

El malestar social: integración de indicadores negativos que expliquen el contexto del bienestar social de los mexicanos¹

Francisco Justiniano Velasco Arellanes²

Obed Luna Velázquez³

Alma Alejandra García Félix⁴

Resumen

En el presente trabajo se realiza una breve introducción sobre el estudio de las condiciones de vida de los individuos. Se argumenta que la investigación actual en el campo del estudio del bienestar social, y otras aproximaciones específicas en lo psicológico, como son el bienestar subjetivo, felicidad, satisfacción etc. connotan una ideología optimista y capitalista de las condiciones que hacen satisfechos a los individuos, particularmente se basan o enfatizan en indicadores positivos. Se argumenta que esta aproximación es parcial y que está plagada de falacias, se cita evidencia que se contrapone a esta aproximación. Por último, se propone que para tener una adecuada estimación de las condiciones de vida de los individuos o sociedades es necesario que se incluyan indicadores negativos y positivos en su análisis. Se sugiere que para México esta última propuesta, podría dar una mejor perspectiva de las condiciones del bienestar social de la población.

Palabras clave: Bienestar social, indicadores, México

¹ Recibido: 27/octubre/2017. Aceptado: 06/agosto/2018

² Francisco Velasco Arellanes estudió la Lic. En Psicología Clínica en la Universidad de Sonora. Se formó en doctorado en Ciencia del Comportamiento de la Universidad de Guadalajara. Ha sido profesor en la Universidad de Monterrey (UDEM) y en la Universidad Autónoma de Nuevo León. Bajo el programa, auspiciado por el CONACYT, Incorporación de Científicos y tecnólogos Mexicanos al Sector Social y Productivo del País (IDEA) realizó una estancia en Sigma Alimentos Noreste, S. A de C. V. Ha sido también asesor en empresas constructoras. Es integrante de la Red "Desarrollo de Fármacos y Métodos de Diagnóstico". Actualmente es profesor de tiempo completo en la Universidad de Sonora, campus Nogales. Sus líneas de investigación están vinculadas al campo de las adicciones, al análisis del bienestar subjetivo de la población mexicana y al proceso de creatividad en ambientes educativos y empresariales. Universidad de Sonora, Campus Nogales

³ Obed Luna Velázquez es estudiante de la Lic. En Psicología con acentuación en el área educativa de la Universidad de Sonora, ha realizado prácticas de intervenciones en adolescentes en el nivel preparatoria en temas de estrategias de estudio, estructuración de plan de vida, prevención de adicciones e inclusión educativa, actualmente desarrolla la creación de un departamento psicológico en Colegio Nogales y colabora en investigación enfocada en el área del bienestar social y su medición desarrollando en forma análoga una tesis investigativa respecto al mismo tema en adolescentes de Nogales, Sonora, también colabora en un estudio experimental de implementación de un programa de intervención preventiva en adicciones llamado "Mantente Real" en Nogales, Sonora. Universidad de Sonora, Campus Nogales

⁴ Alma Alejandra García Félix estudia la Lic. En Psicología con acentuación en el área de educación en la Universidad de Sonora Campus Nogales dentro de la cual se encuentra como becario por beca ayudantía en la cual colabora en investigación enfocada al bienestar social, paralelamente estudia la Lic. En Enseñanza de la Lengua Inglesa en el Instituto del Desierto de Santa Ana Campus Nogales. Ha realizado cursos sobre estimulación temprana y de técnicas docentes. Como también ha realizado prácticas a nivel intervención en promoción con docentes de preescolar (Estimulación cognitiva), con adolescentes en preparatoria a nivel prevención (Técnicas de estudio), con niños en primaria en nivel rehabilitación (Lectoescritura) y actualmente se encuentra realizando prácticas profesionales en el departamento de Orientación Educativa en el Colegio de Bachilleres del Estado de Sonora. Universidad de Sonora, Campus Nogales

Abstract

In the present essay a brief introduction is made about the study of the life conditions for individuals. It is argued that contemporary investigation at the field of social wellness, and another specific approaches in psychology, like subjective wellness, happiness, satisfaction, etc. Connotes a optimistic and capitalist ideology over conditions that makes individual satisfied, particularly it is based or enfatizes positive indicators. It is argued that this approach is biased and plagued with fallacy, it is quoted evidence supporting opposition against this approach. Lastly it is proposed that to have adequate estimate from life conditions in individuals or societies it is necessary to include both negative and positive indicators for analysis. It is suggested that for Mexico this last proposal, could give a better perspective from the social wellness in the population.

Keywords: Social wellness, indicators, Mexico

Resumo

No presente trabalho, é feita uma breve introdução ao estudo das condições de vida dos indivíduos. Argumenta-se que a pesquisa atual no campo do estudo do bem-estar social e outras abordagens específicas no psicológico, como bem-estar subjetivo, felicidade, satisfação, etc. conotar uma ideologia otimista e capitalista das condições que tornam os indivíduos satisfeitos, particularmente baseados ou enfatizados em indicadores positivos. Argumenta-se que essa abordagem é parcial e está cheia de falácia, citando evidências que contrastam com essa abordagem. Finalmente, propõe-se que, para ter uma estimativa adequada das condições de vida de indivíduos ou sociedades, é necessário incluir indicadores negativos e positivos em sua análise. Sugere-se que, para o México, esta última proposta poderia dar uma melhor perspectiva das condições de bem-estar social da população.

Palavras-Chave: bem-estar social, indicadores, México

Encontrar la fórmula que encamine a la felicidad o satisfacción con la vida ha sido una aspiración permanente del ciudadano común, de filósofos, estadistas e investigadores. El antecedente más remoto dentro de la filosofía sobre el pensar del mundo se atribuye a Tales de Mileto (623 a 540 a. C.), quien al igual que sus sucesores (Anaximandro, Anaxímedes, Anaxágoras, Parménides, Heráclito, Demócrito, Empédocles), se preocupó por comprender el Archè (el "ser" o principio de todas las cosas); es decir, a todos estos pensadores les interesaba comprender los elementos más preponderantes que explican la naturaleza del mundo y sus contenidos. La búsqueda filosófica de estos primeros pensadores era totalitaria, buscaban explicar todo lo existente, incluyendo la naturaleza y razón de ser de la humanidad.

Los filósofos griegos daban dirección a la vida en sociedad a través de la obtención y exaltación de las virtudes humanas. Las máximas de la cultura helénica fueron sabiduría, justicia, templanza y valor, estas funcionaban como directrices del comportamiento de los individuos. Aristóteles fue un promotor importante sobre la reflexión de la vida en sociedad y fue pionero en argumentar sobre el derecho natural o derecho inmutable (inalienable) de los individuos, es decir, propuso que los derechos individuales o universales que debe gozar todo individuo son

irrenunciables, independientemente de la procedencia, religión, país o leyes particulares que le rigen.

No obstante, estas primeras y generales nociones de existencia del todo y del cómo vivir, fue Epicuro (270 a. C.) quien mostró de manera explícita el interés por comprender el para qué vivimos y cómo vivimos. Escribió a su hijo Meneceo sobre la importancia de la felicidad y de la relación que ésta tiene con el balance de acontecimientos durante el ciclo vital (Oyarzún, 1999). El Epicureísmo se fundó bajo el precepto del disfrute de la vida libre de perturbación (*ataraxia*), la cual implicaba satisfacer los deseos más básicos relacionados con la sobrevivencia y alejarse de aquellos innecesarios que infligían dolor o preocupación para obtenerlos. Para Epicuro los placeres o deseos innecesarios estaban relacionados con todos aquellos que imponen la política, cultura o sociedad. Dado el origen social-cultural de los placeres innecesarios, y que estos eran fuente de malestar o sufrimiento, el Epicureísmo proponía que para ser felices o satisfechos se debía practicar un alejamiento de la vida en sociedad.

