

**Hacia una definición holística del Bienestar:
Integrando conceptualizaciones desde la Sociología, la Psicología y la
Economía.**

Towards a holistic definition of Well-being:
Integrating conceptualizations from sociology, psychology and economics.

Jesús Unanue Manríquez¹
<https://orcid.org/0000-0002-3815-6567>

Wenceslao Unanue Manríquez²
<https://orcid.org/0000-0002-2610-8082>

Resumen

La investigación científica ha demostrado por más de 50 años, los beneficios de la felicidad y el bienestar para los individuos, las organizaciones, sociedades y el planeta. Sin embargo, actualmente existentes diferencias significativas en la conceptualización y medición del bienestar. Por ejemplo, mientras la sociología se focaliza mayoritariamente en aspectos globales y en las condiciones sociales que afectan el bienestar de las personas, la psicología se centra fuertemente en aspectos individuales, y la economía en aspectos materiales y de ingresos. El principal objetivo de este artículo es discutir la importancia de integrar diferentes perspectivas existentes sobre bienestar. Avanzar en una concepción más holística del bienestar, permitirá ampliar y mejorar la calidad de las políticas públicas que permitan utilizar este indicador para mejorar la calidad de vida de la población. Importantes implicancias teóricas y prácticas desarrollan este artículo, especialmente centrado en el ámbito educación y el llamado “Proyecto Aula Segura”.

Palabras Claves: bienestar; felicidad; educación; políticas públicas.

¹ Facultad de Economía y Negocios, Universidad Andrés Bello, Santiago, Chile. ORCID 0000-0002-3815-6567. Correo jesus.unanue@unab.cl

² Escuela de Negocios, Universidad Adolfo Ibáñez, Santiago, Chile. ORCID 0000-0002-2610-8082

Abstract:

Scientific research has demonstrated for more than 50 years the benefits of happiness and well-being for individuals, organizations, societies and the planet. However, there are currently significant differences in the conceptualization and measurement of well-being. For example, while sociology focuses mainly on global aspects and social conditions that affect people's well-being, psychology focuses heavily on individual aspects, and economics on material and income aspects. The main objective of this article is to discuss the importance of integrating different existing perspectives on well-being. Advancing in a more holistic conception of well-being will make it possible to expand and improve the quality of public policies that allow the use of this indicator to improve the quality of life of the population. Important theoretical and practical implications develop this article, especially focused on the field of education and the so-called "Proyecto Aula Segura ("Safe Classroom Project").

Keywords: well-being; happiness; education; public policies.

Fecha de recepción: 31/12/2021

Fecha de aceptación: 05/03/2022

El 13 de noviembre del año 2018, se anunciaba en prensa que la cámara de diputados chilena había aprobado por 110 votos a favor, 26 votos en contra, y 13 abstenciones, la denominada ley “Aula Segura”. Esta propuesta legislativa, impulsada por el oficialismo, pretendía castigar los hechos de violencia al interior de los colegios con fuertes sanciones penales y civiles. ¿El objetivo? De acuerdo al gobierno, fundamentalmente, proteger el bienestar de los estudiantes. Propuesta ratificada por la contraloría, promulgada en el diario oficial, y convertida en ley el 27 de diciembre de 2018. Sin embargo, varias son las dudas que han emergido en la sociedad chilena respecto a esta ley.

Una duda central de esta propuesta de ley es si podrá proteger, e incluso mejorar, el bienestar de los estudiantes de nuestro país. Para responder a tal cuestionamiento, en primer lugar, debería existir un consenso en la sociedad chilena respecto del aspecto más central de todos: ¿Qué es bienestar? Desafortunadamente, en nuestro país, al igual que en gran parte del mundo occidental, la palabra bienestar no ha logrado generar los consensos que todos esperaríamos. Diferencias existentes entre diversas disciplinas se pueden observar hasta el día de hoy. Por ejemplo, mientras la sociología se focaliza mayoritariamente en aspectos globales y en las condiciones sociales que afectan el bienestar de las personas (Veenhoven, 2005), la psicología se centra mayoritariamente en aspectos individuales (Diener, 1984), y la economía en aspectos materiales y de ingresos (Unanue, 2017; Unanue et al., 2014; Unanue, Rempel, et al., 2017)

