

Artículo científico

Orientación a la felicidad y depresión: Un estudio comparativo entre docentes universitarios salvadoreños y mexicanos

Orientation to Happiness and Depression: A Comparative Study between
Salvadoran and Mexican Professors



URI: <http://hdl.handle.net/11298/1302>

DOI: <http://dx.doi.org/10.5377/entorno.v1i75.16937>

Angélica Nohemy Flores-Monterrosa
Universidad Tecnológica de El Salvador, El Salvador
Licenciada en Psicología, docente universitaria.
angelicanohemy@hotmail.com
ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-1856-9089>

Marlon Elías Lobos-Rivera
Universidad Tecnológica de El Salvador, El Salvador
Licenciado en Psicología, máster en Docencia Universitaria,
estudiante de Doctorado en Educación.
Web of Science ResearcherID (Publons): AAS-2268-2021
marlon.lobos@mail.utec.edu.sv
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7995-6122>

María Fernanda Durón
Universidad de Sonora, Instituto Tecnológico de Sonora, México
maria.duron@itson.edu.mx
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7621-2128>

Edgardo René Chacón-Andrade
Universidad Tecnológica de El Salvador,
Facultad de Ciencias Sociales, Escuela de Psicología, El Salvador
edgardo.chacon@utec.edu.sv
ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-8490-6384>

Karen Lizet Villegas-Chávez
Licenciada en psicología.
lizzvg21@gmail.com

Wendy María Velásquez-Benavides
Licenciada en psicología.
wendyvb@hotmail.es

Gladys Yohana Martínez-Martínez
Licenciada en psicología.
ymgladys@gmail.com

Recibido: 28 de abril 2023
Aceptado: 10 de junio 2023

Resumen

La orientación a la felicidad es un tema de interés en la ciencia y un campo reciente en comparación con el estudio de psicopatologías, ya que durante décadas se ha dedicado a indagar sobre síntomas y afectaciones en la salud mental, pero muy poco en conocer cómo las personas pueden lograr estados de felicidad. Este artículo aborda dos temáticas de gran relevancia: la orientación a la felicidad y los síntomas de depresión en docentes universitarios. Se evaluó una muestra de 90 docentes, 52 de El Salvador y 38 de México. El estudio fue de tipo exploratorio con diseño retrospectivo y transversal. Se utilizó un muestreo no probabilístico de tipo intencional, la muestra de sexo dividido en un total de 41 mujeres (45,6 %) y 49 hombres (54,4 %). La media de edad general fue de 46.58 años, con una desviación estándar de 11.8. Los resultados indicaron que los docentes de El Salvador y México están más orientados al bienestar eudaimónico y flujo. También, se comprueba la presencia de síntomas relacionados con la depresión en bajos porcentajes que oscilan entre 5,3 y 28,9 %. Finalmente, se comprobó que no hay diferencia entre los países. En conclusión los docentes se encuentran más orientados a la felicidad.

Palabras clave

Profesores universitarios. Salud mental. Alegría. Estrés en el trabajo. Depresión mental.

Abstract

The orientation to happiness is an interesting and fairly new topic in science in comparison to the study of psychopathology. For decades, the latter has been mostly dedicated to researching about the symptoms and effects in mental health, rather than to investing time to learn how people can achieve a state of happiness. This article addresses two topics of great relevance: the orientation to happiness, and the symptoms of depression in university professors. A total of 90 professors were sampled: 52 from El Salvador and 38 from Mexico. This is an exploratory study with retrospective and cross sectional designs. A non-probabilistic intentional sampling was used; the sample included a total of 41 women (45,6 %) and 49 men (54,4 %). The overall mean age was 46.58 years, with a standard deviation of 11.8. The results indicated that professors in El Salvador and Mexico are more oriented to flow and eudaimonic well-being. Also, the presence of depression-related symptoms was found in low percentages ranging between 5.3 and 28.9 %. Finally, it was found that there is no difference between the two countries. In conclusion, university professors are mostly oriented towards happiness.

Keywords

University teachers. Mental health. Happiness. Stress at work. Mental depression.

Introducción

El estudio de la felicidad es un tema de interés para la humanidad planteada desde diferentes teorías que van desde un ideal que solo existe en la imaginación (González, 2004), hasta la investigación exhaustiva por encontrar la validación científica (Rojas, 2021), data del mundo de los griegos (Ryan y Deci, 2001). En las últimas décadas del siglo XX ha tomado realce la felicidad desde el enfoque de la ciencia. Así desde la investi-

gación en psicología, se evidencia una tendencia por estudiar variables positivas y preventivas (Simonton & Baumeister, 2005). Siendo la felicidad uno de los temas centrales de la psicología positiva (Seligman, 1999). Planteando un modelo hacia la auténtica felicidad por medio de tres caminos: la vida placentera, la vida significativa y la vida comprometida (Seligman, 2005). De acuerdo con Alarcón-Napurí (2015) “La felicidad es un estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente el individuo en posesión del bien deseado” (p. 7) y se define en

cuatro factores: el primero, ausencia de sufrimiento profundo; segundo, satisfacción con la vida; tercero, realización personal; y cuarto, alegría de vivir, el autor añade que la felicidad es un sentimiento de satisfacción que experimenta una persona, de manera individual e interiormente, resaltando el componente subjetivo (Alarcón, 2006).