No es central, ni alcanzable para este trabajo abundar más sobre la historia de reflexión sobre el sentido de la vida a lo largo de la historia humana, basta decir para los fines de este trabajo, que la capacidad humana para reflexionar sobre la vida y la satisfacción con la misma son milenarias.

La visión de desarrollo humano, y otros conceptos que implican áreas de análisis de las condiciones de vida de las sociedades, surgieron en el siglo XVIII con la revolución industrial debido a que se empezó a considerar las condiciones de vida como importantes en el sistema productivo. La revolución industrial estructuró a la sociedad no sólo en maneras distintas de producir, sino que también generó ideologías que promovían una mejora de las condiciones de vida de las clases desfavorecidas por vías como el sindicalismo, el cooperativismo, el socialismo etc. (Rothbard, 1990). Bajo esta visión de pragmatismo económico, en 1930 se empezó a estudiar científicamente las condiciones que promueven el desarrollo humano, uno de los más destacados representantes de esta escuela fue Schultz (1961).

No obstante, la capacidad heurística de la visión económica para estudiar las condiciones de vida de las sociedades, se le insertó otros términos como son el de *bienestar o felicidad*. En particular, el término *bienestar* ha sido criticado porque ha sido asociado con la posesión o con el tener, de esta manera la visión económica imputó las condiciones de bienestar de las sociedades a través de estimadores como son el ingreso *per cápita*, el Producto Interno Bruto (PIB), el consumo de energía, el promedio del tamaño de las viviendas, el número de personas que habitan una vivienda (Rojas & Jiménez, 2008).

Otra aproximación derivada de la perspectiva económica, pero menos centrada en estimadores estrictamente económicos, es la que refiere al capital social. Esta variante económica

se inclina sobre el desarrollo humano para medir indicadores como el nivel de alfabetismo de una población, las tasas de mortalidad infantil, la esperanza de vida, los indicadores de estabilidad política y los niveles de las libertades civiles (Coleman, 1988).

Las perspectivas económicas se han caracterizaron por contener una filosofía económica utilitarista. Esto último ha tenido implicaciones en cómo se concibe el bienestar (tener o poseer), de tal manera que no son los ciudadanos los que manifiestan como viven, sino que son los expertos en economía los que infieren o atribuyen sobre cómo viven o deberían vivir los ciudadanos en sociedad (Rojas & Jiménez, 2008). En los años setentas y ochentas se aludió a que los indicadores económicos no son suficientes para medir las condiciones de vida de las personas ya que la percepción de bienestar de las personas no necesariamente se relaciona con *el tener* ni con la mejora de las condiciones económicas generales de los países (Cardona y Agudelo, 2005).

Nuevas aproximaciones como la escuela Leyden asumieron por primera vez la importancia de incorporar los juicios de las personas al análisis científico del bienestar. Al inicio la escuela Leyden se centró en la evaluación del ingreso, posteriormente se consideró la utilidad del ingreso y la satisfacción del ingreso, o por decirlo de otra manera, en la satisfacción económica que reportaban las personas (Van Praag & Frijters, 1999).

Una vez considerado el reporte verbal de las personas se contribuyó a comprender a las sociedades y sus condiciones de vida desde un ámbito psicologista. Ejemplo de la escuela psicologista del *bienestar subjetivo* es Veenhoven (1996), quien indica que el bienestar subjetivo es el promedio de la satisfacción con la vida que reportan las personas. Por su parte Cummins (2005) señala que el bienestar subjetivo es un balance homeostático entre lo que el ambiente provee y el individuo percibe de sí mismo. Para una mejor descripción de la evolución económica del estudio del bienestar social o desarrollo humano a una posición que agrega el bienestar subjetivo véase a Cardona y Agudelo, (2005); Rojas & Jiménez (2008).

Así pues, al incorporar el reporte de las personas, sobre sus condiciones de vida y su entorno, se avanzó en el estudio de las condiciones de vida de las sociedades. Sin embargo, esta aproximación también ha tenido sus objeciones porque se basan en una ideología "progresista y positiva" que recalca el estudio de indicadores positivos sin atender indicadores negativos o condiciones que acotan el bienestar que reportan los ciudadanos. Esta inclinación sobre los indicadores positivos está enmarcada en por lo menos dos fuentes ideológicas, la deseabilidad social y la psicología positiva. Las cuales, a nuestro parecer, en el trasfondo siguen anteponiendo una ideología utilitarista y progresista de las sociedades y personas.

A partir de lo que hasta ahora hemos desarrollado en este escrito, podemos concluir que: tanto la posición capitalista-utilitarista como la psicologista del bienestar subjetivo se basan en una

ideología que se enmarca en el uso de conceptos como "desarrollo", "capital" y "progreso", empotrándose exclusivamente en aspectos "positivos", enarbolando la lógica del desarrollo humano como si la vida en sociedad implicase siempre un constante ascenso, con metas individuales y comunitarias para alcanzar el "crecimiento" de las sociedades.

Por lo tanto, un primer objetivo en el presente trabajo es organizar algunas de las aportaciones teóricas y hallazgos empíricos que describen la importancia de analizar el Bienestar Social (BS), el cual asume el estudio de las condiciones de vida de las personas mediante la integración de indicadores positivos y negativos. A modo de ubicación conceptual para este trabajo, consideramos que el BS refiere un área de investigación en la cual se busca comprender el conjunto de factores que pueden explicar las condiciones de vida de las personas. El BS es una noción multidimensional de las condiciones de vida en sociedad, es un concepto contextual que ofrece un panorama de la realidad social que prevalece en un territorio, país o comunidad, por esta misma razón, bajo la lógica de BS se requiere evaluar cada una de las categorías e indicadores que capturan la realidad de una sociedad (Grasso & Canova, 2008; Martínez-Martínez, Vázquez-Rodríguez, Lombe & Gaitan-Rossi, 2016; Tonon, 2012).

El segundo objetivo es describir el porqué se deben integrar indicadores, tanto positivos como negativos, para explicar la condición social de nuestro país (México). Especialmente en encuestas como las que se realizan desde el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), como Bienestar Autorreportado (BIARE), para evaluar las condiciones de vida de la sociedad mexicana. Se ha identificado que encuesta BIARE sólo se basa en indicadores positivos y/o que connotan una evaluación individual de las personas, lo cual no refleja las condiciones de la realidad social mexicana (Velasco, Vera y Tirado, 2019).

Contra la ideología hegemónica, progresista y optimista en el estudio del bienestar social

Citando textualmente a Freixa & Froján-Parga (2014), respecto a la lejanía aparente que se toma para esclarecer conceptualmente una falacia argumentativa:

[...] "Cuando una persona (o un animal mínimamente complejo) quiere alcanzar un objeto que se halla perfectamente visible delante de él, pero detrás de una pared de cristal de varios metros de largo, la conducta adaptada no consiste en empeñarse en alcanzar el objeto a través del cristal, en ensañarse con la pared transparente, sino en darle la vuelta" (Pág.17).

Por esta razón es necesarios alejarnos de la noción de *Bienestar Social* (BS) que está enraizada con la idea falaz de que los indicadores de "progreso" y la mejora constante deben dar

cuenta del bienestar de las sociedades, esto conlleva abordarlo a través de una noción menos optimista y más realista en su estudio. Así pues, es conveniente describir varias fuentes contrapuestas a la noción optimista y progresista que alimentan a los estudios del BS.