Este artículo argumenta que es importante y necesario integrar diferentes perspectivas existentes sobre bienestar. Para ello, y por motivos de relevancia y parsimonia, nos centraremos en tres disciplinas: Sociología, Psicología y Economía. Contar con una definición holística e integradora de este bienestar, integrando las posturas de estas tres disciplinas, es un aspecto central

para poder orientar óptimamente las políticas públicas. Especialmente las políticas públicas en educación. Esto ha sido apoyado por diversos autores, lo que ha llevado a plantearse que se necesitaría una profunda reflexión trans-disciplinaria en la conceptualización de bienestar, solicitando el involucramiento de otras disciplinas, para así tener una visión más amplia de este concepto (Álvarez, 2017). Por lo tanto, el principal objetivo de este artículo es plantear una conceptualización integradora de bienestar, uniendo las visiones mencionadas anteriormente.

Bienestar y Sociología.

Desde la antigüedad, los filósofos han considerado a la felicidad y el bienestar como la motivación más importante del ser humano (Bentham, 2008), donde “el fin último del gobierno debía ser el lograr la mayor felicidad para el mayor número de personas en una sociedad” (p.11). En la actualidad, esa visión persiste. El Bienestar, desde una mirada sociológica, se comprende como “el grado en el cual un individuo evalúa la calidad global de su vida presente como un todo positivamente. En otras palabras, cuánto le agrada la vida que él o ella lleva” (Veenhoven, 2005, p. 7). La sociología se preocupa, además, de las condiciones sociales que afectan el bienestar del individuo, y cómo el individuo afecta esas condiciones sociales. En este sentido, el cómo el individuo se ubique en la sociedad, y cómo sus conductas pro-sociales puedan influenciar y se vean influenciadas por otros/as, pueden llevar a la creación o destrucción del capital social, una de las variables más importantes del bienestar de personas y países (Helliwell et al., 2013; Veenhoven, 2008)

Medición de Bienestar en Sociología.

Existen diferentes modelos en sociología para medir el bienestar. Por ejemplo, Veenhoven plantea una estructura de cuatro pasos/niveles secuenciales (Veenhoven, 2005, p. 23). El primer nivel consiste en evaluar las oportunidades en la vida de cada persona, compuestas por la viabilidad del entorno (externa) y las habilidades del individuo (interna). Dentro de los factores del entorno, se considera la calidad de la sociedad en la que se encuentra (bienestar económico, igualdad social, libertad pública, entre otras). Además, se evalúan la posición del individuo en la sociedad de la cual es parte (propiedades materiales, influencia política, prestigio social, etc.) en conjunto con su edad, género, ingreso, ocupación, y educación. En el caso de los factores internos, se deberían considerar el estado físico, el ánimo, la capacidad social, la habilidad intelectual, y el arte de vivir. El segundo nivel (curso de eventos), considera las oportunidades de las personas en relación a las características individuales de la existencia de cada uno, confrontando por ejemplo déficit v/s abundancia y humillación versus honor (entre otras). El tercer nivel (flujo de experiencias) considera el nivel de disfrute de la vida a través de una reflexión de experiencias completamente opuestas (ansiedad v/s seguridad o aislamiento v/s amor). El último nivel consiste en el cálculo de balanza de placeres y dolores, para así establecer el nivel de felicidad y bienestar.

Bienestar y Psicología.