Las personas felices tienden a vivir mayor cantidad de años, mantienen la salud física y relaciones interpersonales de calidad (Diener & Biswas-Diener, 2008; Fredrickson, 2000), reflejada en relaciones afectivas y sociales más estables (Diener, 2000; Diener y Seligman, 2002; Seligman, 2005). Muestran autoestima alta y por lo general tienen una buena capacidad de resolución de conflictos (Lyubomirsky, 2008), además de practicar estilos de afrontamiento adecuados para la eliminación de estresores (Córdova Loyola y Sulca Sequeiros, 2018). Del mismo modo, cuentan con una formación integral que les permite alcanzar el crecimiento físico, psicológico, social y espiritual (Moyano Díaz, 2016). La evidencia muestra que la felicidad genera bienestar en todas las áreas de la vida. Por consiguiente la presente investigación concentra su interés en la orientación a la felicidad, la cual es un constructo planteado por los autores Peterson et al. (2005) que evalúa actividades que generan felicidad. Para dicho constructo, los autores retomaron la teoría de Ryan y Deci (2001) donde se describe el bienestar hedónico y el bienestar eudaimónico, y la teoría de flujo (Csikszentmihalyi, 1990).

De acuerdo con Peterson et al. (2005),

el constructor de la orientación a la felicidad describe tres vías o formas que las personas persiguen para alcanzar la felicidad: el placer, el significado y el compromiso. En primer lugar, el bienestar hedónico es equivalente al placer, que implica la realización de acciones que proporcionan gratificación y el bloqueo de aquellas que ocasionan incomodidad dando lugar a experimentar estados de ánimo, sentimientos y sensaciones placenteros (Fierro, 2006), señalando que al maximizar el placer y minimizar el dolor da lugar a la felicidad.

La segunda orientación a la felicidad es el bienestar eudaimónico también denominado, vida con sentido o significado, caracterizado por realizar acciones que dan lugar a experiencias que dan sentido a la vida con una duración que va más allá de la brevedad del momento (Ryan & Deci, 2001) involucrando el talento y las habilidades que promueven al desarrollo personal (Fernández et al., 2013), motivando a conocer las virtudes en las personas, como: propósito en la vida, crecimiento personal, autoaceptación, relaciones positivas, dominio y autonomía (Ryff, 1989). En tercer lugar, el flujo o compromiso que proviene del concepto de *flow* (Csikszentmihalyi, 2013), distinguido por las sensaciones evocadas por las actividades que realizan las personas (Dubreuil et al., 2016).

Las personas felices muestran mejor desempeño en todas las áreas de su vida. Por tal razón se vuelve importante indagar en el área laboral, específicamente en el contexto pedagógico debido a que los docentes no solo involucran competencias académicas, también incluyen competencias personales y estados emocionales, es por ello por lo que diferentes investigadores se han interesado en estudiar sobre la felicidad y bienestar en los docentes, encontrando hallazgos favorables (Cobian-Malaver, 2018; Llatas-Valdivia, 2019; Muñoz-Campos et al., 2018; Perandones González et al., 2013).

Igualmente, un estudio desarrollado en El Salvador y México sobre la orientación a la felicidad demostró mayor presencia de bienestar hedónico en los docentes mexicanos, mientras que en los salvadoreños bienestar eudaimónico y flujo (Villavicencio-Aguilar et al., 2020).

Por tal motivo es fundamental cultivar la felicidad, ya que se ha comprobado que los docentes con un control emocional positivo son líderes y negociadores, muestran una autoestima alta y fortaleza para poder lidiar con las actividades negativas que se les presenten en su jornada laboral (Perandones González et al., 2013).

Sumado a que se ha señalado que una enseñanza positiva y alegre por parte de los docentes crean condicio-

nes inmejorables para el aprendizaje de un contenido específico (Balanta et al., 2020).