El optimismo irracional

Las recetas de cómo vivir, y el simplismo que acompaña a los libros de superación personal han invadido el sentido común en la sociedad (p. ejemplo: "cuando una persona desea realmente algo, el universo entero conspira para que pueda realizar su sueño", Coelho, *El Alquimista*). Bajo esta ideología nos encontramos con la idea de que la realidad es susceptible de ser moldeada por el pensamiento, que podemos cambiar nuestra realidad a través de una constante emisión de pensamientos enteramente positivos. Se sugiere, que con este "mecanismo", no sólo se atraen situaciones "favorables" sino que además se evade cualquier situación "desagradable o peligrosa". Esta ideología mágica acerca de la realidad ha llegado al extremo de calar hondamente en algunos sectores de la sociedad, no sólo ha afectado a los ciudadanos comunes sino también a personas que abrazan bajo la ciencia un optimismo desbordado (Fredrickson et al., 2013; Diener & Seligman, 2002), por mencionar algunos, los cuales apuestan exclusivamente al lado optimista de la vida mediante sus planteamientos de la psicología positiva o la psicología de la felicidad.

No es nuestro interés debatir en contra de la psicología positiva desde sus aportaciones metodológicas y empíricas, ya que lo han hecho exitosamente detractores como Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer & Vohs (2001); Brown, MacDonald, Samanta, Friedman & Coyne (2014); Pérez-Álvarez (2012). Nuestro objetivo primario, como ya lo habíamos comentado, es dar relevancia a la contraparte de la psicología positiva; el lado pesimista y los indicadores negativos como importantes en el estudio del BS.

La falacia cronológica: la mejora de los eventos en sucesión.

Hasta el día de hoy sabemos que no hay material biológico o entidad física que prospere de manera creciente e indeterminada (Malthus, 1798), el progreso es una ideología cuyo fin ha sido la de dirigir a la civilización occidental, y con la cual se subordinan todos los movimientos sociales, económicos, políticos etc. (Bury & Bury, 1987); el progreso a lo mucho, hace referencia a la modernidad y a la sucesión cronológica de eventos que no necesariamente garantizan la mejora de las condiciones en las que se encuentra una entidad o persona (Freixa & Froján-Parga, 2014).

La idea de progreso está estrechamente asociada a la sucesión de eventos, se cree erróneamente que lo que viene será mejor, que lo actual y el mañana son mejores que el pasado (Scruton, 2010). Esta idea del mejoramiento de sucesos está arraigada en todas nuestras expresiones y proyectos sociales, ejemplo: se cree fervientemente que los hijos tienen la puntillosa obligación de obtener más logros que sus padres. A pesar de que es socialmente deseable la superación generacional, la "mejora" de las de los vástagos en relación a sus padres, las condiciones nos recuerdan y presentan una cruenta realidad.

En una ocasión un conocido (médico especialista retirado) se acercó para conversar sobre sus preocupaciones, atribulado me apremió a que le extendiera un consejo y explicará el porqué sus hijos, que habían recibido todo su apoyo y mejores condiciones iniciales que él, no habían concluido estudios universitarios. Uno de sus hijos tenía problemas económicos y legales dignos de congoja, el segundo una carrera de payaso con poco éxito en las fiestas infantiles de la localidad, la única hija, vivía en una situación menos precarizada que sus hermanos, no obstante, los tres recurrían frecuentemente a él para resolver sus problemas de índole diversa.

Al pobre hombre lo carcomía la idea de sucesión y superación personal que se había trazado en contraposición de los "fracasos acumulados de sus vástagos", por mi parte me atreví a comentar que, y no obstante, el estilo de crianza cuenta para encausar a los hijos, no existe una ley natural o social que garantice y actúe como motor de éxito para que los descendientes nos "superen". Ejemplos de falacias como ésta, donde se indica que lo nuevo tendría que ser "mejor que lo anterior", los podemos encontrar en múltiples escenarios sociales y naturales como son el arte y la música contemporáneas (Scruton, 2010), en la lógica capitalista que presenta la explotación de los recursos naturales como inagotables (Bunge, 2008) y las terapias que se proponen desde la psicología "contemporánea y actualizada" (Freixa & Froján-Parga, 2014).

No todo puede tener una explicación inmediata o conocida cuanto "fracasa" la sucesión de eventos, pero el caso de los hijos del médico, bien puede ser explicado por lo que más adelante describiremos en el apartado denominado "El aprendizaje no es lineal y positivo, es accidentado".

Otra falacia menor, pero no menos importante, asociada al orden cronológico de eventos es creer que el futuro nos deparará mejores condiciones, por la simple y llana razón de que lo deseamos, ya habíamos citado el caso de los libros de superación personal que son dignos representantes de esta falacia.

Roger Scruton (2010) ha llamado "el mejor caso posible" a la falacia que sugiere que podemos tener control del futuro y de nuestras acciones. Ejemplo de estos son los consumidores de drogas en sus etapas iniciales, particularmente aquellos que consumen drogas consideradas "duras" como la heroína o que entran en una escalada de juego patológico. Scruton respecto al tema señala:

[...] "Alguna vez se ha dicho que los jugadores son personas que asumen riesgos y que esto, por lo menos es digno de admirar: que tengan el coraje de arriesgar lo que poseen en el juego que les atrae. La verdad es justamente la contraria. Los jugadores no son después de todo personas que asuman riesgos, entran en la partida con la única expectativa de ganar, arrastrados por sus ilusiones, regodeándose en una irreal sensación de seguridad" (Pág.28).

Las personas que inician un proceso de adicción realizan estimaciones falaces, asumen que tendrán control sobre las fuentes y consecuencias de su comportamiento y que se librarán con éxito de ellas. Es común en la población optimista, como es el caso de las personas en proceso adictivo, que sufran las consecuencias de sus distantes estimaciones entre su comportamiento y la realidad. El adicto no estima que él será la presa de las drogas; por ésta misma razón, el tópico psicológico que explica buena parte del comportamiento de las personas con problemas de adicción es el bajo control que tienen los adictos sobre sus impulsos (MacKillop, et al, 2011).

Las revisiones sistemáticas, y las teorías que describen el reducido número de individuos que logran recuperarse de una adicción, confirman la sentencia de Roger Scruton (2010) sobre la ilusión que tenemos sobre el futuro. No habrá recuperación del usuario sin que este llegue a un punto en el cual la naturaleza y gravedad de sus problemas sean innegables, y que estos, le hayan afectado en diversos ámbitos de su vida (tocar fondo), ni lo podrá lograr sin el reconocimiento de que no posee control sobre sí mismo y su futuro (Burke, Arkowitz & Menchola, 2003; Prochaska, Delucchi & Hall, 2004; Prochaska, DiClemente & Norcross, 1992).

El actuar humano optimista, y la falaz sensación de control sobre un futuro promisorio, ha sido echado abajo en repetidas ocasiones (Langer, 1975; Yarritu, Matute & Vadillo, 2014). El Dr. Daniel Kahneman (premio nobel de economía 2012) y sus colaboradores han demostrado que los componentes afectivos (como fuente de sesgo) están implicados de manera importante en nuestras decisiones y que "la fría racionalidad" que se atribuye a "un cerebro que estima sus ganancias y consecuencias", bajo el concepto de utilidad (Read, 2007), no tiene un fundamento teórico que pueda explicar el comportamiento humano en términos de la búsqueda del bienestar siempre en ascenso y de un control de las propias acciones humanas (Kahneman, Knetsch & Thaler, 1991; Kahneman & Tversky, 2000; Kahneman & Tversky, 1979; Kahneman, Wakker & Sarin, 1997).