Al igual que en las otras disciplinas abordadas en este artículo, existen diferentes modelos en psicología para conceptualizar el bienestar (Unanue, Barros, et al., 2021). En términos científicos, dos visiones han co-existido por décadas (Ryan & Deci, 2001): La visión hedónica y la visión eudaimónica (Delle Fave et al., 2011). La visión hedónica entiende el bienestar como la búsqueda del placer, la ausencia del dolor y la satisfacción con la vida (Kahneman et al., 1999). Ed Diener es el principal referente de la visión hedónica, para lo cual desarrolló el concepto de bienestar subjetivo (SWB; Diener, 1984). Sin embargo, la visión eudaimónica considera que el “bienestar consiste en cumplir o darse cuenta de la verdadera naturaleza de uno” (Waterman, 1993, p. 678). El verdadero bienestar debería reflejar la actualización de las potencialidades humanas, el sentido de vida y la auto-realización (Martela et al., 2021; Ryan & Deci, 2001, 2017). Por ejemplo, para Ryan & Deci (2017). El bienestar estaría dado por la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas: Autonomía, competencia y relaciones (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2017). Para Ryff & Keyes (1995), el bienestar psicológico estaría compuesto por seis elementos:

Autonomía, dominio del entorno, relaciones positivas con otros, crecimiento personal, propósito en la vida, y auto-aceptación.

Medición de Bienestar en Psicología.

De acuerdo a lo anteriormente mencionado, el bienestar en psicología se tiende a medir desde la visión hedónica y/o desde la visión eudaimónica. Desde la visión hedónica, SWB incluye cogniciones y emociones. Para Diener y su equipo (2016), las cogniciones o pensamientos se tienden a medir con escalas de satisfacción por la vida y los afectos con escalas de emociones (Bravo et al., 2020; Unanue et al., 2020).

Ed Diener define SWB como la evaluación subjetiva que cada persona realiza de su propio bienestar en términos cognitivos y afectivos (Diener & Tay, 2012). Es decir, SWB incluye una dimensión evaluativa y una dimensión emocional. La primera dimensión es una evaluación retrospectiva de nuestra vida. Por lo tanto, incluye dominios tales como la salud, la educación, el trabajo, la vida en comunidad, etc. (Diener & Tay, 2012). La segunda dimensión incluye tanto emociones positivas (esperanza, etc.) como negativas (odio, etc.). La satisfacción con la vida puede evaluarse con constructos complejos como la llamada “Satisfaction with life scale” (SWLS; Diener et al., 1985) o bien con incluso medidas de un solo elemento (Cantril, 1965). Las emociones positivas y negativas, como por ejemplo la inspiración (positiva) y la tristeza (negativa), se pueden evaluar con escalas de auto informe como PANAS (Watson et al., 1988) o SPANE (Diener et al., 2010).

Es fundamental comprender que las emociones positivas y negativas son independientes entre sí, tanto para su entendimiento como para su medición, pudiendo ambas co-existir simultáneamente (Diener et al., 2016). De hecho, los investigadores de las ciencias sociales se han enfocado en cómo medir la vida en términos positivos que no necesariamente es la carencia de afecciones negativas (Bradburn, 1969).

Basado en lo anterior, se desprende que el SWB es un constructo complejo y que una sola escala no podrá integrar todos sus componentes. Además, también se debe tener claro que la medida que se utilice dependerá de lo que se quiera estudiar (Diener, 1984). En la literatura, podemos encontrar escalas que se adaptan concretamente a un grupo en particular de la población, aunque existen escalas que permitirán medir las dimensiones generales de SWB. No obstante, y de manera de sintetizar el pensamiento del autor, es fundamental mencionar que para Diener, una

persona con alto SWB, es una persona con elevada satisfacción con la vida, alta cantidad de emociones positivas, y solo ocasionales emociones negativas (W. Unanue et al., 2021)

En 1984 Diener planteaba que las emociones positivas y negativas se encontraban correlacionadas negativamente, pero que la correlación debería disminuir a medida que transcurre el tiempo. Por lo tanto, para Diener (1984), el estudio de los afectos medios positivos y negativos debiesen ser independientes entre sí. Sin embargo, para otros autores no. Después de revisar sus diferencias, estos autores llegaron a la conclusión que para periodos de tiempos más largos estas correlaciones serían estadísticamente independientes, por lo cual debemos focalizarnos en revisar la frecuencia del afecto, sea positivo o negativo y su intensidad. En conclusión, debemos estudiar los promedios de frecuencia de los afectos para así entender la correlación entre ellos.