Conviene recordar, que la felicidad se obtiene tras poner en práctica las fortalezas personales, permitiendo estimular emociones positivas (Barrantes-Brais et al., 2015), se conoce que el optimismo y la esperanza agrandan la resistencia de las personas a sufrir depresión (Shogren, et al., 2007). Mientras que las personas pesimistas tienen ocho veces más probabilidades de deprimirse cuando se presentan contratiempos (Seligman, 2005). Con más motivo, surge la necesidad de indagar en los síntomas que genera la depresión, la cual se caracteriza por la desregulación inadecuada del estado de ánimo, sentimientos de tristeza, vacío, inutilidad o culpa, (Asociación Americana de Psiquiatría, 2014) y desesperanza, este último de mayor importancia debido a que las personas pueden llegar a un desenlace mortal (Barlow, 2018). Asimismo, la pérdida de interés por las actividades placenteras, disminución o aumento del sueño y del apetito, falta de energía y concentración; y la disminución en los procesos cognitivos están presentes (APA, 2014).

Los eventos estresantes pueden desencadenar episodios depresivos en aquellas personas vulnerables y con baja respuesta conductual para resolver los problemas (Barlow, 2018).

Es importante señalar, que los síntomas de la depresión representan un problema de seriedad debido a las afectaciones y el sufrimiento que trae a las personas, además de las alteraciones y el deterioro en las actividades del diario vivir y en las diferentes áreas como la laboral, académica y familiar, poniendo en riesgo la vida, como mayor consecuencia el suicidio (Organización Mundial de la Salud, 2021).

Se considera que las personas con un estado depresivo tienden a manifestar ansiedad, irritabilidad, deterioro motivacional, evitación del contacto social, enlentecimiento, entre otros síntomas (Muñoz, 1998). Además, suelen verse a sí mismas como fracasados o de débil carácter (Barlow, 2018). Es preciso tener presente, que la depresión afecta en gran proporción a la población

mundial, así, para el 2021 se reportaba el 5 % (OMS, 2021), mientras que en el 2022 aumento a 25 % (Organización Mundial de la Salud, 2022).

Con relación a las profesiones, la docencia ha sido evaluada como una labor vulnerable de padecer trastornos, entre los más importantes la depresión debido a las condiciones laborales (Szigeti et al., 2017). Con un 30 % de mayor prevalencia en comparación con otras profesiones (El-Sahili, 2010). Diferentes estudios han indagado la presencia de síntomas relacionados con la depresión en docentes. Así, un estudio ejecutado en Brasil demostró la presencia de depresión mínima (Mendes-Rodrigues et al., 2020). Otro estudio realizado en China evaluó la depresión. La muestra fue de 1.096 docentes, durante el brote de la COVID-19, comprobando que la muestra total, 624 (56,9 %) padecían depresión, y 177 (16,1 %) sufrieron depresión moderada a grave (Zhou et al., 2021). Igualmente, un estudio realizado en el contexto de la pandemia por la COVID-19 y reapertura de las clases presenciales, se evaluaron a 1.633 docentes, evidenciando que el 32,2 % de los docentes manifestaron síntomas de depresión (Ozamiz-Etxebarria et al., 2021).

En este sentido, se ha evidenciado que ejercer la docencia puede generar intranquilidad psicológica y bajos niveles de satisfacción en el trabajo, al contrastar con otras profesiones; asimismo, presenta un alto nivel de presión laboral, conduciendo a consecuencias negativas (Asa & Lasebikan, 2016; Yu et al., 2014). Por todo lo antes expuesto, surgen las siguientes interrogantes ¿Estarán orientados hacia la felicidad los docentes salvadoreños y mexicanos? ¿Presentarán síntomas depresivos los docentes salvadoreños y mexicanos? ¿Existirán diferencias entre las dimensiones de orientación a la felicidad y depresión en los docentes de El Salvador y México? Para dar respuesta se plantean los siguientes objetivos 1) Describir los tipos de orientación hacia la felicidad que mayormente manifiestan los docentes salvadoreños y mexicanos, 2) Determinar los síntomas de mayor presencia en los docentes salvadoreños y mexicanos y 3) Comprobar si existe o no diferencias estadísticas significativas en las dimensiones de orientación a la felicidad y depresión en función de la variable sociodemográfica País.

Método

Participantes

El estudio fue de tipo exploratorio, con diseño retrospectivo y transversal (Ato, López y Benavente, 2013), con un muestreo no probabilístico de tipo intencionado, evaluando a 90 docentes universitarios de El Salvador y México. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de

la encuesta aplicada en la plataforma Google Forms. La media de edad general fue de 46.58 años, con una desviación estándar (*SD*) de 11.81. En cuanto al sexo, en las mujeres la media de edad fue de 45.24 años (*SD* = 12.49), y la media de edad en los hombres fue de 47.69 años (*SD* = 11.22). Las variables sociodemográficas se presentan en la tabla 1.

