los cambios de tranquilidad a angustia. Ella es quien se angustia, es decir, cambia su afecto central, a causa de la calidad afectiva o estímulo (el oso provoca esa angustia). Estos procesos primitivos, solos o combinados con el procesamiento de la información y la planificación del comportamiento, dan cuenta de todas las manifestaciones e influencias de las llamadas emociones.

El afecto principal es un estado neurofisiológico accesible de forma consciente, como los sentimientos más simples y no tan reflexivos, que son evidentes en los estados de ánimo y las emociones. Este afecto central (o principal) es primitivo, universal y simple, es decir, irreductible en el plano mental, además puede existir sin una etiqueta, interpretación o sin ser atribuido a alguna causa. Una buena analogía para representar esto es la temperatura corporal, es fácil de medir, y cuando hay extremos, estos son muy salientes. Al igual que la temperatura, el afecto central es simple a nivel subjetivo pero complejo a nivel biológico, esto no quiere decir que lo subjetivo y lo neurofisiológico sean aspectos separados, sino que se pueden considerar como las dos caras de la misma moneda (Russell, 2003).

El núcleo afectivo, a diferencia de los eventos cognitivos (como las creencias o las percepciones), no se trata de nada en específico, esto quiere decir que, puede experimentarse sin tener relación a un estímulo (al menos no de forma consciente). Un punto importante de mencionar, con respecto a esto, es la complejidad del historial causal, es decir que, es difícil identificar cual es la causal del afecto. Esto debido a muchos factores como, por ejemplo, las diferencias genéticas entre las personas, su volatilidad y su capacidad de respuesta ante los diferentes estímulos; también existen causas internas, como las células, los ritmos diurnos y cambios hormonales. Las causas externas deben trabajar solo esta base, y solo ocasionalmente, esta causa externa acciona a las demás (por ejemplo, el oso que provocó que el afecto central de Alicia pasara de tranquilidad a angustia). La función del núcleo afectivo es una evaluación continua del estado actual de una persona, que afecta otros procesos psicológicos en consecuencia. Cuando el afecto central cambia, provoca una búsqueda causal que facilita la atención y el acceso a cierto material. Por lo tanto, el núcleo afectivo es el que guía el procesamiento cognitivo de acuerdo con el estado de ánimo (congruente), esto quiere decir que, si el afecto central es positivo, los

acontecimientos causales que más se encuentran o recuerdan, también son positivos (Russell, 2003).

El afecto central influye en el comportamiento, desde los reflejos, hasta las decisiones que se consideran complejas, está involucrado con la motivación, la recompensa y el refuerzo. Así, las personas pueden tratar de alterar este afecto, de forma que resulte más positivo o placentero, por lo tanto, las decisiones implican de cierta forma, una predicción de futuros afectos centrales (Russell, 2009).

La segunda parte de este capítulo hace referencia al Modelo Circumplejo del Afecto de Russell (1980).

Posner, Russell y Peterson (2005), ponen en evidencia que la teoría clásica de las emociones no es efectiva en explicar la neurociencia afectiva, por lo que es necesario un cambio conceptual del enfoque, así como lo plantea la teoría del Modelo Circumplejo del Afecto, que es más consistente con hallazgos recientes de neurociencia conductual, neurociencia cognitiva, neuroimagen y desarrollo del afecto.

Este modelo tiene a la base el surgimiento de interpretaciones cognitivas de sensaciones neurales centrales, producto de dos sistemas neurofisiológicos independientes, contrario a lo que postula la teoría emocional clásica (todas las emociones son producto de un mismo sistema neuronal discreto e independiente), propone que todos los estados afectivos surgen de dos sistemas neurofisiológicos fundamentales, el primero, está relacionado con la valencia (placer y desagrado como continuos), y el segundo, con la excitación. Por ejemplo, la alegría, se concibe como un estado emocional que es consecuencia de una activación elevada en los sistemas neurales asociados con la valencia positiva o placer, junto con una activación moderada en lo relacionado con la excitación (Russell, 1980).

Los otros estados emocionales (o afectivos), también tienen sus raíces en los dos sistemas neurofisiológicos mencionados con anterioridad, la diferencia está en su grado o extensión de activación. Las experiencias afectivas que tienen todas las personas son el resultado de una mezcla lineal entre los dos sistemas nombrados anteriormente, para luego

transformarse e interpretarse como una emoción en particular. Como ejemplo se puede mencionar el miedo, ya que esta emoción es conceptualizada en la circunferencia como un estado que combina la valencia negativa y la mayor excitación del sistema nervioso central (Posner, Russell y Peterson, 2005).

Existe evidencia suficiente que respalda la Teoría Circumpleja, como en el estudio de Saarni (1999), en donde se comprobó que médicos(as) e investigadores(as) manifiestan que se presenta cierta dificultad en las personas, al momento de evaluar, discernir y/o describir sus propias emociones, lo que sugiere que las personas no experimentan (o reconocen) las emociones como aisladas, sino que lo hacen como una experiencia ambigua y superpuesta.

Otro factor importante de esta teoría tiene que ver con la experiencia subjetiva de las emociones, que están interrelacionadas dentro y entre las personas que las reportan, es decir, rara vez se describe una emoción, por ejemplo, positiva, sin sentir otras emociones positivas, juntamente. Además, el modelo señala que la experiencia de la emoción es un continuo de estados que están interrelacionados de manera muy estrecha (Posner, Russell y Peterson, 2005).

La representación gráfica de este modelo es la Rejilla del Afecto, en donde las interrelaciones se representan en forma de círculo, en el siguiente orden: placer (0°), excitación (45°), arousal (90°), angustia (135°), disgusto (180°), depresión (225°), somnolencia (270°) y relajación (315°). Consta de un procedimiento de escala multidimensional basada en la similitud que se percibe entre los conceptos, y una escala unidimensional de las dimensiones hipotéticas de placer-disgusto (valencia) y grado de atracción (activación) (Russell, 1980).

Cuando se experimentan y se comunican las emociones, estas utilizan interpretaciones cognitivas para lograr identificar los cambios neurofisiológicos que ocurren en los sistemas de valencia y activación, para así poder organizar, en base a los conceptos, los cambios fisiológicos que ocurren en relación del estímulo, los recuerdos de las experiencias, las respuestas conductuales y el conocimiento semántico (Russell, 2003).

Por último, existe evidencia que sustenta este modelo, tanto desde lo teórico como desde lo experimental, demostrando que los sujetos que reportan sentirse tristes están propensos a reportar que están enojados, deprimidos o culpables. Mientras que los sujetos que reportan sentirse bien, también, son propensos a reportar que experimentan otras emociones positivamente valoradas (Watson y Clark, 1992), confirmando que las emociones son un continuo de interrelaciones dentro y fuera de las personas.

Capítulo 3: Conceptualización de la felicidad

La felicidad es un concepto que durante siglos se ha intentado definir, desde la antigua Grecia hasta estos días. Sin embargo, hace algunos años este ha pasado a ser un constructo con dimensiones psicológicas y definiciones operacionales que le permiten ser medida y sometida a validaciones empíricas (Lyubomirsky y Lepper, citado por Vera-Villarroel, Celis-Atenas y Córdova-Rubio, 2011).

El concepto felicidad comienza a evolucionar y a estar en miras de algunos(as) científicos(as), que comienzan a desarrollar hipótesis, teorías y variables psicológicas que podrían estar asociadas al concepto (Carrasco y Sánchez, 2008).

Para los científicos positivistas, este era el escenario ideal para poder estudiar la felicidad de manera sistemática e imparcial. Sostienen que sólo por medio de la evidencia empírica existe la posibilidad de acercarse de a poco al concepto felicidad, para así desarrollar metodologías e instrumentos de medición que condujeran a creaciones de hipótesis con bases científicas (Barragán, 2013).

Autoras como Bekhet, Zausniewski, Nakhla (2008) definen la felicidad como un sentimiento positivo que todas las personas pueden encontrar, un atributo autodeterminado que proviene de una construcción social, que varía según el lugar de residencia de la persona y su cultura. Otros estudios de cultura, como el de Tsai, Knutson y Fung (2006); Uchida y Kitayama (2009), respaldan lo mencionado antes, ya que observaron que existen diferencias en la percepción de la felicidad, entre la cultura japonesa y china, y la cultura

norteamericana, en donde, las primeras perciben dicha emoción como un estado de calma y tranquilidad, mientras que las segundas, lo hacen como un estado de elevada activación.