Los modelos de autores como Ryff & Keyes (1995) y Deci & Ryan (2000) abordan la visión eudaimónica del bienestar. Tanto para Ryff & Keyes (1995) como Ryan & Deci (2001), el bienestar consiste no solo en la presencia del placer y la ausencia del dolor. El verdadero bienestar debería reflejar la actualización de las potencialidades humanas, la auto-realización y el sentido de vida (Martela et al., 2021; Reyes et al., 2021; Ryan & Deci, 2001). En concreto, para Ryan and Deci (2017) el bienestar estaría dado por la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas: Autonomía, competencia y relaciones (Deci & Ryan, 2000). Para Ryff & Keyes (1995), el bienestar psicológico estaría compuesto por seis elementos: Autonomía, dominio del entorno, relaciones positivas con otros, crecimiento personal, propósito en la vida, y auto-aceptación.

La satisfacción con la vida puede evaluarse con medidas de auto informe (SWLS; Diener et al., 1985) o bien con incluso medidas de un solo elemento (Cantril, 1965). Las emociones positivas y negativas, como por ejemplo la inspiración (positiva) y la tristeza (negativa), se pueden evaluar con escalas de auto informe como PANAS (Watson et al., 1988) o SPANE (Diener et al., 2010).

Desde la visión eudaimónica, los constructos más utilizados son la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff y la escala de necesidades psicológicas básicas de la Teoría de la auto-determinación. Mientras la primera ha sido operacionalizada a través de los seis indicadores mencionados anteriormente (Ryff & Keyes, 1995), la segunda ha sido operacionalizada a través de tres necesidades psicológicas (Chen et al., 2015).

Independiente de que el bienestar desde la psicología se conceptualice principalmente desde dos visiones, hoy en día hay un gran consenso en términos de que este debe incorporar medidas tanto hedónicas como eudaimónicas (Delle Fave et al., 2011) para lograr un enfoque de medición más holístico (Adler et al., 2017).

Bienestar y Economía.

Desde la economía, la visión estándar sobre bienestar está ligada a una concepción material y de riqueza (Unanue et al., 2014; Unanue, Martínez, et al., 2017; Unanue, Rempel, et al., 2017). Para los economistas más tradicionales, los ingresos (a nivel individual), y el producto interno bruto (a nivel país), son los determinantes más relevantes del bienestar. Por ejemplo, en la medida que los ingresos de los individuos sean más altos, las posibilidades de consumo aumentan, y junto a ello el bienestar. Esto, porque la economía asume al hombre como alguien que persigue maximizar una función de utilidad (bienestar) que depende del consumo de bienes y servicios (*homo-economicus*). Desde esta conceptualización, la única forma de consumir más sería con más ingreso, o bien con disminuciones del precio de los bienes que consume. Estos supuestos en economía, sin embargo, han sido seriamente cuestionados (Ferraro et al., 2005).

Medición de Bienestar en Economía.

La economía tiende a usar indicadores objetivos tales como la inflación, el empleo y la inversión para medir bienestar y progreso. Sin embargo, el producto interno bruto, o PIB, una medida material de bienestar, es el indicador más utilizado a nivel país (Abel & Bernanke, 2005; Unanue, Martínez, et al., 2017).

La economía le da una importancia excesiva al PIB (Unanue, Martínez, et al., 2017). Sin embargo, tal como ha planteado las Naciones Unidas, esta visión centrada en lo material ha dejado de lado aspectos tan importantes como la del bienestar psicológico y la salud mental de las personas, al mismo tiempo que la sustentabilidad del planeta (ONU, 2011). Más aún, los estudios no han mostrado correlación entre el aumento del PIB y el Bienestar (Easterlin, 2013) en el largo plazo, lo que ha llevado a la conocida “Paradoja de Easterlin”. Ya en el año 1974 el autor postula que “a medida que los países aumentan su riqueza, sus niveles promedio de bienestar no se incrementan, o lo hacen con rendimientos decrecientes respecto del ingreso” (Castellanos Cereceda, 2012).

La sustentabilidad es uno de los principales desafíos del siglo XXI (Unanue et al., 2016). Sin embargo, el PIB como medida de progreso no contempla los daños que el crecimiento económico está generando en el medio-ambiente (SNDP, 2013). Así pues, debiesen establecerse políticas de desarrollo sustentable y límites al consumo per cápita (Repetto et al., 1989).