Tabla 1.
Características sociodemográficas de la muestra

Variables sociodemográficas	El Salvador (n = 52) %	México (n = 38) %	Total (n = 90) %
Sexo			
Femenino	20 (38,5)	21 (55,3)	41 (45,6)
Masculino	32 (61,5)	17 (44,7)	49 (54,4)
Edad			
De 27 a 38 años	14 (26,9)	15 (39,5)	29 (32,2)
De 39 a 53 años	18 (34,6)	13 (34,2)	31 (34,4)
De 54 a 73 años	20 (38,5)	10 (26,3)	30 (33,3)
Estado familiar			
Soltero (a)	12 (23,1)	15 (39,5)	27 (30,0)
Casado (a)	30 (57,7)	18 (47,4)	48 (53,3)
Unión libre	7 (13,5)	2 (5,3)	9 (10,0)
Separado (a)	3 (5,8)	2 (5,3)	5 (5,6)
Viudo (a)	0 (0,0)	1 (2,6)	1 (1,1)
Años laborales			
De 1 a 4 años	19 (36,5)	9 (23,7)	28 (31,1)
De 5 a 12 años	12 (23,1)	13 (34,2)	25 (27,8)
De 13 a 34 años	19 (36,5)	16 (42,1)	35 (38,9)
¿Qué tipo de contrato laboral posee?			
Docente a tiempo completo	9 (17,3)	3 (7,9)	12 (13,3)
Docente hora-clase/eventual	43 (82,7)	35 (92,1)	78 (86,7)
¿Cuál es su nivel de estudio actual?			
Maestría	38 (73,1)	26 (68,4)	64 (71,1)
Doctorado	2 (3,8)	5 (13,2)	7 (7,8)
Licenciatura / ingeniería / diplomado	12 (23,1)	7 (18,4)	19 (21,1)
¿Se encuentra estudiando actualmente?			
Sí	25 (48,1)	13 (34,2)	38 (42,2)
No	27 (51,9)	25 (65,8)	52 (57,8)
¿Padece alguna enfermedad crónica?			
Sí	25 (48,1)	5 (13,2)	30 (33,3)
No	27 (51,9)	33 (86,8)	60 (66,7)

Fuente: Elaboración propia

Instrumentos de medición

La *Escala de Orientación a la Felicidad (EOF)* es un instrumento validado y traducido al español por Durón et al. (2016); está constituida por 18 reactivos que se dividen equitativamente en tres subescalas: *Bienestar hedónico*, *Bienestar eudaimónico* y *Flujo*. El instrumento cuenta con una escala de respuesta tipo Likert de cinco opciones: 1= *Completamente opuesto a mí*, 2= *Diferente a mí*, 3= *Neutral*, 4= *Parecido a mí*, 5= *Muy parecido a mí*. La fiabilidad mediante el análisis de alfa de Cronbach es: bienestar hedónico .79, bienestar eudaimónico .75, y flujo, .61. En la presente investigación se utilizó de manera unidimensional, con sus 18 ítems, evaluando la orientación a la felicidad. El análisis de Alfa de Cronbach arrojó .78.

Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg versión adaptada al contexto salvadoreño por Lobos-Rivera y Gutiérrez-Quintanilla (2020).

Este instrumento busca medir la ansiedad y depresión, constituida por 16 ítems distribuidos en dos dimensiones ansiedad y depresión; cuenta con cuatro opciones de respuesta de tipo Likert: 1= Nunca, 2= A veces, 3= A menudo, y 4= Siempre. Los análisis de consistencia interna mediante Alfa de Cronbach, en las subescalas ansiedad, es de .84, y depresión, de .86. En la presente

investigación se utilizó únicamente la dimensión de depresión, conformada por los ítems 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16. El análisis por medio del Alfa de Cronbach arrojó una fiabilidad de .89, indicando que la consistencia interna es satisfactoria.

Resultados

En el análisis de resultados se muestran los estadísticos descriptivos de cada reactivo que conforman las dimensiones de la EOF, así como las frecuencias y porcentajes de los síntomas de depresión, sin contrastar con las variables sociodemográficas; asimismo, se presenta un análisis inferencial cruzando las variables del estudio (*País*) aplicando la técnica U de Mann-Whitney y el tamaño del efecto.

Se inicia la descripción de la EOF, donde las medias más altas de la dimensión bienestar hedónico, se ubican en la afirmación: “*La vida es corta, hay que disfrutarla*” manifestada tanto por docentes salvadoreños 3.52 (*DE* = .08), como mexicanos 3.97 (*DE* = .01), y en el reactivo *Me encanta hacer cosas que excitan (emocionan) mis sentidos*, reportado tanto por salvadoreños 3.52 (*DE* = .00), como mexicanos 3.76 (*DE* = .79). Demostrando los docentes de ambos países realizan actividades que les generan placer. Para comprobar los datos descritos anteriormente, ver tabla 2.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos de bienestar hedónico según el País