Así pues, la sensación de autocontrol y previsión del futuro (sesgo cognitivo) mediante recetas fáciles que vende la ideología de la psicología positiva en términos de que "el futuro será mejor con sólo imaginarlo", es falso; se requiere una dosis de pesimismo y de comportamiento preventivo de lo que el futuro pueda deparar. No se puede asumir que todo evento que se

presentará a futuro se controlará con sólo pensar que será positivo, sino más bien, se debe prever y trabajar para evitar situaciones que contienen un matiz de consecuencias claramente negativas. Algunos a esta posición ante la vida le llaman optimismo realista (Gouveia & Clarke, 2001; Klein & Helweg-Larsen, 2002). Aquí el síntoma del optimismo desbordado; en un reciente estudio de Pennycook et al (2015), en el cual se evaluó las características de las personas que consideran como serias las "recetas" de la ideología de la felicidad o de la psicología positiva, encontró que estas son menos reflexivas, poseen menos habilidades cognitivas, son propensas a creer en teorías de la conspiración y aceptan con facilidad explicaciones mágicas de la realidad. Algunas características similares se han encontrado en individuos religiosos (Lynn, Harvey, & Nyborg, 2009; Zuckerman, Silberman & Hall, 2013).

El aprendizaje no es lineal y positivo, es accidentado.

Otra ideología que ha permeado, y principalmente al sistema educativo, ha sido la creencia de que los aprendices son "esponjas que absorben todo" y que la dirección que debe tomar sus vidas es exclusivamente, y sin paradas, hacia la felicidad. Esta ideología ha conducido al extremo las políticas mercantiles de algunas universidades, que anteponen a la obtención del conocimiento, la idea de que los jóvenes matriculados en sus instituciones llegarán a la felicidad.

La evidencia desde la psicología experimental y las neurociencias nos han mostrado que el proceso de aprendizaje no es lineal, hay transferencia positiva y negativa del conocimiento (Woodworth & Thorndike, 1901), no obedece a un constante ascenso hacia el éxito, el aprendizaje se plaga de errores (Thorndike, 1998; Thorpe, 1979), estadios y latencia de funciones cerebrales (Cahill, McGaugh & Weinberger, 2001). La idea de que la educación se debe impartir en ambientes idealizados para que eleven la autoestima de los aprendices, ha llevado al extremo de protegerlos de la crítica de los demás, y de la autoevaluación de sus propios fracasos (Mecca, Smelser & Vasconcellos, 1989). Esta ideología proteccionista ha desestimado y satanizado la relevancia de los eventos negativos en el aprendizaje (Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer & Vohs, 2001).

El cuidado de la autoestima de los estudiantes, a ultranza de sobreprotegerles, ha sido desvelada por Baumeister, Campbell, Krueger & Vohs, (2005). Lo que se sabe de la autoestima es que los individuos exitosos (que han obtenido logros) tienen alta autoestima, no sucede al revés, que una alta autoestima abone a la obtención de logros. Es decir, la autoestima no es causal del logro obtenido, es el efecto mismo del logro que le caracteriza. Incluso se encontró que individuos a los que se les había enseñado con esta ideología que subvenciona la "autoestima" mostraban comportamiento inadecuado, de tal suerte que muchos de ellos convertidos en criminales, tenían una excelente opinión de sí mismo (alta autoestima).

Regresando al tema citado del atribulado padre en el apartado "la falacia cronológica: la mejora de los eventos en sucesión" podemos añadir que en la crianza de los hijos hay equivocaciones, por lo bien o mal intencionados que nos conduzcamos en este ámbito. En la formación informal (crianza de los hijos) como en la formal-educativa se cometen errores que los encasillaremos en un paradigma que llamaremos "anular el potencial individual".

Hay dos maneras de anular el desarrollo intelectual de un estudiante o vástago: 1) encargándole la solución de una tarea, con alto grado de dificultad, que ni el propio instructor puede resolver, y 2) subestimando su potencial humano disminuyendo los criterios de logro que el aprendiz debe desplegar. Ambas conducen a la depresión; el primer fenómeno, por obvias razones de ética, fue estudiado con el caso paradigmático de desamparo o indefensión aprendida por Martin Seligman y sus colegas (Overmier & Seligman, 1967; Seligman, 1972). Por cierto, este caso fue tan notable que al mismo Martin Seligman le hizo dar un vuelco existencial hacia el planteamiento de la "psicología positiva".

El experimento de Seligman consistió en someter a un grupo de perros a una situación experimental pavloviana en la cual no podían escapar de un evento aversivo (recibían descargas de choques eléctricos inescapables, ni cancelables por alguna acción), posteriormente se intentó entrenar a los perros a que escaparan ante la situación aversiva. El resultado fue contundente, los animales después de una experiencia en donde no podían escapar a una descarga eléctrica ya no podían aprender a evitarla o escapar de ella.

Resulta que el método del desamparo aprendido no es el único método para anular la posibilidad de que un individuo pueda comportarse efectivamente para evitar contratiempos u obtener logros en su futuro, también lo hace la sobreprotección (Hoffman, 1972); es decir, otorgar bienes a los vástagos, sin que manifiesten merito alguno para obtenerlos, tendrá como resultado incapacidad y/o depresión en ellos.

Así también, la autocompasión es uno de los síntomas que acompaña a las creencias irracionales de los individuos con depresión; estas se victimizan, creen que les va mal por culpa de otras personas y menosprecian el papel de sus responsabilidades en la situación (Podina, Jucan & David, 2015), esto tiene implicaciones en un déficit en la motivación orientada al logro (Dash & Sriranjana, 2014; Otani et al, 2013). Como puede intuirse, la sobreprotección puede implicar depresión, autocompasión, auto-victimización y menores logros en la vida.

En relación a una postura pedagógica, o de una psicología estrictamente "positiva" en la educación, queremos añadir que todas las generaciones hemos padecido contextos académicos adversos en algún sentido, ninguna se escapa al escrutinio de la inexperiencia propia de la juventud o de caer en la negligencia de algún docente. Pero se tienen indicios, y paradójicamente en una sociedad más competitiva, que ahora más que en ninguna otra época, estamos

malgastando a una parte considerable de jóvenes universitarios con una ideología equivocada que enfatiza en el paternalismo académico y la sobrevaloración de un contexto idealizado de la felicidad. Con esta "pedagogía" emergente, se está perdiendo el carácter elitista de las universidades y ganando una ideología celestina de la mediocridad. Esto ya lo han identificado varios analistas como Galindo (2011), Hurones (2009), Santos (1999) y Tiana (1999).

En un análisis crítico sobre los problemas contemporáneos de la universidad pública, y de las políticas reformistas de la educación universitaria mexicana, Velasco (2014) ha cuestionado el sistema educativo mexicano aludiendo a que la educación ha sido basada en una ideología capitalista-clientelar en la cual a los aprendices se les observa con más derechos y menos responsabilidades en su formación.

Para fines de este apartado, basta concluir que una educación comprensiva del alumno, a ultranza de sus propias responsabilidades como aprendiz, es perniciosa. La orientación del sistema educativo, bajo una ideología estrictamente "positiva", antepone un mito a la realidad de cómo acontece y se consolida el aprendizaje.

La valiosa y paradójica función del pesimismo

Los estoicos, particularmente Séneca (2010), ya habían señalado sobre el riesgo de asumir una posición optimismo a ultranza y reserva de la realidad. El mensaje era, "pensar positivamente nunca te llevará al éxito", es decir, que se requiere una dosis de pesimismo para lograr el éxito. Imaginar exclusiva y positivamente el futuro puede ser contraproducente, se sabe que divagar en fantasías acerca del futuro, resta peso a la motivación para lograr las metas planteadas (Dash & Sriranján, 2014; Langens, 2003; Oettingen & Mayer, 2002; Otani et al, 2013).