Correal (2010) define felicidad desde un punto de vista psicofisiológico en un estado de la mente que es producido por la dopamina, la cual es liberada cuando existe un placer físico, una ausencia de emociones negativas y una significación positiva. Por otro lado, Mercado (2014) en su estudio en jóvenes universitarios(as) en Bolivia, afirma que para sentir felicidad se debe tener un concepto propio y llegar a realizarlo. A partir de este estudio, se categorizó el concepto de felicidad en dos grupos, uno en donde se manifiesta que la felicidad es un estado duradero, que no depende de factores externos, por lo tanto, es una decisión personal y, lo más importante para ser feliz es la aceptación personal. El segundo grupo, a diferencia del primero, comprende la felicidad como un sentimiento pasajero y que resulta de un evento agradable que le sucede a una persona. Otro punto importante en esta investigación es que una respuesta común del 100% de los(as) participantes de la investigación, fue que existían diferencias del concepto de felicidad que tienen ellas(os) y sus madres y padres, donde se evidenció el choque generacional y la posible diferencia de las prioridades según la etapa de vida de las personas.

Esta última afirmación la confirma un estudio realizado por Mogilner, Kamvar y Aaker (2010) que sugiere que el concepto felicidad no es un concepto fijo, sino que cambia con el pasar de los años y a lo largo de la vida, ya que en sus investigaciones, estos autores(as) encontraron que las personas más jóvenes tienden a asociar la felicidad con la excitación y a medida que van envejeciendo la asocian más con la plenitud, que a la vez se sustenta en otras investigaciones hechas por Kamvar y Harris (2009), en donde señalan que la excitación está relacionada con hechos futuros, mientras que la calma y la paz tienden a estar relacionadas con la apreciación del presente.

Uno de los cuestionamientos centrales que han surgido por este estudio es si la felicidad es equivalente a bienestar. Varios autores(as) han hecho todo tipo de investigaciones para llegar a una respuesta. Por ejemplo Tkach y Lyubomirsky, citado en Moyano, Páez y Torres (2016) después de relacionar constructos a través de análisis estadísticos, llegaron a la conclusión de que el bienestar y la felicidad están significativamente relacionados, tal como se había pensado. Además de esto, manifestaron

que los rasgos de personalidad, las relaciones sociales, la vida con sentido y el nivel de satisfacción general son capaces de predecir en gran medida el desarrollo de la felicidad.

3.1 Valencia de la felicidad

En el Modelo Circumplejo del Afecto de Russell (1980) la valencia corresponde a las dimensiones de placer/displacer.

Al momento de revisar estudios que abordan la felicidad, generalmente se tiende a asociarla con emociones positivas, así lo plantea Haybron (2008) que argumenta que la felicidad se entiende como una condición afectiva multidimensional compuesta de un afecto predominantemente positivo y con ausencia de un afecto negativo. Kauppinen (2013) afirma que de hecho existen algunas emociones que son necesarias para constituir la felicidad y que estas se manifiestan en grados. Para filósofos como Sumner (1996) el aspecto cognitivo de la felicidad consiste en una evaluación positiva de las condiciones de su vida, mientras que el lado afectivo se relaciona con sentirse satisfecho con la vida, ambas apuntan hacia un sentimiento positivo respecto a la felicidad.

Para Haybron (2008), la felicidad consta de que un individuo responda favorablemente a su vida en el ámbito de las emociones, considerando tres modos centrales: estados de ánimo, emociones y cualidades hedónicas de la experiencia. Estas categorías pueden ser valoradas positiva o negativamente. En el caso de las emociones que tienen un objeto intencional, la valencia positiva, por ejemplo, es una forma de representar dicho objeto como bueno. Los estados de ánimo y las cualidades hedónicas carecen de objetos intencionales, cuando se habla de estas dimensiones, la valencia positiva, se trata de que su carácter fenomenal sea intrínsecamente preferido, esto quiere decir que son el tipo de estados en lo que se preferiría estar o tener. Estar relajado(a), sentirse en casa y las diversas experiencias o cualidades de la experiencia que se suelen llamar placeres, tienen este estado. Además, muchas emociones positivas se prefieren por su sensación, en estos casos la positividad afectiva está unificada.

Kauppinen (2013) plantea que la versión aproximada del relato de la condición afectiva es que ser feliz es tener estados afectivos predominantes positivos en todas las categorías, mencionadas anteriormente, y carecer de los negativos. No obstante, es importante señalar que no todos los estados afectivos positivos contribuyen a la felicidad, y no todos los que, si lo hacen, contribuyen por igual.

Diener y Larsen (1993) en uno de sus estudios encontraron que las personas juzgaban su satisfacción o calidad de vida, en niveles de mayor o menor felicidad desde el resultado que obtenían de la mezcla entre las emociones positivas y negativas. Respecto a la mezcla de emociones, Diener, Lucas y Oishi (2002) plantean algo similar, afirmando que las personas evalúan sus estándares de felicidad por medio de los eventos positivos experimentados recientemente en su vida o la disminución de problemas personales. Además, encontraron que existen diferencias en el bienestar subjetivo de cada persona y estas, se deben a sus diferentes rasgos de personalidad, a la visión de mundo que tiene cada una(o) y lo que piensan y cómo piensan de su vida.

Por otro lado, se asocia a la valencia que las personas le dan a la felicidad, lo que estas determinan que es bueno o no. Se plantea que existen tres posibles razones de esta determinación. Primero, la percepción individual que sería la que define y decide (perspectiva económica), segundo, las experiencias previas y juicios pasados nos indican que es bueno o no (perspectiva psicológica) y la tercera las creencias culturales o normas determinadas por la cultura hacen suponer lo que es bueno o no, dependiendo de lo que digan los demás (perspectiva psicosocial) (Diener, Lucas y Oishi, 2002). Este último punto es interesante, ya que, por ejemplo, cuando una persona busca la felicidad en su trabajo compitiendo con otros, se consideraría positivo, si su cultura lo reconoce como tal, mientras que para quien provenga de una cultura colaborativa, esto quizás no lo haga acercarse a lo que se denomina bienestar o búsqueda de la felicidad. Así lo entiende Christopher (1999), quien plantea que el bienestar de las personas requiere de una visión cultural completa, que impida los juicios morales enmarcados en una cultura específica. Para este autor, el significado del bienestar debería ser un diálogo entre la sociedad y el individuo.

3.2 Activación de la felicidad

En el Modelo Circumplejo del Afecto de Russell (1980) la activación corresponde a las dimensiones de excitación/relajación.

Diener y Seligman (2002), encontraron que, contrario a lo que creían, las “personas muy felices” no experimentaban emociones de éxtasis o júbilo desbordado de manera reiterada, más bien eran capaces de responder de mejor manera al uso de sus emociones en relación con los eventos experimentados en sus vidas.

Se ha encontrado que las personas en su juventud, por lo general tienden a asociar la felicidad con la excitación o activación, y a medida que envejecen, tienden a asociarla con la tranquilidad (Kamvar y Harris, 2009). Mogilner, Kamvar y Aaker (2010), muestran que la excitación está vinculada a hechos futuros, en cambio la calma y la tranquilidad, se vinculan de mejor manera con la apreciación del presente. Los resultados de su estudio revelaron que las expresiones de felicidad excitada disminuían con la edad, mientras que las expresiones de felicidad pacífica aumentaban con la edad. Estos resultados son consistentes hasta ahora, respecto a un cambio en el significado de la felicidad a través del curso de la vida de un individuo, sin embargo, se podría reflejar una diferencia generacional, en donde, en lugar de que el significado de la felicidad cambie, puede ser que las personas que son jóvenes hoy en día estén más orientadas a la emoción de lo que estaban sus cuidadoras(es) cuando eran jóvenes, y las personas que ahora son mayores estén más orientadas a la paz de lo que están los(as) jóvenes de hoy.

Planteamiento

- ***Objetivos e Hipótesis***

Objetivo General:

- Explorar la existencia de una relación entre la ubicación espacial de la Felicidad en la Rejilla del Afecto de Russell y la felicidad subjetiva de la población chilena.

***Hipótesis:** Existe relación entre la ubicación espacial de la Felicidad en la Rejilla del Afecto (Modelo Circumplejo del Afecto de Russell) y la felicidad subjetiva de las personas.

Objetivos Específicos

- Reportar la localización de la percepción de Felicidad y otros afectos según el Modelo Circumplejo del Afecto de Russell de la población chilena.

*Hipótesis: Las personas ubican felicidad y alegría en los cuadrantes de alta activación y valencia; y tristeza y depresión en los cuadrantes de baja activación y valencia

- Evaluar los niveles de felicidad subjetiva en la población chilena.

*Hipótesis: La felicidad subjetiva en la población chilena será similar a la literatura realizada en el país.

- Establecer relaciones entre la localización de la percepción de la Felicidad según el Modelo Circumplejo del Afecto de Russell y la percepción subjetiva de la felicidad en la población chilena.

*Hipótesis: Las personas que ubican la felicidad como alta activación y valencia, puntúan altos niveles de felicidad subjetiva.

- Revisar el impacto de las variables demográficas en las relaciones encontradas.

*Hipótesis:

-Existen diferencias en la percepción de felicidad y los niveles de felicidad subjetiva entre hombres y mujeres.