Por las razones descritas anteriormente, (Daly & Cobb, 1989) se crearon índices alternativos, tales como el índice de bienestar económico sustentable (ISEW), con el fin de crear una medida alternativa al PIB. El ISEW estuvo pensado para incentivar el prestar atención a la distribución del ingreso y a la degradación del medio ambiente, evaluando el impacto del desempeño económico en el bienestar social y ambiental (Daly & Cobb, 1989).

La economía también adolece de considerar a un individuo como un todo. La visión económica focalizada en lo material es una visión reduccionista del ser humano. La sociología, por el contrario, desde los tiempos de Aristóteles, ha entendido el bienestar desde la evaluación global de la calidad de vida, y no de forma aislada (Veenhoven, 2005).

Por último, la economía también deja fuera de su conceptualización de bienestar, el bienestar psicológico. Para la psicología, el bienestar individual (Diener & Tay, 2012) tiene efectos potencialmente deseables tanto para las personas, como para las organizaciones y los países. Por ejemplo, se ha visto asociado con mejor salud y más años de vida, mayor desempeño laboral, mejor convivencia interpersonal y confianza (Diener et al., 2016; Unanue et al., 2013). Lamentablemente, este es un elemento no considerado por la visión económica tradicional. Es lamentable, ya que la evidencia científica ha descubierto numerosos beneficios del bienestar tanto desde las concepciones hedónicas como eudaimónicas (Ryff & Keyes, 1995) en diferentes dimensiones de la vida tales como salud (física y mental), relaciones interpersonales, desempeño laboral y otros (Diener & Tay, 2012). En relación a la salud, Cohen y su equipo (2003) mostraron diferentes resultados relacionados a enfermedades donde se visualizó la fuerte relación de sentimientos positivos contrarrestados con mejores efectos en la recuperación de enfermedades. En estudios de Blanchflower y su grupo también se encontraron relaciones directas entre la dieta de la persona y el bienestar (2012). Resumiendo, cabe destacar que estos estudios evidencian que personas con mayor bienestar presentan una mejor salud y más años de vida, mayor desempeño laboral, mejor convivencia interpersonal y confianza entre otros. Los beneficios anteriores demuestran la importancia del bienestar para la calidad de vida y las políticas públicas (Diener & Tay, 2012). Por lo tanto, el bienestar psicológico/individual es un elemento que no puede estar fuera de las concepciones holísticas de bienestar.

Hacia una Visión Holística del Bienestar: Integrando la Sociología, la Psicología y la Economía.

Basado en lo anterior, este artículo plantea que una visión adecuada de bienestar debiese considerar elementos de todas las disciplinas mencionadas anteriormente. Por ejemplo, desde la sociología, la medición del capital social es fundamental. De hecho, Veenhoven al observar los estudios desarrollados en el campo de la sociología (Kroll, 2011), confirma la creencia de que el involucramiento con la sociedad permite la creación de capital social lo que producirá aumento de confianza, solidaridad y respetuosidad lo cual aumentará el bienestar (2008). Desde la psicología, a nuestro juicio, el sentido de vida es un elemento que no puede faltar. Por último, desde la economía, las sociedades siempre debiesen incluir mediciones del PIB, pero también de sustentabilidad. Por lo tanto, una visión holística de bienestar debiese ser una que considere cuatro elementos: Capital social, sentido de vida e ingresos y sustentabilidad.

Políticas Públicas en Educación y Bienestar: la Importancia de una Conceptualización Holística.