Un negocio poco planeado, tanto como una enfermedad prevenible y/o manejable, tiene altos costos para los individuos cuando los hechos les superan, esto lo saben muy bien los mentores en las escuelas de negocios y de emprendimiento, lo primero que apuntalan en los aprendices es a tener desconfianza sobre si el proyecto es un negocio. Se pide al aprendiz de empresario que haga un análisis riguroso del mercado hacia donde será destinado el producto o servicio, se le pide que mida las fortalezas y debilidades con las que cuenta el proyecto y su persona. El trabajo inicial del mentor se enfoca en colocar al aprendiz de empresario en una posición optimista, medida y realista respecto a su proyecto, se le hace ver una gama de escenarios en los que el éxito y los fracasos estarían presentes.

Reflexionar contra los hechos consumados (contra-fácticos) (Epstude & Roese, 2011; Roese, 1994) y sobre las vertientes posibles que depararía el futuro nos provee ventajas cognitivas como especie, planear y preocuparse por los hechos nos hace humanos, posibilita adelantarnos y prevenir los efectos más severos que las adversidades nos deparan.

En un estudio reciente de Chipperfield, et al (2017) donde se evaluó la percepción que tienen los adultos mayores sobre el control de su estado de salud encontraron que es contraproducente en ellos asumir un optimismo poco realista en relación a la salud porque afecta negativamente su esperanza de vida. El estudio de Chipperfield y sus colegas consistió en dar seguimiento a un grupo de 341 individuos para evaluar la relación entre el control percibido (CP) y la sobrevivencia, como sugiere la teoría de la expectativa del valor en relación a la salud. La cual sugiere que una persona con alto control percibido, tendrá o mostrará una alta valoración sobre su estado de salud.

El estudio reveló que el optimismo sobre la salud (percibir alto control sobre la salud) tiene ventajas en algunos estadios de la vejez. Para los individuos en edad más avanzada la relación estrecha entre el control percibido y una alta valoración de su estado de salud es perjudicial, implica consecuencias, riesgo de morir en relación a los menos optimistas. Lo que implica este hallazgo es que en el cierre del ciclo de vida no conviene ser tan confiado en cuanto a la salud que se tiene. Aquí nos encontramos otra vez con la falacia de percibir control sobre el futuro y con la falacia de que el mañana será mejor que ahora. Paradójicamente nuestro optimismo ante la vida tiene los límites que el mismo ciclo de vida impone, la muerte.

El desarrollo humano implica cambio, no implica mejoramiento continuo. Se nos olvida que el ciclo de vida es curvilíneo, que su trayectoria es bimodal. Nacemos, crecemos, si a caso nos mantenemos por un breve estadio en un punto óptimo de nuestras funciones vitales y psicológicas, y, declinamos en todos los indicadores, hacia la muerte. El ciclo de las funciones vitales es bien conocido desde la biología de la muerte celular (Cerejido & Aréchiga, 1999). No desviaremos más sobre el tema de la muerte, por las múltiples y complejas facetas que le acompañan. Dadas las limitantes dentro de este texto, basta decir que la muerte debe ser considerada desde una filosofía de la vida compartida como especie. La muerte es desastrosa para los individuos que fallecen, pero no para la especie (Cerejido & Aréchiga, 1999; Cerejido & Blanck-Cerejido, 2011).

Para concluir, sobre las falacias argumentativas de la psicología positiva, agregaremos que la felicidad no es un estado permanente. La idea de que estamos obligados a buscar la felicidad a toda costa, es falsa, incluso puede tener repercusiones para nuestra salud ante un futuro desastroso. La biología de los estados de ánimo ha mostrado que los estados permanentes no ocurren, y cuando lo hacen, tienen repercusiones devastadoras para la salud, incluso tratándose de una emoción positiva como es la felicidad. Lo que describe analógicamente a los estados de ánimo en términos neuroquímicos, es el oleaje del mar. Así pues, los estados anímicos se actualizan constantemente, los ciclos biológicos que le acompañan son cambiantes (Berridge & Kringelbach, 2013; Pollard, 2003).

Como ya se había comentado anteriormente, el segundo objetivo es describir cómo, tanto indicadores positivos y negativos, deberían integrarse para explicar la condición social de nuestro país (México). Por lo tanto, demos inicio al siguiente apartado.

La contribución de los eventos negativos en la explicación del bienestar social

Lo que explica racionalmente la evolución de las especies animales con sistema nervioso desarrollado, y la emergencia de la conciencia animal y humana, son los atisbos evolutivos que sugieren que los organismos con capacidad de moverse de las fuentes nocivas del medio ambiente son los que sobreviven y se previenen del fracaso (Linás, 2002).

En una interesante revisión sobre los aspectos negativos que marcan a los individuos a través de los diferentes ámbitos del ciclo de vida Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer & Vohs (2001) encontraron que en diferentes situaciones de vida los individuos quedamos "marcados" por la presencia de eventos aversivos más que por los positivos, por ejemplo: la satisfacción marital está acotada más por los elementos negativos como son comunicación verbal inapropiada, violencia, los problemas económicos y la infidelidad. Las parejas se presentan más satisfechas y estables en su relación marital si los eventos negativos son casi nulos o ausentes, incluso no importando si la relación de pareja es insípida o con pocos elementos positivos como el romanticismo.

A nivel colectivo se sabe que las sociedades manifiestan índices de bienestar social dependiendo de los indicadores adversos que les acompañan, en una reciente propuesta de Martínez-Martínez, Vázquez-Rodríguez, Lombe & Gaitan-Rossi (2016) se ha enfatizado en la necesidad de integrar tanto indicadores positivos como negativos para evaluar el bienestar social en México. Mediante el método de distancias Pena-Trapero (DP_2) analizaron indicadores sociales provenientes de diferentes bases de datos del INEGI, la Encuesta Nacional de Gastos de los Hogares (ENGASTO), la Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública (ENVIPE), la encuesta de Bienestar Autorreportado (BIARE) y la información sobre homicidios también publicada en los datos estadísticos del INEGI.

El método DP_2 genera una nueva clasificación de datos a partir de bases de datos distintas (Pena-Trapero, 2009), lo que encontró Martínez-Martínez et al (2016) fue que la seguridad social, el acceso a la salud, la confianza en la gente, inseguridad alimentaria y la satisfacción con la vida tiene más efecto para condicionar el nivel de bienestar. El nivel de bienestar varía en cada estado de la República Mexicana y depende de los indicadores que le acompañan, en algunos estados los indicadores positivos no son sensibles (tienen valor cero como indicador) para condicionar el bienestar. Pero en otros estados de la república los indicadores importantes fueron seguridad social, acceso a los servicios de salud y el número de víctimas de crimen, y estos afectan a cada

estado de manera distinta. Ser víctima del crimen tiene un alto efecto en el bienestar en estados como Chiapas y Oaxaca, lo cual coincide con el elevado número de víctimas del crimen en dichos estados (ENVIPE, 2014 citado en Martínez-Martínez et al, 2016).

En un análisis realizado por Vera, Velasco, Grubits & Salazar (2016), utilizando la encuesta Bienestar Autorreportado 2012 (BIARE), se compararon las condiciones de vida de las personas con niveles extremos de felicidad en México, se encontró que los mexicanos infelices, en comparación a los más felices, poseen condicionantes como ser mujer, problemas económicos, discapacidad, desempleo, bajo nivel de estudios, discriminación y violencia. Bajo estas condiciones, los niveles de felicidad y satisfacción de los mexicanos se desploman a niveles mínimos o nulos (cero o uno en una escala de diez).