-Existen diferencias en la percepción de felicidad y los niveles de felicidad subjetiva entre los diferentes rangos etarios.

- ***Metodología***

Esta investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo y exploratorio (Hernández, Fernández y Baptista, 2010), ya que este estudio pretende describir el fenómeno de la felicidad en la población chilena. Además, se busca relacionar la felicidad con las distintas variables demográficas de la población, y niveles de felicidad subjetiva.

- ***Muestra***

La muestra planificada será de, al menos, 500 participantes pertenecientes a la población chilena, que estén dentro del rango etario entre 18 y 29 años.

- ***Instrumentos***

Se utilizará un cuestionario en línea, en la plataforma de difusión Google Forms. Este cuestionario une los test PANAS (Positive affect and negative affect Schedule) (Watson, Clark y Tellegen, 1988), la Escala de Satisfacción con la vida (SWLS, por sus iniciales en inglés), correspondiente a la variable Bienestar Subjetivo (Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985), que son los considerados para la evaluación de *felicidad subjetiva*, y la Rejilla del Afecto de J.A Russell (Russell, Weiss y Mendelsohn, 1989) que se aplicará con el modelo que fue utilizado en Vargas (2010), un apartado para variables demográficas (edad, género, ciudad de residencia y nacionalidad) junto con un consentimiento informado.

El cuestionario consta de tres secciones. La primera de ellas corresponde a la Escala de Satisfacción con la Vida, que tiene cinco afirmaciones en una escala Likert de 5 puntos, que va desde “muy de acuerdo” a “muy en desacuerdo”. Esta escala está diseñada para evaluar los juicios cognitivos globales de satisfacción con la vida. Para esta investigación se utilizó la versión validada en Chile por Bagherzadeh, Loewe, Mouawad, Batista- Foguet, Araya- Castillo y Thieme, (2018).

La segunda sección, el test PANAS, contiene 20 palabras, que describen diferentes sentimientos y emociones, más un verificador de atención (“si está leyendo marque...”), es decir, 21 preguntas, tipo Likert de 5 puntos, que va desde muy “levemente” hasta “extremadamente”. Esta escala se divide en dos, el Afecto Positivo (AP) que representa “la medida en que un individuo se siente entusiasta, activo y alerta”, y el Afecto Negativo (AN) que se “caracteriza por la tristeza y la falta de ánimo” Para esta investigación se utilizó la versión validada en Chile por Dufey y Fernández (2012).

La tercera y última sección consta de la Rejilla del Afecto de Russell, que fue adaptada para facilitar la aplicación en línea, en donde se les pide a las personas que reporten como se sienten cuando están felices, depresivos(as), tristes y alegres, considerando cuatro dimensiones: alta energía, baja energía, agradable y desagradable, utilizando un método de coordenadas para el reporte de estas.

Link del instrumento: <https://forms.gle/sDkwcBg1p1xBqP3Z9>

**Observación en cuanto a la aplicación*

Para evitar el efecto de deseabilidad social, el instrumento será presentado a los participantes como una tarea de ubicación de afectos en la rejilla, junto con otras variables. Es decir, los títulos de los instrumentos aplicados serán omitidos y se rotularán solo como “Cuestionarios de Evaluación Emocional”, para evitar el uso de la palabra felicidad que pudiera gatillar dicho efecto.

- ***Procedimiento***

Como primera fase del procedimiento se encuentra la recolección de datos. La muestra será recogida de forma online, a través de la plataforma Google Forms, que será difundida mediante redes sociales, a personas entre 18 y 29 años, pertenecientes a la población chilena, con el cuestionario descrito anteriormente. La fase siguiente, consiste en el análisis de resultados a través del programa estadístico SPSS, en el cual se realizarán comparación de medias, ANOVAS de una vía y regresiones. Finalizando con la redacción de conclusiones y discusión.

Resultados

La muestra para esta investigación fue de 649 jóvenes en un rango de edad entre los 18 y 29 años, con 164 hombres (25,3%), 481 mujeres (74,1%) y 4 personas (0,6%) que se identificaron como parte de la comunidad trans, no binaria y género no fluido. Sin embargo, por efectos estadísticos, al momento de analizar los resultados en base a la demografía de los participantes, se omitieron estas últimas categorías debido a que su número pequeño no permite hacer comparaciones estadísticas.

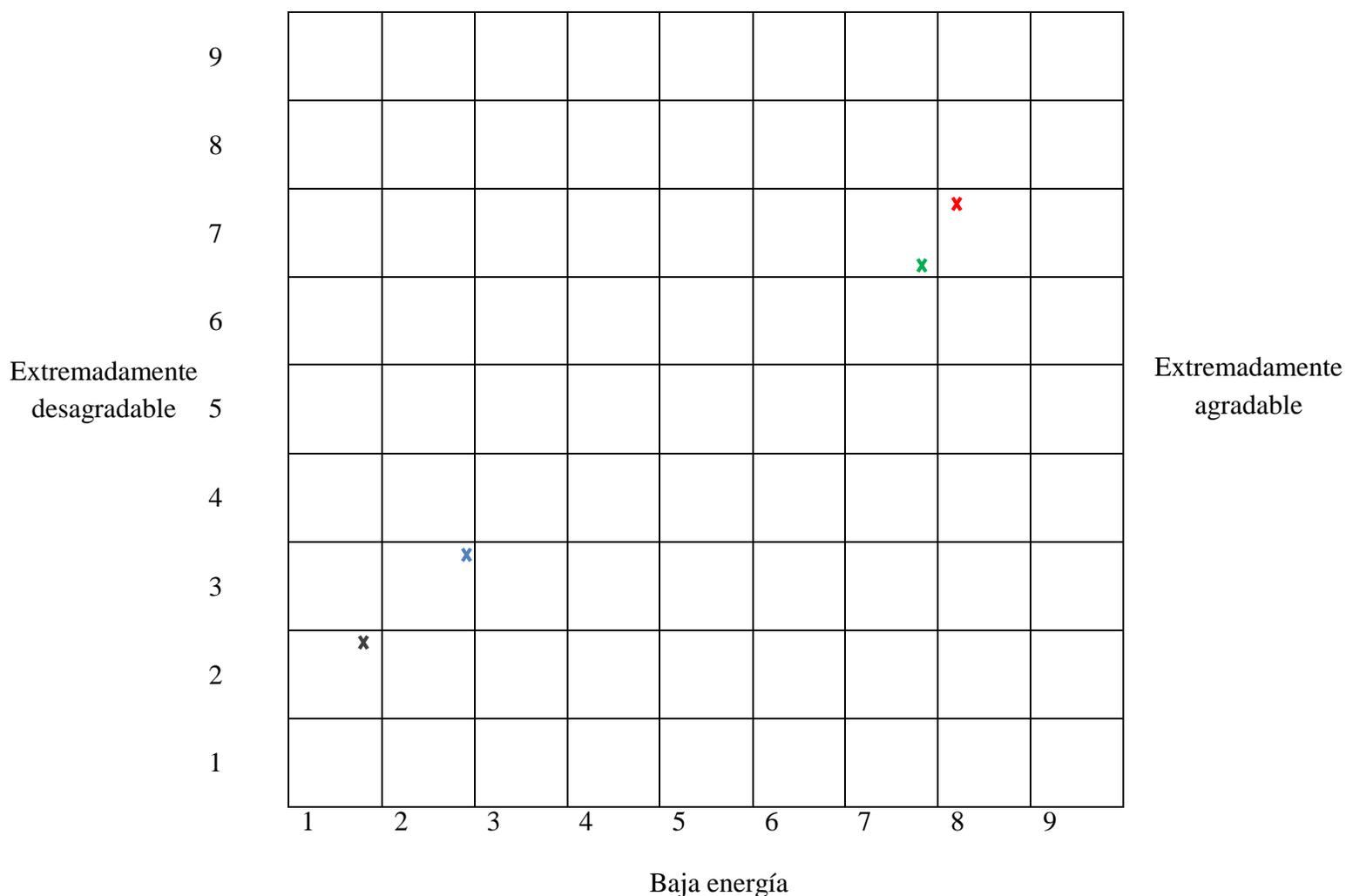
Se realizó la prueba de confiabilidad en los instrumentos utilizados, La Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS), se dividió en dos secciones, el Afecto Positivo (Alfa de Cronbach = .84) y el Afecto Negativo (Alfa de Cronbach = .87). Respecto a la Escala de Satisfacción con la Vida, el alfa de Cronbach resultó de .78. Las medias para estos instrumentos fueron SWLS = 3,35 (DS = 0,88), AP = 29,98 (DS = 0,73) y AN = 23,35 (DS = 0,80).

Capítulo 1: Análisis Rejilla del Afecto de Russell

En el siguiente reporte de resultados, se consideraron las medias generales para la Rejilla del Afecto de Russell (correspondiente a la ubicación espacial de la rejilla). Además de los respectivos análisis estadísticos.