El proyecto Aula Segura es una ley – impulsada por el gobierno de turno – es parte de una política pública en educación que pretende proteger y mejorar el bienestar de los estudiantes de colegios chilenos. El problema con esta política pública es la falta de una correcta conceptualización de bienestar. Para nadie es desconocido que el gobierno del presidente Sebastián Piñera es un gobierno de derecha, liderado por economistas y policy makers que poseen una visión tradicional y reduccionista del ser humano. Para ellos, el bienestar se remite a la asistencia a clases y a un buen rendimiento académico. Por lo tanto, para el gobierno, en la medida de que se evite la violencia, se podrá contar con avances en el bienestar de los estudiantes. Sin embargo, lo que no se ha planteado el gobierno son preguntas que van más allá. ¿Puede una política como esta no solo impactar en el rendimiento académico? ¿Puede esta política impactar en el sentido de vida, la confianza y en el capital social de las escuelas? De acuerdo a lo argumentado anteriormente, no solo el rendimiento académico (un símil de mayores ingresos futuros) es importante. También lo es la búsqueda de aspiraciones intrínsecas como por ejemplo la participación en comunidad escolar para así construir una mejor sociedad (J. Unanue et al., 2021). De estos elementos no se ha hecho cargo la nueva ley. ¿Por qué? Porque el bienestar no es comprendido en su visión más amplia. Solo es comprendido desde una visión reduccionista del ser humano. Lo que Chile necesita hoy

en día es una conceptualización integrada de bienestar que pueda mejorar la calidad de vida de los estudiantes durante todo el proceso educativo.

Conclusión.

Hoy en día, cada vez más gobiernos y naciones buscan constantemente como influir en el bienestar de las personas y organizaciones. Por esto es que es imprescindible definir y conocer la forma de establecer una métrica y una conceptualización adecuada de este constructo.

En febrero de 2008, el ex presidente de Francia Nicolás Sarkozy solicitó establecer una comisión de medición de desarrollo económico y del progreso social. Francia mostraba buenos indicadores económicos, pero la sociedad francesa presentaba alta insatisfacción. La comisión fue llamada la Comisión Stiglitz, dentro de la cual estaban dos premios nobeles en economía: Joseph Stiglitz y Amartya Sen. La conclusión de la comisión fue rotunda: Estamos midiendo mal el bienestar (Stiglitz & Sen, 2009). Los autores agregan enfáticamente que el bienestar no solo es progreso económico (como lo hemos entendido hasta ahora), sino que además deben considerar elementos subjetivos (como el bienestar hedónico), y el altruismo (como parte del capital social). En definitiva, el bienestar “deberá ser necesariamente plural, puesto que no existe una medida única que pueda resumir un fenómeno tan complejo como el bienestar de los miembros de una sociedad” (Stiglitz & Sen, 2009, p. 12)

Este artículo ha pretendido hacer una revisión de documentos de alto nivel, mostrando en un sentido general los argumentos necesarios para avanzar en mejorar la conceptualización del bienestar, integrando las visiones de diferentes áreas tales como la sociología, la psicología, y la economía. Este nuevo sistema de medición no solo deberá ponderar promedios de bienestar en una comunidad en particular y su evolución el tiempo, sino también debe representar la diversidad social, personal y de relaciones (Stiglitz & Sen, 2009).

Nuestra principal conclusión es que las mediciones de bienestar no se deberían generar de forma independiente, sino más bien considerando todos los factores que permitan maximizar el bienestar social, individual y medioambiental. Una visión holística de bienestar, por tanto, debiese incorporar elementos de la sociología (como el capital social), la psicología (como el sentido de vida), y la economía (como el ingreso y la sustentabilidad). Esto permitiría orientar de mejor forma las políticas públicas (Becchetti & Pelloni, 2013)

Bibliografía.