n.º	Dimensión	Min./Máx.	El Salvador		México	
			Media	DE	Media	DE
1	La vida es demasiado corta como para posponer los placeres que puede proporcionar.	1/5	3.21	0.96	3.61	0.79
2	Hago lo que puedo para sentir euforia.	1/5	2.73	1.03	3.00	1.01
3	Cuando debo elegir qué hacer, siempre tomo en cuenta si será placentero.	1/5	3.46	0.94	3.71	0.77
4	Estoy de acuerdo con esta afirmación: “La vida es corta, hay que disfrutarla”.	1/5	3.52	1.08	3.97	0.79
5	Me encanta hacer cosas que excitan (emocionan) mis sentidos.	1/5	3.52	1.00	3.76	0.79
6	Para mí, la buena vida es la que está llena de placer (placentera).	1/5	2.88	1.04	3.13	0.81

Fuente: Elaboración propia

Con relación al bienestar eudaimónico los docentes mostraron estar mayormente de acuerdo en los siguientes reactivos: *Mi vida tiene un propósito grande*, tanto docentes de El Salvador 4.27 ($DE = .91$), como de México 4.13 ($DE = .91$), seguido de la afirmación *Mi vida tiene sentido duradero* (perdurable) reportada por los salvadoreños 4.15 ($DE = .78$) y mexicanos 4.26 ($DE = .83$), de igual manera en el reactivo *Lo que yo hago es algo importante para la sociedad* indicado por salvadoreños 4.31 ($DE = .83$) y mexicanos 4.18 ($DE = .77$).

Es importante resaltar que los valores en la media de las respuestas en ambos países son muy similares. Sin embargo, en el caso de los docentes salvadoreños reportaron mayor aprobación en el reactivo *Cuando debo elegir qué hacer, siempre tengo en cuenta si va a beneficiar a otras personas* con una media de 4.13 ($DE = .79$). Lo cual indica que los docentes de ambos países realizan actividades que les hacen percibir que sus vidas tienen sentido. Para comprobar los datos descritos anteriormente, ver tabla 3.

Tabla 3
Estadísticos descriptivos de bienestar eudaimónico según el País

n.º	Dimensión	Min./Máx.	El Salvador		México	
			Media	DE	Media	DE
1	Mi vida tiene un propósito grande.	1/5	4.27	0.91	4.13	0.91
2	Cuando debo elegir qué hacer, siempre tengo en cuenta si va a beneficiar a otras personas.	1/5	4.13	0.79	3.82	0.77
3	Tengo la responsabilidad de hacer del mundo un lugar mejor.	1/5	3.90	0.85	3.79	0.91
4	Mi vida tiene sentido duradero (perdurable).	1/5	4.15	0.78	4.26	0.83
5	Lo que yo hago es algo importante para la sociedad.	1/5	4.31	0.83	4.18	0.77
6	He pasado mucho tiempo pensando en lo que significa la vida y cómo encajar en ella.	1/5	3.23	1.20	2.87	1.02

Fuente: Elaboración propia

En cuanto al flujo se evidencia que en el reactivo *Yo busco situaciones que desafían (ponen a prueba) mis habilidades y capacidades* fue el más reportado por docentes de El Salvador 4.06 ($DE = .85$). Mientras, que docentes de México manifestaron que *Cuando debo elegir qué hacer, siempre tomo en cuenta si puedo comprometerme en eso* 4.29 ($DE = .57$). En la afirmación *Siempre*

estoy muy concentrado en lo que hago los docentes reportaron similitud siendo la media más alta tanto para docentes salvadoreños 4.17 ($DE = .79$), como mexicanos 4.11 ($DE = .76$). Refiriendo que los docentes tanto de El Salvador como de México se comprometen en las actividades que realizan. Para comprobar los datos descritos anteriormente, ver tabla 4.

Tabla 4

Estadísticos descriptivos de flujo según el País

Dimensión			El Salvador		México	
n.º	Flujo	Min./Máx.	Media	DE	Media	DE
1	Independientemente de lo que estoy haciendo, el tiempo pasa muy rápido.	1/5	3.77	0.94	3.84	0.79
2	Yo busco situaciones que desafían (ponen a prueba) mis habilidades y capacidades.	1/5	4.06	0.85	3.92	0.85
3	Ya sea en el trabajo o realizando alguna actividad que me agrada, por lo general estoy en “una zona” o “desconectado” y no estoy consciente de mí mismo.	1/5	2.52	0.98	2.74	1.03
4	Siempre estoy muy concentrado en lo que hago.	1/5	4.17	0.79	4.11	0.76
5	Cuando debo elegir qué hacer, siempre tomo en cuenta si puedo comprometerme en eso.	1/5	3.98	0.80	4.29	0.57
6	Rara vez estoy distraído por lo que está pasando a mí alrededor.	1/5	3.29	1.23	3.47	0.86

Fuente: Elaboración propia

En la escala de depresión, se encontró que la interrogante *Se ha sentido con poca energía* fue la más manifestada tanto en docentes salvadoreños (15,4 %), como mexicanos (28,9 %). Por país, se evidencia que docentes de El Salvador en las preguntas: *Se ha sentido usted sin esperanzas* (13,5 %) y *Ha tenido dificultades para concentrarse* (15,4 %), reportaron mayores porcentajes.