Como se puede observar en el gráfico n°1, los puntajes medios para Depresión fueron de 1,77 (valencia) y 2,93 (activación). Para **Tristeza** 2,80 (valencia) y 3,90 (activación). Para **Felicidad** las medias fueron 8,31 (valencia) y 7,93 (activación). Por último, para **Alegría** fue de 7,82 (valencia) y 7,36 (activación).

Gráfico n°1: “Ubicación de medias de las emociones”



Con el propósito de observar si aquellas emociones ubicadas en un mismo sector son percibidas de manera diferente por los(as) participantes, se efectuaron comparaciones de medias (prueba t de student) en activación y valencia, además del tamaño de efecto (*d* de Cohen), como se puede ver en la siguiente tabla.

Tabla n°1: *Comparación de medias entre pares de emociones y sus dimensiones*

<i>Comparación de medias Tristeza y Depresión en ambas dimensiones</i>						
		Media	<i>N</i>	<i>t</i>	gl	Sig.
Valencia	Tristeza	2,80	649	14,55	648	0,00**
	Depresión	1,77	649			
Activación	Tristeza	3,90	649	10,86	648	0,00**
	Depresión	2,93	649			

<i>Comparación de medias Felicidad y Alegría en ambas dimensiones</i>						
		Media	<i>N</i>	<i>t</i>	gl	Sig.
Valencia	Felicidad	8,31	649	9,55	648	0,00**
	Alegría	7,82	649			
Activación	Felicidad	7,93	649	8,83	648	0,00**
	Alegría	7,36	649			

** $p < .01$; * $p < .05$

En el análisis de comparación de medias para muestras relacionadas, se encontró que, al comparar las emociones Tristeza y Depresión con ambas dimensiones, valencia $t(648) = 14,55$, $p^{**} < 0,01$ y activación $t(648) = 10,86$, $p^{**} < 0,01$, hubo diferencias significativas, es decir que, las personas perciben estas emociones de manera diferente entre sí; lo mismo con las emociones Felicidad y Alegría en ambas dimensiones, valencia $t(648) = 9,55$, $p^{**} < 0,01$, y activación $t(648) = 8,83$, $p^{**} < 0,01$.

Así, Felicidad es asociada con mayor activación y como más positiva que Alegría, en tanto que Depresión es percibida con menor activación y más negativa que Tristeza. En cuanto al tamaño del efecto se encontró que para el par de depresión-tristeza en la

dimensión valencia, éste es medio ($d= 0,51$) y para la dimensión activación el tamaño del efecto fue pequeño ($d= 0,26$).

Para el par felicidad-alegría en la dimensión valencia el tamaño del efecto fue pequeño ($d= 0,22$), igualmente para la dimensión de activación ($d= 0,28$).

1.1. Comparación de sexo y Rejilla del Afecto

Al realizar una comparación de medias en la activación y valencia entre hombres y mujeres en los términos emocionales estudiados (ver tabla n°2), no se encuentran diferencias significativas, salvo en la valencia de Tristeza, donde las mujeres ($M_M = 2,72$) puntuaron menos que los hombres ($M_H = 3,01$), $t(643) = -2,24$; $p^* < 0,05$. Es decir, las mujeres perciben la Tristeza como más negativa que los hombres. En cuanto al tamaño del efecto se evidencia que en activación de tristeza, valencia de felicidad, valencia de depresión y valencia de alegría $d = 0,00$. La valencia de Tristeza, activación de Felicidad, activación de Depresión y activación de Alegría es de tamaño pequeño $d = 0,2$

Tabla n°2: *Comparación de medias Sexo con Emociones*

		Hombre (N = 164)	Mujer (N = 481)	t	Sig.
Tristeza Valencia	Media	3,01	2,72	-2,24	0,02*
	Activación	3,75	3,95	0,91	0,36
Felicidad Valencia	Media	8,30	8,31	0,14	0,88
	Activación	7,76	7,99	1,78	0,07
Depresión Valencia	Media	1,85	1,74	-0,91	0,36
	Activación	2,69	3,01	1,29	0,19
Alegría Valencia	Media	7,82	7,82	-0,01	0,98
	Activación	7,52	7,31	-1,57	0,11

** $p < .01$; * $p < .05$

1.2. Comparación de edad y Rejilla del Afecto

Para el análisis de varianza (ANOVA) de las edades, la muestra se dividió en cuatro grupos de rango etario. El primer grupo va desde los 18 a los 19 años ($N = 157$), el segundo de los 20 a los 21 años ($N = 155$), el tercero desde los 22 a los 23 años ($N = 184$) y el último desde los 24 a los 29 años ($N = 153$). Esta división en rangos etarios se realizó para equilibrar los resultados de los datos.

En cuanto al análisis, no se encontraron diferencias significativas, salvo en activación de Alegría, $F(3, 645) = 3,84$; $p^{**} < 0,01$, esto quiere decir que las personas de menor edad perciben la Alegría con menos energía, en cambio, a medida que avanza la edad hay una percepción de mayor activación asociada con Alegría (ver tabla n°3).

En cuanto al tamaño del efecto, se encontró que para tristeza, felicidad y depresión, en ambas dimensiones (valencia y activación) éste fue $\eta_p^2 = 0,00$, igualmente para la valencia de alegría. En cambio, para la activación de alegría el tamaño del efecto fue pequeño (0,02).

Tabla n°3: ANOVA Rejilla del Afecto con Edad

			Total	1 ¹	2	3	4	F	Sig.
			(N=649)	(N=157)	(N=155)	(N=184)	(N=153)		
Tristeza	Valencia	Media	2,80	2,98	2,81	2,67	2,76	1,33	0,26
	Activación	Media	3,90	4,17	3,88	3,76	3,81	0,97	0,40
Felicidad	Valencia	Media	8,31	8,35	8,23	8,36	8,28	0,45	0,71
	Activación	Media	7,93	7,87	7,94	7,90	7,99	0,22	0,88
Depresión	Valencia	Media	1,77	1,80	1,82	1,70	1,79	0,24	0,86
	Activación	Media	2,93	3,29	2,97	2,79	2,71	1,35	0,25
Alegría	Valencia	Media	7,82	7,83	7,79	7,90	7,76	0,28	0,83
	Activación	Media	7,36	7,04	7,34	7,53	7,52	3,84	0,01 [*]

¹ Rangos etarios

** $p < .01$; * $p < .05$

Capítulo 2: Resultados globales de las variables emocionales

Las medias generales para cada instrumento fueron, Bienestar Subjetivo ($M = 3,35$), AP ($M = 29,98$) y AN ($M = 23,35$).

	<i>N</i>	Media	Desv. Típ.
Bienestar Subjetivo	649	3,35	0,88
Afecto Positivo	649	29,98	7,31
Afecto Negativo	649	23,35	8,09

2.1. Comparación de sexo y las variables emocionales

Con relación a la primera sección del instrumento aplicado en este estudio, sección analizada con pruebas *t* de student, que corresponde a la SWLS, se encontró que entre hombres y mujeres no existe una diferencia significativa relacionada al sexo y al Bienestar Subjetivo.

En cuanto a la segunda sección, PANAS. Los resultados arrojaron que, para el Afecto Positivo (AP), la comparación entre hombres ($M_H = 31,28$) y mujeres ($M_M = 29,55$) fue significativa $t(643) = 2,60$; $p^{**} < 0,01$, esto quiere decir que, las mujeres reportan menos Afecto Positivo. Consistentemente, para Afecto Negativo (AN) se encontraron diferencias marginalmente significativas, donde las mujeres reportan mayor Afecto Negativo ($p = 0,08$) (ver Tabla n°4). En cuanto al tamaño del efecto, se encontró que para Bienestar Subjetivo éste fue $d = -0,08$, para Afecto Positivo éste fue pequeño ($d = 0,24$), e igualmente para Afecto Negativo fue pequeño ($d = -0,15$).

Tabla n°4: Comparación de medias Sexo en las variables emocionales

		Hombres (<i>N</i> = 164)	Mujeres (<i>N</i> = 481)	<i>t</i>	Sig.
Bienestar Subjetivo	Media	3,29	3,36	0,90	0,36
Afecto Positivo	Media	31,28	29,55	2,60	0,00**
Afecto Negativo	Media	22,44	23,69	1,70	0,08

** $p < .01$; * $p < .05$

2.2. Comparación de edad y las variables emocionales

En el análisis de varianza (ANOVA) realizado entre los rangos de edad y Bienestar Subjetivo, se evidenció que no existen diferencias significativas, así como tampoco en Afecto Positivo. En cambio, para Afecto Negativo si se encontraron diferencias significativas $F(3, 645) = 3,91$; $p^{**} < 0,01$, donde se observa que a medida que aumenta el rango etario disminuye el Afecto Negativo. Consistentemente, la comparación post hoc muestra diferencias significativas entre el grupo 4 y el grupo 1 ($p^{**} < 0,01$) y el grupo 2 ($p^{*} < 0,05$). En cuanto al tamaño del efecto, se encontró que para Bienestar Subjetivo éste fue de $\eta_p^2 = 0,00$, para Afecto Positivo fue $\eta_p^2 = 0,00$, y para Afecto Negativo de $\eta_p^2 = 0,01$.