- Abel, A. B., & Bernanke, B. S. (2005). Macroeconomics 5th edition. In *Pearson Education* (IssueFifth edition).
- Adler, A., Unanue, W., Osin, E., Ricard, M., Alkire, S., & Seligman, M. (2017). Psychological Wellbeing. In K. Urta (Ed.), *Happiness: Transforming the Development Landscape* (pp. 60–79).
- Álvarez, E. A. M. (2017). *Una mirada sociológica en el estudio de la felicidad: en respuesta a Ruut Veenhoven*.
- Becchetti, L., & Pelloni, A. (2013). What are we learning from the life satisfaction literature? *International Review of Economics*, 60(2). <https://doi.org/10.1007/s12232-013-0177-1>
- Bentham, J. (2008). *Los principios de la moral y la legislación*. Editorial Claridad.
- Blanchflower, D. G., Oswald, A. J., & Stewart-Brown, S. (2012). Is Psychological Well-Being Linked to the Consumption of Fruit and Vegetables? *Social Indicators Research*, 114(3), 785–801. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0173-y>
- Bradburn, N. M. (1969). The Structure of Psychological Well-Being. In *American Sociological Review* (Aldine, Vol. 35, Issue 5). <https://doi.org/10.2307/2093340>
- Bravo, D., Oriol, X., Gómez, M., Cortez, D., & Unanue, W. (2020). The Effects of the 2016 Copa América Centenario Victory on Social Trust, Self-Transcendent Aspirations and Evaluated Subjective Well-Being: The Role of Identity With the National Team and Collective Pride in Major Sport Events. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.591498>
- Cantril, H. (1965). The Pattern of Human Concerns. In *The British Journal of Sociology* (Vol. 18).
- New Brunswick, NJ Rutgers University Press. <https://doi.org/10.2307/588624>
- Castellanos Cereceda, R. (2012). El bienestar subjetivo como enfoque e instrumento de la políticapública: Una

revisión analítica de la literatura. *Revista Estado, Gobierno y Gestión Pública*, 0(20).
<https://doi.org/10.5354/0717-6759.2012.25862>

-Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., der Kaap-Deeder, J. Van, Duriez, B., Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Petegem,

S. Van, & Verstuyf, J. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion*, 39(2), 216–236.
<https://doi.org/10.1007/s11031-014-9450-1>

-Cohen, S., Doyle, W. J., Turner, R. B., Alper, C. M., & Skoner, D. P. (2003). Emotional style and susceptibility to the common cold. *Psychosomatic Medicine*, 65(4).
<https://doi.org/10.1097/01.PSY.0000077508.57784.DA>

-Daly, H., & Cobb, J. (1989). Para el bien común: reorientando la economía hacia la comunidad, el ambiente y un futuro sostenible. In *Fondo de Cultura Económica*.

-Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

-Delle Fave, A., Brdar, I., Freire, T., Vella-Brodrick, D., & Wissing, M. P. (2011). The Eudaimonic and Hedonic Components of Happiness: Qualitative and Quantitative Findings. *Social Indicators Research*, 100(2). <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9632-5>

-Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

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

-Diener, E., Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Tay, L., Wirtz, D., Lutes, L. D., & Oishi, S. (2016).

Findings all psychologists should know from the new science on subjective well-being. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 58(2), 87.
<https://doi.org/10.1037/cap0000063>

-Diener, E., & Tay, L. (2012). A scientific review of the remarkable benefits of happiness for successful and healthy living. Report of the Well-Being Working Group, Royal Government of Bhutan: *Report to the United Nations General Assembly, Well-Being and Happiness: A New Development Paradigm*. New York: UN.

-Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., won Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2). <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>

-Easterlin, R. A. (2013). Happiness, growth, and public policy. *Economic Inquiry*, 51(1).
<https://doi.org/10.1111/j.1465-7295.2012.00505.x>

Ferraro, F., Pfeffer, J., & Sutton, R. I. (2005). Economics language and assumptions: How theories can become self-fulfilling. *Academy of Management Review*, 30(1).
<https://doi.org/10.5465/AMR.2005.15281412>

-Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. (2013). World Happiness Report 2013. *New York: Earth Institute, Columbia University*. <http://eprints.lse.ac.uk/57573/>

-Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (1999). Well-being: The foundations of hedonic psychology. *Health San Francisco*.