Mientras que en México las interrogantes: *Ha perdido, usted, su interés por las cosas* (13,2 %) y *Se ha sentido usted enlentecido* (10,5 %), fueron las más presentadas. Evidenciando que docentes salvadoreños y mexicanos muestran síntomas de depresión en bajos porcentajes. Para comprobar los datos anteriormente descritos, ver la tabla 5.

Tabla 5

Frecuencia y porcentaje de la escala de depresión.

n.º	Ítems	Muestra salvadoreña (n = 52) %		Muestra mexicana (n = 38) %	
		Sin	Con	Sin	Con
1	¿Se ha sentido con poca energía?	84,6	15,4	71,1	28,9
2	¿Ha perdido, usted, su interés por las cosas?	88,5	11,5	86,8	13,2
3	¿Ha perdido la confianza en sí mismo?	90,4	9,6	92,1	7,9
4	¿Se ha sentido usted sin esperanzas?	86,5	13,5	94,7	5,3
5	¿Ha tenido dificultades para concentrarse?	84,6	15,4	92,1	7,9
6	¿Se ha sentido usted enlentecido?	90,4	9,6	89,5	10,5
7	¿Cree usted que ha tenido tendencia a encontrarse peor por las mañanas?	92,3	7,7	92,1	7,9

Fuente: Elaboración propia

Análisis inferencial

En la aplicación de la prueba U de Mann-Whitney, en función de la variable País, no se encontraron diferencias estadísticas significativas en las dimensiones

Orientación a la felicidad y Depresión. Indicando que independientemente del país, los docentes muestran resultados similares. Para comprobar lo anterior, ver la tabla 6.

Tabla 6

Aplicación de la prueba U de Mann-Whitney en función de País

Dimensiones	País	n	Rango	z	p	r
Orientación a la felicidad	El Salvador	52	43.45	-0.870	.384	.09
	México	38	48.30			
	Total	90				
Depresión	El Salvador	52	42.70	-1.192	.233	.12
	México	38	49.33			
	Total	90				

Fuente: Elaboración propia

Discusión

La felicidad es la manifestación que surge de alegrías, placeres y emociones positivas que, al trasladarlas al constructo de la orientación a la felicidad suman el bienestar hedónico en este se realizan acciones que hacen sentir placer; mientras, el bienestar eudaimónico conlleva al crecimiento personal y el flujo al compromiso en realizar las actividades hasta converger en emociones positivas. Por otra parte, se distinguen las emociones negativas que generan malestar en la persona que lo sufre, tal es el caso de la sintomatología de la depresión caracterizada por sentimientos de insatisfacción, desesperanza, baja autoestima, entre otros, que limitan el desarrollo personal.

En relación con la muestra evaluada de 90 docentes universitarios salvadoreños y mexicanos, se evidencia que de los tres tipos de bienestar que orientan a la felicidad. En primer lugar, el bienestar eudaimónico, fue el más reportado en ambos países, demostrando que los docentes se involucran en actividades que van encaminadas al crecimiento personal. Destacando que sus vidas tienen un propósito grande y con sentido, percibiendo que sus labores son importantes para la sociedad, asimismo, se involucran en actividades que les

permiten el desarrollo de habilidades y destrezas. En segundo lugar, el flujo o compromiso en este se encontró que los docentes salvadoreños suelen realizar acciones que los desafían y pongan a prueba las habilidades y capacidades, mientras que los docentes mexicanos, cuando deben elegir qué hacer, siempre tomar en cuenta si pueden comprometerse.

Se destaca que el total de la muestra manifestó que siempre están muy concentrados en lo que hacen, lo cual refleja el compromiso que manifiestan los docentes de El Salvador y México. En tercer lugar, se reporta el bienestar hedónico con medias más bajas, es decir que los docentes indicaron neutralidad en la afirmación "*La vida es corta, hay que disfrutarla*" y el reactivo *Me encanta hacer cosas que excitan (emocionan) mis sentidos*. En resumen, se demuestra que los docentes salvadoreños y mexicanos reportan datos similares en los tres tipos de bienestar, con mayor predominio en el bienestar eudaimónico y flujo, y de forma neutral manifestaciones de bienestar hedónico, es decir, que los docentes se concentran más en actividades que les ofrecen desarrollo personal y se comprometen en alcanzarlas, dejando poco tiempo para actividades que generan placer, los resultados difieren con un estudio previo realizado por Villavicencio-Aguilar et al. (2020), donde evaluaron a docentes universitarios de El Sal-

vador y México encontrando bienestar hedónico en los docentes mexicanos, y bienestar eudaimónico y flujo en los salvadoreños.