Tabla n°5: ANOVA Edad con variables emocionales

		Total (N=649)	1 ¹ (N=157)	2 (N=155)	3 (N=184)	4 (N=153)	F	Sig.
Bienestar Subjetivo	Media	3,35	3,27	3,36	3,37	3,38	0,53	0,65
Afecto Positivo	Media	29,98	29,43	29,97	29,45	31,20	2,05	0,10
Afecto Negativo	Media	23,35	24,47	24,17	23,11	21,64	3,91	0,00**

¹ Rangos etarios

** $p < .01$; * $p < .05$

Capítulo 3: Relación global Rejilla del Afecto con variables emocionales

Para efectos de los resultados, en las emociones Tristeza y Depresión, se consideraron las respuestas ubicadas en el sector de Afecto Negativo y baja activación (1-4), mientras que, para las emociones Felicidad y Alegría, se consideraron las respuestas en el sector Afecto Positivo y alta activación (6-9) debido a que coincide con lo esperado de acuerdo con la teoría (Russell, 1980).

Un análisis ANOVA, considerando las puntuaciones en la Rejilla del Afecto con los resultados de las evaluaciones emocionales, solo encontró diferencias significativas en

Bienestar Subjetivo dependiendo de la posición de la activación asociada con Tristeza $F(3, 428) = 3,31; p^* < 0,05$, esto quiere decir que, el Bienestar Subjetivo está relacionado con la evaluación que hacen las personas cuando piensan en la activación de Tristeza. Así, por ejemplo, las personas que puntúan mayor (4) en activación de Tristeza, tienen mayor Bienestar Subjetivo, y viceversa.

En cuanto a valencia de Felicidad con Afecto Positivo, $F(3, 619) = 8,04 p^{***} < 0,01$, cuando las personas puntúan mayor (9) en Felicidad tienen mayor Afecto Positivo, y con Bienestar Subjetivo, $F(3, 619) = 2,81; p^* < 0,05$, cuando las personas puntúan mayor (9) en valencia de Felicidad, presentan mayor Bienestar Subjetivo.

La activación de Felicidad con Afecto Positivo, $F(3, 602) = 6,54; p^{***} < 0,01$, es decir, cuando las personas puntúan mayor (9) en activación de Felicidad, tienen mayor Afecto Positivo.

Por último, Afecto Positivo y activación de Alegría, $F(3, 576) = 4,86; p^{***} < 0,01$, esto quiere decir, cuando las personas puntúan la activación de Alegría en niveles más altos (9), presentan mayores niveles de Afecto Positivo.

En cuanto al tamaño del efecto, se encontró que para la valencia de tristeza con AP, AN y BS $\eta_p^2 = 0,00$, siendo pequeño; para la activación de tristeza con AP y AN $\eta_p^2 = 0,01$, y con BS $\eta_p^2 = 0,02$, siendo pequeño el tamaño del efecto. En la emoción depresión, dimensión valencia AP $\eta_p^2 = 0,00$, y para AN y BS $\eta_p^2 = 0,01$, es decir un tamaño del efecto pequeño; para la dimensión activación las tres variables emociones tuvieron un tamaño del efecto pequeño ($\eta_p^2 = 0,01$). Para la valencia de felicidad, AN y BS tuvieron un tamaño del efecto pequeño ($\eta_p^2 = 0,01$) y AP un efecto cercano a medio ($\eta_p^2 = 0,04$); para la activación, se encontró que AN y BS presentaron un tamaño del efecto pequeño ($\eta_p^2 = 0,01$), y para afecto positivo $\eta_p^2 = 0,03$, es decir un tamaño pequeño. Por último, para la valencia de alegría se encontró que AP y BS el tamaño del efecto fue pequeño ($\eta_p^2 = 0,01$), y para AN $\eta_p^2 = 0,00$; para la activación de alegría AN y BS $\eta_p^2 = 0,01$, es decir, tamaño del efecto pequeño, igualmente para AP ($\eta_p^2 = 0,03$).

Tabla n° 6: ANOVA *Rejilla del Afecto con variables emocionales*

		Total	1 ¹	2	3	4	F	Sig.
<i>Tristeza valencia</i>		(N=573)	(N=139)	(N=142)	(N=202)	(N=90)		
Afecto Positivo	Media	29,98	29,34	29,66	29,99	30,06	0,28	0,83
Afecto Negativo	Media	23,35	24,18	22,40	23,41	23,12	1,16	0,32
Bienestar Subjetivo	Media	3,33	3,21	3,39	3,33	3,40	1,32	0,26
<i>Tristeza activación</i>		(N=432)	(N=97)	(N=121)	(N=143)	(N=71)		
Afecto Positivo	Media	29,98	29,56	29,21	30,57	30,11	0,87	0,45
Afecto Negativo	Media	23,35	23,32	21,40	23,33	22,28	1,61	0,18
Bienestar Subjetivo	Media	3,36	3,15	3,36	3,42	3,54	3,31	0,02*
<i>Depresión valencia</i>		(N=602)	(N=412)	(N=125)	(N=42)	(N=23)		
Afecto Positivo	Media	29,98	29,83	30,17	29,59	31,43	0,42	0,73
Afecto Negativo	Media	23,35	23,22	22,46	25,59	24,78	1,85	0,13
Bienestar Subjetivo	Media	3,33	3,39	3,22	3,27	3,20	1,54	0,20
<i>Depresión activación</i>		(N=486)	(N=343)	(N=86)	(N=39)	(N=18)		
Afecto Positivo	Media	29,98	30,11	29,31	30,89	33,00	1,44	0,23
Afecto Negativo	Media	23,35	22,91	21,63	24,97	23,72	1,59	0,19
Bienestar Subjetivo	Media	3,38	3,41	3,27	3,24	3,62	1,32	0,26

<i>Felicidad valencia</i>		(N=623)	(N=14)	(N=66)	(N=148)	(N=395)		
Afecto Positivo	Media	29,98	24,78	28,48	28,56	31,02	8,04	0,00**
Afecto Negativo	Media	23,35	24,50	24,66	23,14	22,95	0,96	0,40
Bienestar Subjetivo	Media	3,36	3,11	3,27	3,22	3,43	2,81	0,03*
<i>Felicidad activación</i>		(N=606)	(N=29)	(N=120)	(N=160)	(N=297)		
Afecto Positivo	Media	28,98	27,75	29,02	29,21	31,50	6,54	0,00**
Afecto Negativo	Media	23,35	24,75	23,62	22,16	23,00	1,28	0,27
Bienestar Subjetivo	Media	3,37	3,01	3,31	3,40	3,41	2,04	0,10
<i>Alegría valencia</i>		(N=615)	(N=39)	(N=135)	(N=194)	(N=247)		
Afecto Positivo	Media	28,98	27,92	29,44	30,37	30,60	2,00	0,11
Afecto Negativo	Media	23,35	23,58	23,57	22,48	23,56	0,81	0,48
Bienestar Subjetivo	Media	3,38	3,27	3,31	3,34	3,47	1,59	0,19
<i>Alegría activación</i>		(N=580)	(N=87)	(N=157)	(N=165)	(N=171)		
Afecto Positivo	Media	29,98	29,04	29,70	30,12	32,07	4,86	0,00* *
Afecto Negativo	Media	23,35	24,73	22,77	22,79	23,14	1,36	0,25
Bienestar Subjetivo	Media	3,38	3,22	3,40	3,47	3,35	1,61	0,18

¹ Puntuación 6 a 9

** $p < .01$; * $p \leq .05$

3.1 Regresiones

Para revisar el grado de relación entre los términos emocionales positivos y las variables afectivas, se efectuaron regresiones lineales entre Felicidad y Alegría, con las variables Bienestar Subjetivo (SWLS) y Afecto Positivo (PANAS) como predictivas, debido a que resultaron significativas las relaciones con el análisis ANOVA anterior. Quedó en evidencia que estas influyen de forma significativa en la percepción que tienen las personas sobre estas emociones. Se encontró que para la valencia de Felicidad existe un modelo que predice las puntuaciones sobre la evaluación de este concepto emocional y son las variables Bienestar Subjetivo y Afecto Positivo, explicando en un 3% la relación (Método de pasos sucesivos; $R^2 = 0,02$, $F(1, 647) = 9,58$, $p^{**} < 0,01$), y con una potencia estadística de 0,91. Para la activación de Felicidad se encontró que el Afecto Positivo predice en un 3% (Método de pasos sucesivos; $R^2 = 0,03$, $F(1, 647) = 22,74$, $p^{**} < 0,01$), con una potencia estadística de 0,99. Para la emoción Alegría dimensión valencia, la variable más predictiva fue Bienestar Subjetivo, con 2% (Método de pasos sucesivos; $R^2 = 0,03$, $F(1, 647) = 20,65$, $p^{**} < 0,01$), y la potencia estadística fue de 0,99. Por último, para activación de Alegría, la variable más predictiva fue Afecto Positivo con 4% (Método de pasos sucesivos; $R^2 = 0,04$, $F(1, 647) = 31,58$, $p^{**} < 0,01$), la potencia estadística fue de 0,99.