Como se puede identificar, de lo anteriormente dicho, la presencia de indicadores negativos acompaña bajos niveles de bienestar. No obstante, estos estudios representan metodologías variadas y sus conclusiones no representan un constructo homogéneo en el que se de cuenta de un contexto más amplio de la sociedad. Esto se debe a que el Bienestar Social (BS) en México se mide con indicadores diversos y separados en cuanto a su metodología. Las encuestas se editan y se aplican separadamente en la población (a personas distintas en tiempos distintos). El método DP₂ es valioso para subsanar parcialmente estas distancias metodológicas en las encuestas, pero cuenta con limitantes (Martínez-Martínez et al, 2016).

En otro análisis de la encuesta BIARE (Velasco, Vera y Tirado, 2019), cuyo objetivo fue identificar la coherencia interna entre sub-escalas o constructos implícitos (que no son explícitos en la encuesta BIARE), se sugiere que el alto nivel de bienestar percibido de los mexicanos puede obedecer a la construcción inherente de los reactivos y escalas de BIARE. De acuerdo a estos autores, BIARE no es un buen referente del BS del país, que más bien, mide el contexto inmediato de los mexicanos en relación a su entorno individual y familiar.

Se encontró que la estructura de BIARE, para medir bienestar percibido, está conformada principalmente por tres variables que refieren atributos personales: 1) satisfacción con la vida que ha tenido el individuo (sin referentes ambientales), 2) Autodeterminación, cómo contribuye a su bienestar, y 3) Felicidad, qué tan feliz es con su vida. Todas ellas dependen de una valoración del individuo hacia sí mismo. De la misma manera, la variable latente llamada sociocultura está relacionada con las siguientes variables empíricas: 1) Altruismo, qué tanto contribuyó o ayudó a los demás, familia, amigos y desconocidos, 2) Cultivado, en términos de si el individuo realiza actividades educativas o culturales, y 3) Relaciones virtuales, que refieren todos aquellos vínculos que tiene el individuo con familiares y amigos a través de redes de comunicación y sociales. Como se puede identificar, BIARE no confronta a los individuos con variables que están en el plano del

país como son criminalidad, economía, equidad etc., sino que se le cuestiona estrictamente en relación al contexto familiar.

Así pues, tal como se aplican las encuestas en México para medir el bienestar de los mexicanos conlleva un bajo nivel explicativo, y sus resultados, pueden llevar a conclusiones engañosas. Paradójicamente en México nos caracterizamos por ser un país con altos índices de violencia, marginación e inequidad, pero somos de las naciones que se consideran como las más felices o satisfechas.

Planteamiento del problema

Está identificado a través de diferentes encuestas que los mexicanos reportan altos niveles de satisfacción con la vida en términos personales (Helliwell, Layard & Sachs, 2012; OECD, 2015; Vera, Velasco, Grubits & Salazar, 2016). Pero en otros estudios que miden satisfacción en relación a variables que están fuera del contexto individual o familiar ocurre lo contrario, por ejemplo:

1) los mexicanos reportan bajos niveles de satisfacción con el país en términos de democracia plena, con un 44 inferior a la media de 46 para la región de Latinoamérica. Asimismo, México es el país en Latinoamérica con el valor más alto obtenido cuando se les pregunta si es posible la democracia sin partidos políticos (con 45 puntos de aprobación, en relación a una media de 31) y sin congreso (38) en relación a una media de 27 (Latinobarómetro, 2013). Este último aspecto es relevante porque coincide con el repudio generalizado a través de redes sociales hacia la clase política en relación con la corrupción y legitimidad de las elecciones, lo cual hace percibirse entre los mexicanos que la democracia en México es endeble o nula cuando se trata del sistema político (Tenorio, 2015).

2) Otra encuesta arrojó información que indica que la satisfacción laboral que reportan los mexicanos es la más baja respecto a los países de América Latina, 12% de los trabajadores se reportan satisfechos, 60% desconectados (tienen objeciones o reportan clima laboral desfavorable) y un 28% repudia totalmente su trabajo (Gallup, 2013).

3) Sumado a este panorama laboral, el salario mínimo de los mexicanos durante 25 años ha perdido el 78.71 % de su poder adquisitivo, lo cual implica que se necesitan por lo menos tres salarios mínimos para comprar la canasta básica (CAM, 2015), en cambio la jornada laboral en México, a partir del 2009, ha sido una de las de mayor promedio de horas dedicadas al trabajo (la más alta reportada con 2237 horas/año hombre en el 2013) dentro de los países miembros de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2014).

En un contexto de economía familiar, cabe señalar que los programas de reducción de la pobreza en México han fracasado porque estos no han reducido significativamente el número de

pobres en el país, la cifras que muestra el Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL, 2015) incluso muestran que: la pobreza extrema en porcentaje de la población se incrementó en Colima (60 por ciento), Nayarit (43 por ciento) y Nuevo León (33 por ciento). Así también, a nivel estatal, entre 2010 y 2012, la pobreza extrema por número de personas aumentó en Puebla (57 mil), Jalisco (54 mil), Michoacán (52 mil), Nayarit (46 mil) y Quintana Roo (35 mil).

De igual manera, el hecho que existan grandes cantidades de capital en circulación en un país, no es reflejo de la economía familiar y el bienestar individual de los ciudadanos, ya que el dinamismo de capitales puede estar relacionado con el flujo del dinero proveniente del mercado ilícito de productos y servicios como son las drogas y trata de personas. Se estima que por lo menos 100 billones de dólares anuales es la cantidad de capital circulante del crimen organizado que trafica drogas ilícitas (United Nations, 2015; Van Dijk, 2007). Siendo así, los indicadores estrictamente económicos no necesariamente reflejan el progreso o desarrollo humano de las sociedades, ni mucho menos que los ciudadanos perciban altos niveles de bienestar.

Factores como los anteriores no son contemplados en la encuesta BIARE, la cual fue propuesta para evaluar el bienestar y satisfacción de los mexicanos. Para obtener una mejor explicación a través de la encuesta BIARE se tendría que preguntar a las personas cómo perciben su nivel de felicidad o satisfacción respecto a su ingreso, seguridad individual y social, educación, condiciones del país, medio ambiente, gobierno, cohesión social, libertad, democracia, seguridad, por mencionar algunas posibles. Al parecer los indicadores actuales de BIARE se relacionan más con la felicidad intrínseca o sociocultural de los mexicanos ¿Cómo es posible que los mexicanos con niveles de inseguridad política, económica y personal seamos tan o más felices que países considerados de primer mundo?

Lo que mide la encuesta BIARE en relación al del *bienestar* es engañoso, tal como lo sugieren los estudios del Dr. Rogelio Díaz-Guerrero (2003), en los cuales se ha documentado sobre la influencia que tiene la cohesión afiliativa tan arraigada del mexicano hacia la familia (implosión) y de cómo ésta erige los valores y afectos en su convivencia más que los atributos individuales que cada miembro pudiese tener. Es decir, los niveles tan altos de bienestar que reportan los mexicanos a nivel mundial podrían no estar representando su bienestar global como integrantes de una nación, y más bien estos pueden deberse a un sesgo social que deriva de percibir a la familia como el "recipiente" o la razón de la felicidad o la satisfacción con la vida.

La teoría de bienestar subjetivo, como se propone en BIARE, al igual que las teorías macro económicas del desarrollo humano, no han estado exentas de críticas. En este sentido, BIARE tiene limitantes porque obedece a la línea de investigación "psicologista" del bienestar o de la satisfacción con la vida, la cual ya ha sido criticada por Abbott & Wallace (2012), quienes indican

que bajo esta línea de investigación se miden estados individuales de la "mente" que se basan en teorías psicológicas; las cuales por sí mismas no son exitosas para medir la calidad de vida o el bienestar de las sociedades porque carecen de un referente social más amplio o extra-individual.