-Kroll, C. (2011). Towards a Sociology of Happiness : Examining Social Capital and Subjective Well-being Across Subgroups of Society. In *Political Science* (Issue November). Martela, F., Gómez, M., Unanue, W., Araya, S., Bravo, D., & Espejo, A. (2021). What makes work meaningful? Longitudinal evidence for the importance of autonomy and beneficence for meaningful work. *Journal of Vocational Behavior*, 131.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2021.103631>

- ONU. (2011). *Happiness Resolution on happiness and well-being*. <https://news.un.org/en/story/2011/07/382052>
- Repetto, R., Magrath, W., Wells, M., Beer, C., & Rossini, F. (1989). Wasting assets: natural resources in the national income accounts. *Wasting Assets: Natural Resources in the National Income Accounts*.
- Reyes, V., Unanue, W., Gómez, M., Bravo, D., Unanue, J., Araya-Veliz, C., & Cortez, D. (2021). Dispositional Gratitude as an Underlying Psychological Process Between Materialism and the Satisfaction and Frustration of Basic Psychological Needs: A Longitudinal Mediation Analysis. *Journal of Happiness Studies*, 1–26. <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00414-0>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. In *Annual Review of Psychology* (Vol. 52, pp. 141–166). <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. In *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Publications. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- SNDP. (2013). *Summary Document & Proposed Model: Towards a New Development Paradigm*. Retrieved from The Steering Committee for the New Development Paradigm, Royal Government of Bhutan. -<http://www.newdevelopmentparadigm.bt/wp-content/uploads/2013/06/Towards-a-New-Development-Paradigm.pdf>
- Stiglitz, J. E., & Sen, A. (2009). The Measurement of Economic Performance and Social Progress Revisited Reflections and Overview. *Documents de Travail de LOFCE*, 33, 79. <https://hal-sciencespo.archives-ouvertes.fr/hal-01069384%0Ahttp://www.ofce.sciencespo.fr/pdf/dtravail/WP2009-33.pdf>

- Unanue, J., Oriol, X., Oyanedel, J. C., Rubio, A., & Unanue, W. (2021). Gratitude at work prospectively predicts lower workplace materialism: A three-wave longitudinal study in Chile. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3787. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073787>
- Unanue, W. (2017). Subjective Well-being Measures to Inform Public Policies. In K. Urra (Ed.), *-Happiness: Transforming the Development Landscape* (pp. 118–155).
- Unanue, W., Barros, E., & Gómez, M. (2021). The longitudinal link between organizational citizenship behaviors and three different models of happiness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph18126387>
- Unanue, W., Dittmar, H., Vignoles, V. L., & Vansteenkiste, M. (2014). Materialism and Well-being in the UK and Chile: Basic Need Satisfaction and Basic Need Frustration as Underlying Psychological Processes. *European Journal of Personality*, 28(6), 569–585. <https://doi.org/10.1002/per.1954>
- Unanue, W., Maercovic, P., Weltdt, C., & Olguín, E. (2013). Felicidad, bienestar y desempeño organizacional. In M. D, I.-Z. F., & U. Wenceslao (Eds.), *La Felicidad: Evidencias y experiencias para cambiar nuestro mundo* (pp. 295–320).
- Unanue, W., Martínez, D., López, M., & Zamora, L. (2017). The role of subjective well-being in measuring the progress of nations and guiding public policy. *Papeles Del Psicologo*, 38(1), 26–33. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2017.2818>
- Unanue, W., Oriol, X., Gómez, M., Cortez, D., & Bravo, D. (2020). Feel the Copa América final: Immediate and medium-term effects of major sport events and national football team identification on different components of subjective well-being. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00545-x>
- Unanue, W., Rempel, K., Gómez, M. E., & den Broeck, A. Van. (2017). When and why does materialism relate to employees' attitudes and well-being: The mediational role of need satisfaction and need frustration. *Frontiers in Psychology*, 8(OCT), 1755.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01755>

-Unanue, W., Vignoles, V. L., Dittmar, H., & Vansteenkiste, M. (2016). Life goals predict environmental behavior: Cross-cultural and longitudinal evidence. *Journal of Environmental Psychology*, 46. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2016.02.001>

-Veenhoven, R. (2005). Lo que sabemos de la felicidad. *La Calidad de Vida y Bienestar Subjetivo En México*.

-Veenhoven, R. (2008). Sociological Theories of Subjective Well-Being. *The Science of Subjective Well-Being: A Tribute to Ed Diener*, 44–61.

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.64.4.678>

-Watson, D., Clark, L. A., & 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). <https://doi.org/10.1037//0022-3514.54.6.1063>