Tabla n°9: *Regresión lineal Felicidad Valencia*

Modelo	B	SE B	β	T
1 Constante	7,33	0,22		31,97**
Bienestar Subjetivo	0,14	0,05	0,11	2,77**
Afecto Positivo	0,16	0,06	0,10	2,47**

a. Variable dependiente: Felicidad valencia

R^2 corregido = 0,01 (Método de pasos sucesivos; $R^2 = 0,02$, $F(1, 647) = 9,58$, $p < 0,00$).

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Tabla n°10: *Regresión lineal Felicidad Activación*

Modelo	B	SE B	β	T
1 Constante	6,88	0,22		30,47**
Afecto Positivo	0,34	0,07	0,18	4,76**

a. Variable dependiente: Felicidad activación

R^2 corregido = 0,03 (Método de pasos sucesivos; $R^2 = 0,03$, $F(1, 647) = 22,74$, $p < 0,00$).

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$.

Los análisis de regresiones anteriores permiten observar que la forma en la cual las personas perciben o comprenden la valencia de Felicidad (esto es cuán positiva es Felicidad) depende conjuntamente de su Bienestar Subjetivo como de su Afecto Positivo, siendo el primero el que tiene un peso levemente superior. Por otro lado, la forma en la cual los(as) participantes describen la activación de Felicidad (esto qué tanta energía implica Felicidad) está asociada con sus niveles de Afecto Positivo.

Tabla n°11: *Regresión lineal Alegría Valencia*

Modelo	B	SE B	β	T
1 Constante	6,89	0,21		32,46**
Bienestar Subjetivo	0,27	0,06	0,17	4,54**

a. Variable dependiente: Alegría valencia

R^2 corregido = 0,02 (Método de pasos sucesivos; $R^2 = 0,03$, $F(1, 647) = 20,65$, $p < 0,00$).

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Tabla n°12: *Regresión lineal Alegría Activación*

Modelo	B	SE B	β	T
1 Constante	6,03	0,24		24,88**
Afecto Positivo	0,44	0,07	0,21	5,62**

a. Variable dependiente: Alegría activación

R^2 corregido = 0,04 (Método de pasos sucesivos; $R^2 = 0,04$, $F(1, 647) = 31,58$, $p < 0,00$).

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Los análisis de regresiones anteriores permiten observar que la forma en la cual las personas perciben o comprenden la valencia de Alegría (esto es cuán positiva es Alegría) se explica en parte por su Bienestar Subjetivo. Asimismo, la forma en la cual los(as) participantes describen la activación de Alegría (esto qué tanta energía implica Alegría) está asociada con sus niveles de Afecto Positivo.

Conclusiones y discusión

El objetivo de este estudio fue comprobar la existencia de relaciones entre la ubicación espacial de la Felicidad en la Rejilla del Afecto (Modelo Circumplejo del Afecto de Russell) y los niveles de felicidad subjetiva de las(os) participantes.

Para lograr el cumplimiento de este, se utilizó un instrumento que constaba de tres ítems. En primer lugar, uno que evaluaba el nivel de bienestar subjetivo que presentaban las personas de la muestra (SWLS; Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985) en segundo lugar, uno que pretendía evaluar los afectos positivos y negativos de la muestra al momento de responder el cuestionario (PANAS; Watson, Clark, y Tellegen, 1988) y en último lugar, se presentaba la Rejilla del Afecto (Russell, Weiss y Mendelsohn, 1989) para que las personas ubicaran espacialmente cuatro emociones (Tristeza, Depresión, Alegría y Felicidad), utilizando un método de coordenadas para el reporte de estas.

Considerando los objetivos propuestos, y como primera conclusión, se encontró que la localización de las cuatro emociones fue similar a estudios previos (p. ej. Vargas, 2010), y según lo esperado de acuerdo con la teoría del Modelo Circumplejo del Afecto (Russell, 1980). Por ejemplo, en relación con las emociones Felicidad y Alegría, se observan altos niveles de valencia (positividad) y activación, en tanto que Tristeza y Depresión fueron ubicadas en el cuadrante de menor activación y como emociones negativas. Las emociones negativas utilizadas en este estudio tuvieron como propósito comprobar que los resultados fueran consistentes con trabajos previos y la teoría imperante (Russell, 1980) lo que fue comprobado. Por estas razones, el desarrollo de la discusión siguiente solo se referirá a las emociones positivas, que es el centro de la presente investigación.

Siguiendo con Felicidad y Alegría, se encontró que existe una diferencia de percepción entre ellas, es decir, que no son iguales o equivalentes, esto debido a que fueron ubicadas en lugares distintos de la rejilla, el término Felicidad como más positivo y con más activación que Alegría.

Esta información se puede comparar con investigaciones de otros países, como una realizada en España (Vargas, 2010), en donde se comparó una muestra española con una

estadounidense, y se encontró que, para estos últimos, los términos Alegría y Felicidad eran similares y difíciles de distinguir. No obstante, se encontró que los españoles(as) reportan, una valencia más positiva y con mayor activación para Alegría que para Felicidad, lo que difiere con lo encontrado en esta investigación. Esto podría indicar que hay una diferencia de conceptos emocionales debido a factores culturales, tal como apuntaba Vargas (2010) en su tesis doctoral. Las diferencias culturales en relación con los conceptos emocionales también han sido observadas por Uchida y Kitayama (2009).

En cuanto a los niveles de felicidad subjetiva en la población chilena, que se midieron a través de los instrumentos SWLS y PANAS, se encontró que la media general para Bienestar Subjetivo (SWLS) ($M = 3,35$) es equivalente con las tendencias encontradas en la validación realizada en Chile por Bagherzadeh, Loewe, Mouawad, Batista-Foguet, Araya-Castillo, y Thieme, (2018) ($M = 3,33$) $t(648) = 0,59$; $p = 0,55$.

En cuanto a la escala PANAS, se encontró que el Afecto Positivo ($M_{AP} = 29,98$) fue mayor que el negativo ($M_{AN} = 23,35$), $t(648) = 23,11$; $p^{***} < 0,01$. Considerando estudios como el de Dufey y Fernández (2012), las puntuaciones encontradas en este trabajo de AP son similares a las encontradas en la población chilena, ($M_{AP} = 29,43$) $t(648) = 1,94$; $p = 0,06$; pero diferentes en cuanto a AN ($M_{AN} = 14,44$) ya que hay diferencia significativa, $t(648) = 28,06$; $p^{***} < 0,01$, obteniendo un nivel significativamente más alto en la muestra de este estudio, esto podría explicarse debido a que al momento de aplicar el instrumento, el mundo se encontraba en una crisis sanitaria, que mantenía a las personas confinadas en sus casas, Chile específicamente, pasaba por sus etapas más críticas de ese año. En general, estos resultados concuerdan con la teoría de que la población joven (como es el caso de esta investigación) evalúa su felicidad subjetiva de forma positiva (Barcelata y Rivas, 2016), lo que se menciona en detalle más adelante.

Se hizo un análisis comparativo entre la localización de la percepción de la Felicidad según el Modelo Circumplejo del Afecto de Russell y los niveles de la felicidad subjetiva, con el fin de encontrar alguna relación entre ellos. En cuanto a Felicidad, los resultados mostraron que cuando las personas reportaban mayor puntaje en valencia, presentaban mayor Afecto Positivo y Bienestar Subjetivo.

También, hubo relaciones entre la activación de Felicidad y el Afecto Positivo, que sugieren que cuando las personas reportan mayor puntaje en la primera, también lo hacen con la segunda. Por último, Afecto Positivo y la activación de Alegría evidenciaron que cuando las personas puntúan altos niveles en la activación de Alegría, también lo hacen con el Afecto Positivo.

Para profundizar en las variables que más se relacionan con la manera en la cual las personas perciben el concepto de Felicidad, se hicieron análisis de regresiones para las emociones de Felicidad y Alegría.