También, se demostró la presencia de síntomas de depresión tanto docentes salvadoreños como mexicanos manifestando sentirse con poca energía en bajos porcentajes. Mientras que haberse sentido sin esperanzas y presentar dificultades para concentrarse fue lo más señalado por El Salvador. Y en México haber perdido el interés por las cosas y sentirse enlentecido fue lo más reportado. Evidenciando que docentes salvadoreños y mexicanos revelaron síntomas de depresión que oscilaron entre 5,3 y 28,9 %. Dichos hallazgos se relacionan con un estudio realizado en Brasil donde se comprobó la presencia de síntomas de depresión mínima (Mendes-Rodrigues et al., 2020).

Finalmente, se logró comprobar que no existe diferencia significativa en función al país, demostrando que docentes de El Salvador y México, muestran similitud en los resultados de orientación a la felicidad y síntomas depresivos. Esto propone que los docentes, independientemente de su país, realizan actividades que les generan placer y sentido a sus vidas, además de comprometerse en las acciones que realizan. Por otro lado, se evidencia síntomas de depresión en bajos porcentajes en docentes de ambos países.

Como conclusión, los docentes de El Salvador y México manifestaron los tres tipos de bienestar que los orientan hacia la felicidad, con mayor presencia de bienestar eudaimónico y flujo. También, se comprueba la presencia de síntomas relacionados con la depresión en bajos porcentajes, tanto en docentes salvadoreños como mexicanos. Es decir, que los docentes muestran mayor presencia de felicidad. Del mismo modo, se comprobó que no hay diferencia entre los países, es decir, que los docentes salvadoreños y mexicanos mostraron resultados similares. Por último, a pesar de los bajos porcentajes de los síntomas relacionados con la depresión, se recomienda que futuras investigaciones retomen el tema para profundizar sobre dicha problemática.

Referencias

- Alarcón Napurí, R. (2015). La idea de la felicidad. *Apuntes de Ciencia & Sociedad*, 5(1), 6-9. <https://doi.org/10.18259/acs.2015002>
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40(1), 99-106. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28440110>
- Asa, F. T. & Lasebikan, V. O. (2016). Mental health of teachers: Teachers' stress, anxiety and depression among secondary schools in Nigeria. *International Neuropsychiatric Disease Journal*, 7(4), 1-10. <https://pdfs.semanticscholar.org/6c69/d487d87a6960468111fc35c31a96d8351272.pdf>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales DSM-5®*. Editorial Medica Panamericana
- Ato, M., López, J. J. y Benavente, A. (octubre, 2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://bit.ly/3lUiyf>
- Balanta Castilla, N., Díaz Rodríguez, M. R. y Vargas Hernández, N. (2020). El auge de las cátedras de la felicidad en la educación. *Revista Noria: Investigación Educativa*, 1(5), 30-40. <https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/NoriaIE/article/view/16449>
- Barlow, D. H. (2018). *Manual clínico de trastornos psicológicos: Tratamiento paso a paso*. El Manual Moderno.
- Barrantes-Brais, K., Ureña Bonilla, P. y Gutiérrez Vargas, J. C. (2015). Fortalezas personales y hábitos de salud en estudiantes universitarios de ciencias del movimiento humano. *MHSalud*, 11(2), 20-36
- Cobian-Malaver, J. J. (2018). *Escala de felicidad en catedráticos de una universidad privada del Cercado de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. <https://1library.co/document/q763mxvy-escala-felicidad-catedraticos-universidad-privada-cercado-lima.html#fulltext-content>