En resumen, es pertinente señalar que hay abundancia de datos y metodologías sin referentes conceptuales apropiados (Elejabarrieta, 1990) y en consecuencia, no se puede hacer comparaciones nacionales e internacionales para identificar diferentes niveles de BS entre las sociedades (Abbott & Wallace, 2012). Para que el reporte verbal de los entrevistados refleje un espectro amplio de cómo se perciben en sociedad, en una sola encuesta, se les debería de preguntar sobre indicadores pertinentes, tanto negativos como positivos, se les debe preguntar de cómo se siente en relación a la socio-política y economía del país.

En conclusión, queda por delante un arduo trabajo de los investigadores para identificar, discutir, convencer y gestionar ante las autoridades que se promueva la investigación del bienestar social en México con indicadores pertinentes (tanto positivos como negativos).

Referencias

- Abbott, P & Wallace, C. (2012). Social Quality: A Way to Measure the Quality of Society. *Social Indicator Research*, 108:153–167.
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., & Vohs, K. D. (2001). Bad is stronger than good. *Review of general psychology*, 5(4), 323.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2005). Exploding the self-esteem myth. *Scientific American*, 292(1), 84-91.
- Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: the hopelessness scale. *Journal of consulting and clinical psychology*, 42(6), 861.
- Berridge, K. C., & Kringelbach, M. L. (2013). Neuroscience of affect: brain mechanisms of pleasure and displeasure. *Current opinion in neurobiology*, 23(3), 294-303.
- Brown, N. J., MacDonald, D. A., Samanta, M. P., Friedman, H. L., & Coyne, J. C. (2014). A critical reanalysis of the relationship between genomics and well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(35), 12705-12709.
- Bunge, M. (2008). Problemas globales, ciencia y ética. En Bunge, M. *Filosofía y Sociedad*. México. Siglo XXI.
- Burke, B. L., Arkowitz, H., & Menchola, M. (2003). The efficacy of motivational interviewing: a meta-analysis of controlled clinical trials. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 71, No 5, 843-861.
- Bury, J. B., & Bury, J. B. (1987). *The idea of progress: An inquiry into its origin and growth*. Courier Corporation.
- Cahill, L., McGaugh, J. L., & Weinberger, N. M. (2001). The neurobiology of learning and memory: some reminders to remember. *Trends in neurosciences*, 24 (10), 578-581.
- CAM (2015). Reporte de Investigación 120. México: Esclavitud moderna. Cae 78.71% el poder adquisitivo. Centro de Análisis Multidisciplinario. Universidad Nacional Autónoma de

- México. Recuperado el 21 de Enero del 2016 en <http://cam.economia.unam.mx/reporte-de-investigacion-120-mexico-esclavitud-moderna-cae-78-71-el-poder-adquisitivo/>.
- Cereijido, M., & Aréchiga, H. (1999). *El envejecimiento: sus desafíos y esperanzas*. Siglo XXI.
- Cereijido, M., & Blanck-Cereijido, F. (2011). *La vida, el tiempo y la muerte*. Fondo de Cultura Económica.
- Chipperfield, J. G., Perry, R. P., Pekrun, R., Hamm, J. M., & Lang, F. R. (2017). Paradoxical Effects of Perceived Control on Survival. *The Journals of Gerontology*. Vol. 0 No. 0, p. 1-9.
- Coleman, J. S. (1988). Social capital in the creation of human capital. *American journal of sociology*, 94, S95-S120.
- CONEVAL (2015). *Consideraciones para el proceso presupuestario 2016*. Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. Recuperado el 21 de Enero del 2016 en http://www.coneval.gob.mx/Informes/Evaluacion/Consideraciones_presupuestales/Consideraciones_presupuestales_2016.pdf.
- Cummins R.A. (2005). Moving from the quality of life concept to a theory. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49, (10), 699-706.
- Dash, M., & Sriranjjan, P. (2014) Maternal Over-Protection and Achievement Motivation among High School Students. Vol. 19 (5), 57-62.
- Díaz-Guerrero, R. (2003). *Bajo las garras de la cultura: psicología del mexicano 2*. México DF: Trillas.
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2002). Very happy people. *Psychological science*, 13(1), 81-84.
- Elejabarrieta, F. J. (1990). La rigurosidad metodológica y la precariedad teórica en Psicología Social. *Quaderns de psicologia. International Journal of psychology*, 10, 143-160.
- Epstude, K., & Roese, N. J. (2011). When goal pursuit fails. *Social Psychology*. Vol. 42 (1), 19-27.
- Fredrickson, B. L., Grewen, K. M., Coffey, K. A., Algoe, S. B., Firestine, A. M., Arevalo, J. M., & Cole, S. W. (2013). A functional genomic perspective on human well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(33), 13684-13689.
- Freixa i Baqué, E., & Froján-Parga, M. X. (2014). La falacia del argumento cronológico. *Conductual*, 2(1).
- Galindo A. (2011). La Llamaban calidad. Reforma Universitaria en Europam Competitividad y Derechos Humanos. *Revista de la Educación Superior*. Vol XL (I), N0 157, 153-175.
- Gallup (2013). Worldwide, 13% of Employees Are Engaged at Work. (by Steve Crabtree). <http://www.gallup.com/poll/165269/worldwide-employees-engaged-work.aspx>.
- Gouveia, S. O., & Clarke, V. (2001). Optimistic bias for negative and positive events. *Health Education*, 101(5), 228-234.
- Grasso, M., & Canova, L. (2008). An assessment of the quality of life in the European Union based on the social indicators approach. *Social Indicators Research*, 87(1), 1-25.
- Helliwell, J., Layard, R. & J. Sachs, J., Eds. (2012) "World happiness report". Earth Institute. En: <http://www.earth.columbia.edu/articles/view/2960> [Accesado el 11 de noviembre de 2014].
- Hoffman, L. W. (1972). Early childhood experiences and women's achievement motives. *Journal of Social Issues*, 28(2), 129-155.
- Hurones C. (2009). Cómo freír un huevo. La innovación didáctica al servicio de la docencia universitaria. *Entelequia. Revista Interdisciplinar*, 10, 239-252. <http://www.eumed.net/entelequia/es.art.php?a=10a14> eumed.net.