Los resultados arrojaron que cuando las personas evalúan la valencia de Felicidad, hay dos variables que influyen en la percepción de esta, el Bienestar Subjetivo y el Afecto Positivo, lo que significa que estas variables pueden predecir la percepción que tienen las personas de la valencia de Felicidad; para la activación de Felicidad, se encontró que Afecto Positivo predice la evaluación sobre esta. En la valencia de Alegría, se identificó que la variable que más influía en su percepción fue la de Bienestar Subjetivo; la activación de Alegría es explicada por el Afecto Positivo. Estos resultados apuntan que el nivel de Bienestar Subjetivo y el Afecto Positivo son trascendentales para formar la percepción de la Felicidad que tienen las personas. Las observaciones descritas, coinciden con la afirmación que Uchida y Kitayama (2009) hacen en su estudio realizado en estudiantes japoneses y estadounidenses, concluyendo que la felicidad es una experiencia positiva de alegría y emociones positivas.

Uno de los hallazgos principales respecto a esta sección es que se puede considerar que el Bienestar Subjetivo posee elementos cognitivos y de mayor permanencia en la evaluación subjetiva positiva, y el Afecto Positivo representa específicamente los elementos hedónicos o placenteros, entonces, se encontró que la valencia de Alegría es predicha por Bienestar Subjetivo, mientras que la valencia de Felicidad estaría relacionada con ambas variables, es decir, una combinación tanto de la evaluación del bienestar permanente como transitoria, en ese sentido, Veenhoven (1984) refiere que la felicidad está compuesta por dos dimensiones, la hedónica del afecto (experiencias afectivas positivas que superan las negativas), y la satisfacción, que corresponde a una dimensión cognitiva, confirmando lo encontrado en esta investigación; en cambio, la activación (de Felicidad y

Alegría) se relacionaría preferentemente con el elemento hedónico o placentero temporal, esto se confirma con la teoría que menciona que el afecto positivo está directamente relacionado con la zona de arousal elevado, es decir, con la zona de activación (Padrós, Soriano-Mas y Navarro, 2012).

También, puede compararse con el planteamiento de Haybron (2008), que, como se mencionó en la revisión bibliográfica, argumenta que la felicidad se entiende como una condición afectiva multidimensional compuesta de un afecto predominantemente positivo y con ausencia de un afecto negativo. Sin embargo, como lo muestran los resultados de este estudio, Kauppinen (2013) señala que no todos los estados afectivos positivos contribuyen a la felicidad ni lo hacen por igual.

Se comprobó que existe relación entre afecto y concepto, ya que tanto el Bienestar Subjetivo como Afecto Positivo, como muestran los resultados anteriores, predicen la forma en que las personas perciben el concepto emocional.

Estos tipos de hallazgos permiten contraponer dos teorías emocionales. Por un lado, la clásica (Ekman, 1972) que propone que las emociones son elementos fijos que forman parte de un paquete predeterminado, y que consisten en reacciones fisiológicas asociadas a una expresión facial distintiva y universal, que trasciende la cultura, y que podría considerarse como una reacción afectiva innata. Por otro lado, la teoría probabilística (Russell, 1991), define que las emociones están determinadas por más de una dimensión (el núcleo afectivo, el concepto de emoción y la predicción de la emoción). Son una creación propia de cada persona, a partir de experiencias previas, contextos, cultura, etc., tal como se confirmó con los resultados de esta investigación, concluyendo que las emociones son entendidas como una construcción de múltiples factores, a diferencia de lo que plantea el enfoque clásico. Los hallazgos de esta investigación apuntarían a que las emociones se configuran mediante diferentes elementos constitutivos que permiten comprender las emociones con límites difusos y probabilidad de ocurrencia, más que un paquete único universal de elementos con una relación unívoca.

Como líneas de desarrollo futuro, se podría aplicar un priming del Afecto Positivo, esperando que los(as) participantes modificaran su percepción de la ubicación espacial de la

Felicidad. En donde, de acuerdo con la investigación, un priming de mayor Afecto Positivo (p. ej. Chiste) lleve a una mayor percepción de la activación de la Felicidad, y un priming de menor afecto (p. ej. Una historia triste) lleve a una percepción de menor activación asociada con la Felicidad.

Este estudio también pretendía revisar el impacto que las variables demográficas, como sexo y edad, podrían tener tanto en la percepción de la Felicidad como en la evaluación de la felicidad subjetiva.

En cuanto a sexo, al evaluar los afectos (PANAS), se observó que las mujeres presentaron significativamente menos Afecto Positivo que los hombres y, consistentemente, mayor Afecto Negativo, pero con efecto marginal. También se evidenció que, con Bienestar Subjetivo, no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres.

Respecto a estos resultados, existen varios estudios que respaldan lo encontrado en esta investigación, al plantear que no existen diferencias en el Bienestar Subjetivo y los afectos según el sexo como, por ejemplo, el estudio que Moyano y Ramos (2007) hicieron en la región del Maule, Chile. También existen estudios internacionales que si encontraron diferencias, por ejemplo, Wood, Rhodes y Whelan (1989) que realizaron un metaanálisis de 93 estudios y concluyeron que las mujeres eran significativamente más felices que los hombres. Los hallazgos de este estudio, consistentes con Moyano y Ramos (2007), pero no con Wood et al. (1989), apuntarían que la relación entre felicidad y sexo tiene una importante influencia de factores culturales.

Para la variable edad, se encontró que las personas en el primer grupo (18-19 años) perciben la Alegría como menos energética que los otros grupos (20-21; 22-23 y 24-29 años), lo que destaca como diferencia con Diener (1994), que afirma que en los años de adolescencia pareciera ser que los afectos son experimentados con más intensidad. Esta situación también apuntaría a posibles diferencias culturales que es necesario profundizar.

Cuando se analizó la edad con las variables emocionales, se encontró que a medida que aumenta el rango etario, disminuye el Afecto Negativo. Para encontrar a los grupos

específicos que mostraron diferencia, se utilizó una prueba post hoc, que arrojó que la diferencia significativa era entre el grupo 4 (24-29) con el grupo 1 (18-19) y el grupo 2 (20-21). Estos hallazgos parecen ser consistentes con lo encontrado en el estudio realizado por Moyano y Ramos (2007), donde señalan que existe una tendencia al aumento de la felicidad subjetiva con al aumento de la edad.

En resumen, la hipótesis de esta investigación, respecto a la existencia de relación entre la ubicación espacial de la Felicidad en la Rejilla del Afecto (Modelo Circumplejo del Afecto de Russell) y la felicidad subjetiva de las personas, se aceptó, al encontrarse en ella variables relacionadas e influyentes, que afectan directamente la percepción que tienen las personas sobre sus emociones, y en específico sobre la Felicidad.

Por último, se mencionarán algunas ventajas y limitaciones del estudio realizado. Dentro de las ventajas, se encuentra el tamaño muestral, ya que, al ser una muestra numerosa ($N = 649$) favorece un análisis más amplio y profundo, pero esto también podría considerarse como una limitación, si se tiene en cuenta el método de recolección de datos, ya que al ser virtual (debido a la situación mundial), existe la posibilidad de que las instrucciones no hayan sido entendidas a cabalidad, pues, al llegar a tantas personas no se pudo controlar esa variable. Siguiendo esta línea, es importante señalar que este proyecto de investigación se planeó antes del estallido social en Chile en el 2019 y de la pandemia mundial en el 2020, por lo que no se tuvieron consideradas estas variables, lo que también podría ser una línea investigativa para explorar.

Otra limitación, es la poca investigación que tiene esta área de estudio en Chile, razón por lo que se dificultó el contraste con teoría y se limitó a comparar con teoría internacional. Aun así, podría considerarse beneficioso para investigaciones futuras, sirviendo como base para explorar el tema más a fondo. Relacionado con eso, para futuras líneas de investigación se podría considerar la inclusión de nuevas variables demográficas como, por ejemplo, otros rangos de edad, o condiciones personales (como estados civiles, género, etc.). También podría considerarse el lugar de residencia, ya que, aunque se preguntó en este trabajo, no se consideró como una variable interviniente, sino de confirmación de nacionalidad, para explorar las diferencias culturales de cada región. Además, considerando que la percepción de conceptos emocionales encontrada en

esta investigación difiere con la de otros países, se abren nuevas líneas investigativas a cerca de las relaciones existentes entre la representación mental de las emociones y la felicidad subjetiva de las personas.

En cuanto a las aplicaciones prácticas de esta investigación, además de las que ya se mencionaron, y considerando que el concepto emocional está vinculado con las emociones, estas aplicaciones estarían relacionadas con intervenciones de entrenamiento emocional, enfocadas en la resignificación del concepto para afectar las emociones de las personas, entendiéndolas como conceptos amplios. Además, se debe tener en consideración, al momento de intervenir en esta área, que las emociones dependen también del contexto cultural, por lo que una intervención debería adaptarse a ello. Por último, podría considerarse como un medio para ampliar la mirada en áreas como, por ejemplo, la psicoeducación, relacionada al conocimiento y a la autorregulación de emociones.

Referencias

- Bagherzadeh, M., Loewe, N., Mouawad, R. G., Batista-Foguet, J. M., Araya-Castillo, L., y Thieme, C. (2018). Spanish version of the Satisfaction with Life Scale: Validation and factorial invariance analysis in Chile. *The Spanish Journal of Psychology*, 21(2), 1-17. Doi:10.1017/sjp.2018.
- Barcelata, B. y Rivas, D. (2016). Bienestar psicológico y satisfacción vital en adolescentes mexicanos tempranos y medios. *Revista Costarricense de Psicología*. 35(2), 119-137.
- Barragán, A. (2013). Aproximaciones científicas al estudio de la felicidad: ¿qué podemos aprender de la felicidad?. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. 15(2), 7-24.
- Bekhet, A. Zauszniewski, y J. Nakhla, W. (2008). Happiness: Theoretical and Empirical Considerations. *Nursing Forum*. 43(1), 12-23.
- Belli, S. (2009). La construcción de una emoción y su relación con el lenguaje: Revisión y discusión de un área importante de las ciencias sociales. *Theoria*. 18(2), 15-42.
- Belli, S. e Íñiguez-Rueda, L. (2008). El estudio psicosocial de las emociones: una revisión y discusión de la investigación actual. *Psico*. 39(2), 139-151.
- Carrasco, E. y Sánchez, R. (2008). Las facetas de la felicidad y el amor: el pensamiento, el afecto y la conducta. *Psicología Iberoamericana*. 16(1), 28-35.

Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Valencia, España.

Recuperado de: <https://www.uv.es/=choliz/>

Christopher, J. C. (1999). Situating psychological well-being: Exploring the cultural roots of its theory and research. *Journal of Counseling & Development*. 77(2), 141-152.

Correal, L. (2010). *Fisiología de la alegría*. Medellín, Colombia. Recuperado de: <http://www.slideshare.net/lilymorales/fisiologa-dela-Alegra>.

Diener, E., Emmons, R., Larsen, J., y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. 49(1), 71-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13.

Diener, E. y Larsen, R. J. (1993). *The experience of emotional well-being*. New York, United States: Guilford Press.

Diener, E. (1994). “El bienestar subjetivo”. Intervención psicosocial. *Revista sobre igualdad y calidad de vida*. 3(8), 67-113.

Diener, E., Oishi, S. y Lucas, R. (2002). *Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction*. New York, United States: Oxford University Press.

Diener, E. y Seligman, M.E. (2002). Very happy people. *Psychological Science*. 13(1), 81-84.

Dufey, M. y Fernández, A. (2012). Validez y confiabilidad del Positive Affect and Negative Affect Schedule (PANAS) en estudiantes universitarios chilenos. *RIDEP*. 34(1), 157-173.

- Ekman, P. (1972). Universal and cultural differences in facial expression of emotions. *Nebraska Symposium on Motivation*. 19, 207-283.
- Ekman, P. (1999). Basic emotions. En T. Dalgleish y M. J. Power (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp.7-24). Nueva York, Estados Unidos: Wiley.
- Feldman-Barrett, L. y Simmons, W. (2015). Interoceptive predictions in the brain. *Nat Rev Neurosci*. 16(7), 419–429.
- Feldman-Barrett, L. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. New York, United States: Houghton Mifflin Harcourt.
- Feldman-Barrett, L., Adolphs, R., Marsella, S., Martinez, A, y Pollak, S. (2019). Emotional Expressions Reconsidered: Challenges to Inferring Emotion From Human Facial Movements. *Psychological Science in the Public Interest*. 20(1), 1–68. <https://doi.org/10.1177/1529100619832930>.
- Feldman-Barrett, L. [Flow]. (2020, Abril 14). How emotions are made (cinematic lecture) [archivo de video]. Recuperado de <https://youtu.be/0rbyC5m557I>.
- Haybron, D. (2008). *The Pursuit of Unhappiness*. New York, United States: Oxford University Press.
- Hernández, R., Fernandez, C., y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Izard, C. (1977). *Human Emotions*. New York, United States: Plenum Press.

- Kamvar, S. y Harris, J. (2009). *We feel fine: An almanac of human emotion*. New York: United States: Scribner.
- Kauppinen, A. (2013). Meaning and Happiness. *Philosophical Topics*. 41(1), 161- 185.
- Mercado, M. (2014). Concepto de felicidad en jóvenes. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*. 12(1), 64-78.
- Mogilner, C., Kamvar, S. y Aaker J. (2010). The Shifting Meaning of Happiness. *Social Psychological and Personality Science*. 2(4), 395-402.
- Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo vital, felicidad y salud en la población chilena de la región del Maule. *Universum: Revista de Humanidades y Ciencias Sociales*. 2(22), 184-200.
- Moyano, E., Paéz, D. y Torres, M. (2016). Propiedades psicométricas del cuestionario para medir estrategias de aumento de la felicidad (HIS) en versión castellana (CEA-EAP). *Ter Psicol [online]*. 34(2), 143-154.
- Oatley, K. y Johnson-Laird, P. (1987). Towards a Cognitive Theory of Emotions. *Cognition and Emotion*. 1(1), 29-50.
- Oatley, K. y Johnson-Laird, P. (1989). The Language of Emotions: An Analysis of a Semantic Field. *Cognition and Emotion*. 3(2), 81-123.
- Padrós, F., Soriano-Mas, C. y Navarro, G. (2012). Afecto Positivo y Negativo: ¿Una dimensión bipolar o dos dimensiones unipolares independientes?. *Interdisciplinaria*. 29(1), 151-164.

- Páez, D. y Vergara, A. (1991). Factores psicosociales en la construcción del conocimiento prototípico de las emociones. *Revista de Psicología Social*. 6(1), 23-45.
- Polo-Vargas, J., Zambrano, M.; Muñoz, A. y Velilla, J. (2016). Inteligencia emocional y percepción de las emociones básicas como un probable factor contribuyente al mejoramiento del rendimiento en las ventas: Una investigación teórica. *Univ. Psychol*. 15(2), 73-86.
- Posner, J., Russell, J. y Peterson, B. (2005). The circumplex model of affect: An integrative approach to affective neuroscience, cognitive development, and psychopathology. *Dev Psychopathol*. 17(3), 715–734.
- Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española [Dictionary of the Spanish Language] (22nd ed.). Madrid, Spain.
- Russell, J. A. (1980). A Circumplex Model of Affect. *Journal of Personality and Social Psychology*. 39(6), 1161- 1178.
- Russell, J.A., Weiss, A. y Mendelsohn, A. (1989). Affect grid: a single-item scale of pleasure and arousal. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57(3), 493-502.
- Russell, J.A. (1991). In defense of a prototype approach to emotion concepts. *Journal of Personality and Social Psychology*. 60, 37-47.
- Russell, J. A. y Feldman-Barrett, L. (1999). Core affect, prototypical emotional episodes, and other things called emotion: Dissecting the elephant. *Journal of Personality and Social Psychology*. 76(5), 805- 819.

- Russell, J.A. (2003). Core Affect and the Psychological Construction of Emotion. *Psychological Review*. 110(1), 145–172.
- Russell, J. A. (2009). Emotion, core affect, and psychological construction. *Cognition and emotion*. 23(7), 1259-1283.
- Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. New York, United States: Guilford Press.
- Sumner, L. W. (1996). *Welfare, happiness and ethics*. Nueva York, United States: Clarendon Press.
- Tsai, J., Knutson, B., y Fung, H.H. (2006). Cultural variation in affect valuation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 90(2), 288-307.
- Uchida, Y., y Kitayama, S. (2009). Happiness and unhappiness in east and west: Themes and variations. *Emotion*. 9(4), 441–456.
- Vargas, H. (2010). Estudio de los conceptos cotidianos de happiness y felicidad desde un enfoque probabilístico [Tesis de doctorado, Universidad Autónoma de Madrid]. <https://repositorio.uam.es/handle/10486/5539>.
- Vera-Villarroel, P., Celis-Atenas, K., y Córdova-Rubio, N. (2011). Evaluación de la Felicidad: Análisis Psicométrico de la Escala de Felicidad Subjetiva en Población Chilena. *Terapia psicológica*. 29(1), 127-133. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082011000100013>.

- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness*. Rotterdam, The Netherlands: D. Reidel Publishing Company.
- Watson, D., Clark, L. A., y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*. 54(6), 1063-1070.
- Watson, D. y Clark, L. (1992). Affects Separable and Inseparable: On the Hierarchical Arrangement of the Negative Effects. *Journal of Personality and Social Psychology*. 62(3). 489-505.
- Wood, W., Rhodes, N. y Whelan, M. (1989). Sex differences in positive well-being: A consideration of emotional style and marital status. *Psychological Bulletin*. 106(2) 249-264.
- Zubieta, E., Fernández, I., Vergara, A. I., Martínez, M., y Candia, L. (1998). Cultura y Emoción en América. *Boletín de Psicología*. 61, 65-90.