- Kahneman D, Tversky A (2000). Choices, values and frames. Cambridge University Press and the Russell Sage Foundation, New York.
- Kahneman, D, Knetsch, J. & Thaler, R. (1991). "The endowment effect, loss aversion, and status quo bias", *Journal of Economic Perspectives*, 5, 193-206.
- Kahneman, D, Wakker, P.P. & Sarin, R. (1997), "Back to Bentham? Explorations of experienced utility", *Quarterly Journal of Economics*, May, pp. 375-405.
- Kahneman, D. & Tversky, A. (1979), "Prospect theory: an analysis of decision under risk", *Econometrica*, 47, pp. 263-291.
- Klein, C. T., & Helweg-Larsen, M. (2002). Perceived control and the optimistic bias: A meta-analytic review. *Psychology and health*, 17(4), 437-446.
- Langens, T. A. (2003). Potential costs of goal imagery: The moderating role of fear of failure. *Imagination, Cognition and Personality*, 23 (1), 27-44.
- Langer, E. J. (1975). The illusion of control. *Journal of personality and social psychology*, 32(2), 311.
- Latinobarómetro (2013). *Informe 2013*. Corporación Latinobarómetro, Santiago de Chile. http://www.latinobarometro.org/documentos/LATBD_INFORME_LB_2013.pdf.
- Llinás, R. (2002). *El cerebro y el mito del yo: el papel de las neuronas en el pensamiento y el comportamiento humano*. Bogotá: Norma.
- Lynn, R., Harvey, J., & Nyborg, H. (2009). Average intelligence predicts atheism rates across 137 nations. *Intelligence*, 37(1), 11-15.
- MacKillop, J., Amlung, M. T., Few, L. R., Ray, L. A., Sweet, L. H., & Munafò, M. R. (2011). Delayed reward discounting and addictive behavior: a meta-analysis. *Psychopharmacology*, 216 (3), 305-321.
- Malthus, T. (1798). An essay on the principle of population, as it affects the future improvement of society with remarks on the speculations, of Mr. Godwin, M. Condorcet, and Other Writers. London, printed for J. Johnson, In St. Paul's Church-yard, 1798. *St. Paul's Church-yard, London*.
- Martinez-Martinez, O. A., Vazquez-Rodriguez, A. M., Lombe, M., & Gaitan-Rossi, P (2016). Incorporating Public Insecurity Indicators: A New Approach to Measuring Social Welfare in Mexico. *Social Indicators Research*, 1-23.
- McKenna, F. P. (1993). It won't happen to me: Unrealistic optimism or illusion of control? *British Journal of Psychology*, 84(1), 39-50.
- Mecca, A. M., Smelser, N. J., & Vasconcellos, J. (1989). *The social importance of self-esteem*. Univ of California Press.
- OECD (2014). "OECD Factbook 2014: Economic, Environmental and Social Statistics" en OECD Publishing. En: DOI: 10.1787/factbook-2014-en [Accesado el 21 de noviembre de 2014].
- OECD (2015). *Measuring Well-being in Mexican States*, OECD Publishing, Paris. <http://dx.doi.org/10.1787/97892642466072-en>.
- Oettingen, G., & Mayer, D. (2002). The motivating function of thinking about the future: Expectations versus fantasies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1198-1212.
- Otani, K., Suzuki, A., Matsumoto, Y., Shibuya, N., Sadahiro, R., & Enokido, M. (2013). Parental overprotection engenders dysfunctional attitudes about achievement and dependency in a gender-specific manner. *BMC psychiatry*, 13 (1), 345.

- Overmier, J. B., & Seligman, M. E. (1967). Effects of inescapable shock upon subsequent escape and avoidance responding. *Journal of comparative and physiological psychology*, 63 (1), 28.
- Pennycook, G., Cheyne, J. A., Barr, N., Koehler, D. J., & Fugelsang, J. A. (2015). On the reception and detection of pseudo-profound bullshit. *Judgment and Decision Making*, 10(6), 549.
- Pérez-Álvarez, M. (2012). La psicología positiva: magia simpática. *Papeles del Psicólogo*, 33(3), 183-201.
- Pinquart, M., Fröhlich, C., & Silbereisen, R. K. (2007). Optimism, pessimism, and change of psychological well-being in cancer patients. *Psychology, Health and Medicine*, 12(4), 421-432.
- Podina, I., Jucan, A., & David, D. (2015). Self-Compassion: A Buffer in the Pathway from Maladaptive Beliefs to Depression. an Exploratory Study. *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*, 15 (1), 97-109.
- Pollard, I. (2003). From happiness to depression. *Today's Life Sciences*, 15, 22-26.
- Prochaska, J. J., Delucchi, K., & Hall, S. M. (2004). A meta-analysis of smoking cessation interventions with individuals in substance abuse treatment or recovery. *Journal of consulting and clinical psychology*, 72 (6), 1144.
- Prochaska, J. O., DiClemente, C. C., & Norcross, J. C. (1992). In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47, 1102–1114.
- Read, D. (2007). Experienced utility: utility theory from Jeremy Bentham to Daniel Kahneman. *Thinking & Reasoning*, 13(1), 45-61.
- Roese, N. J. (1994). The functional basis of counterfactual thinking. *Journal of personality and Social Psychology*, 66 (5), 805.
- Rojas, M. & Jiménez, E. (2008). Pobreza Subjetiva en México: el Papel de las Normas de Evaluación del Ingreso. *Perfiles Latinoamericanos*, No 032, 11-33.
- Rothbard, M. N. (1990). Karl Marx: Communist as religious eschatologist. In *The Review of Austrian Economics* (pp. 123-179). Springer Netherlands.
- Santos M. (1999). Las Trampas de la Calidad. *Acción Pedagógica*. Vol. 8, No 2, 78-81.
- Schultz, T.W. (1961). Investment in Human Capital. *The American Economic Review*, 51(1), 1-17.
- Schulz, R., Bookwala, J., Knapp, J. E., Scheier, M., & Williamson, G. M. (1996). Pessimism, age, and cancer mortality. *Psychology and aging*, 11, 304-309.
- Scruton Roger (2010). *Usos del Pesimismo. El Peligro de la Falsa Esperanza*. Barcelona: Planeta, S. A.
- Seligman, M. E. (1972). Learned helplessness. *Annual Review of Medicine*, 23(1), 407-412.
- Séneca, L. A. (2010). *Séneca. Sobre la brevedad de la vida* (Traducción Francisco Socas Gavilán). Junta de Andalucía: Consejería de Cultura. (Obra original publicada en 55 d. C.)
- Taylor, A.M., et al., Associations of intelligence across the life course with optimism and pessimism in older age, *Intelligence* (2017), <http://dx.doi.org/10.1016/j.intell.2017.03.002>.
- Thorndike, E. L. (1998). Animal intelligence: An experimental study of the associate processes in animals. *American Psychologist*, 53 (10), 1125.
- Thorpe, W. H. (1979). *Origins and rise of ethology*. Heinemann Educational Books.
- Tiana A. (1999). La evaluación y la calidad: dos cuestiones de discusión. *Ensaio. Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, vol. 7, nº 22, 1999, pp. 25-46.

- United Nations (2015). Office on Drugs and Crime, World Drug Report (United Nations publication, Sales No. E.15.XI.6).
- Van Dijk, J. (2007). Mafia markers: assessing organized crime and its impact upon societies. *Trends Organ Crim*, 10:39–56.
- Van Praag, B. M., & Frijters, P. (1999). 21 The Measurement of Welfare and Well-Being: The Leyden Approach. *Well-Being: Foundations of Hedonic Psychology*, 413.
- Velasco, F., Vera, J. & Tirado H. (2019). Encuesta BIARE 2012: Análisis del Bienestar Subjetivo de los Mexicanos y Modelamiento Estructural. *Revista Psicogente*.
- Velasco, F.J. (2014). La reforma: el mito y la simulación en la universidad pública mexicana. *Educere*.18 (59), 51-60.
- Vera, J.A., Velasco, F.J., Grubits, H.B. & Salazar, I.G. (2016). Parámetros de inclusión y exclusión en los extremos de la felicidad y satisfacción con la vida en México. *Acta de Investigación Psicológica*. 6, 2395-2403. DOI <http://dx.doi.org/10.1016/j.aippr.2016.06.002>.
- Woodworth, R. S., & Thorndike, E. L. (1901). The influence of improvement in one mental function upon the efficiency of other functions (I). *Psychological review*, 8 (3), 247.
- Yarritu, I., Matute, H., & Vadillo, M. A. (2014). Illusion of Control. The Role of Personal Involvement. *Experimental Psychology*, Vol.61 (1): 38-47.
- Zuckerman, M., Silberman, J., & Hall, J. A. (2013). The relation between intelligence and religiosity: A meta-analysis and some proposed explanations. *Personality and Social Psychology Review*, 17(4), 325-354.