- Córdova Loyola, J. M. y Sulca Sequeiros, L. V. (2018). *Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad particular de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional-Universidad Ricardo Palma. <https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/1424/TESIS%20FINAL%20SULCA-CORDOVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: La psicología de la experiencia óptima*. Harper & Row
- Csikszentmihalyi, M. (2013). *Flow: The psychology of happiness*. Rider.
- Diener, E. & Seligman, M. E. P. (January, 2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13(1), 81-84. https://www.csuchico.edu/psy/_assets/documents/diener-seligman-very-happy-people-2002.pdf
- Diener, E. (January, 2000). Subjective well – being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. doi: 10.1037/0003-066X.55.1.34
- Diener, E. & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: unlocking the mysteries of psychological wealth*. Blackwell Publishing. <https://bit.ly/3BnOpAp>
- Dubreuil, P., Forest, J., Gillet, N., Fernet, C., Thibault-Landry, A., Crevier-Braud, L. & Girouard, S. (23 de noviembre del, 2016). Facilitating well-being and performance through the development of strengths at work: Results from an intervention program. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 1(1-3), 1-19. <https://doi.org/10.1007/s41042-016-0001-8>
- Durón Ramos, M. F., García Vázquez, F. I. y Gálvez Díaz, M. K. (octubre, 2016). *Traducción y validación de una escala para medir orientación a la felicidad en población mexicana*. Conferencia presentada en la memoria del XXIV congreso mexicano de psicología, México, Mex.
- El-Sahili, L. F. (2010). *Psicología para el docente: Consideraciones sobre los riesgos y desafíos de la profesión magisterial*. Universidad de Guanajuato.
- Fernández, O. Muratori, M. y Zubieta, E. (julio, 2013). Bienestar eudaemónico y soledad emocional y social. *Boletín de Psicología*, (108), 7-23.
- Fierro, A. (2006). Bienestar personal, adaptación social y factores de personalidad: Estudios con las escalas Eudemo. *Clínica y Salud*, 17(3), 297-318
- Fredrickson, B. L. (march, 2000). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention & Treatment*, 3(1), 1-25. <https://doi.org/10.1037/1522-3736.3.1.31a>
- González, A. M. (2004). Cultura y felicidad en Kant. *Teorema*, 23(1-3), 215-232. <http://www.jstor.org/stable/43046543>
- Llatas-Valdivia, E. (2019). *Felicidad y motivación laboral del profesional docente de la institución educativa San Ramón Cajamarca 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. <https://bit.ly/3mraHgF>
- Lobos-Rivera, M. E. y Gutiérrez-Quintanilla, J. R. (2020). Adaptación psicométrica de la escala de ansiedad y depresión de Goldberg en una muestra salvadoreña. *Entorno*, (70), 87-98. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i69.9557>
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A new approach to getting the life you want*. Penguin Books.
- Mendes Rodrigues, L. T., Campelo Lago, E., Landim-Almeida, C. A., Pires-Ribeiro, I. y Vasconcelos Mesquita, G. (marzo 2020). Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Enfermería Global*, 19(57), 209-242. <https://bit.ly/3jHMdOf>
- Moyano Díaz, E. (2016). Building the concept of happiness for adults from phenomenography. *Universum*, 31(2), 141-156. <https://www.redalyc.org/pdf/650/65051052009.pdf>
- Muñoz, R. F. (1998). Depression applied aspects. En H. S. Friedman (Dir.), *Encyclopedia of mental health*. Academic Press.
- Muñoz-Campos, E. M., Fernández-González, A. y Jacott, L. (2018). Bienestar subjetivo y satisfacción vital del profesorado. REICE: *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 16(1), 105-117. <https://bit.ly/3CvHxCm>

- Organización Mundial de la Salud. (2022). *La pandemia por COVID-19 provoca un aumento del 25% en la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo*. <https://bit.ly/3UhZKfl>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Depresión*. <https://bit.ly/3pUAmQM>
- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil Santamaría, M., Idoiaga Mondragon, N. y Berasategi Santxo, N. (15 de febrero del 2021). Estado emocional del profesorado de colegios y universidades en el norte de España ante la COVID-19. *Revista Española de Salud Pública*, 95, 1-8. https://www.sanidad.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/VOL95/O_BREVES/RS95C_202102030.pdf
- Perandones González, T., Herrera Torres, L. y Lledó Carreres, A. (2013). Felicidad subjetiva y autoeficacia docente en profesorado de República Dominicana y España. *Revista Europea de Investigación en Psicología de la Salud y Educación*, 3(3), 277-288. <https://bit.ly/31jPfCd>
- Peterson, C., Park, N. & Seligman, M. E. (march, 2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-41. <https://doi.org/10.1007/s10902-004-1278-z>
- Rojas, M. (2021). *El estudio científico de la felicidad*. Fondo de Cultura Económica.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Reviews Psychology*, 52(1), 41-66.
- Ryff., C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(69), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Seligman, M. E. (2005). *La auténtica felicidad*. Byblos.
- Seligman, M. E. (1999). *The president's address*. *American Psychologist*, (54), 559-562.
- Shogren, K. A., López, S. L., Wehmeyer, M. L., Little, T. D., & Pressgrove, C. L. (2007). The rol of positive psychology construts in predicting life satisfaction in adolecents with and without cognitive disabilities: An exploratory study. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1), 37-52.
- Simonton, D. K. & Baumeister, R. (june, 2005). Positive Psychology at the summit. *Review of General Psychology*, 9(2), 99-102.
- Szigeti, R., Balázs, N., Bikfalvi, R. & Urbán, R. (08 january 2017). Burnout and depressive symptoms in teachers: Factor structure and construct validity of the Maslach Burnout inventory-educators survey among elementary and secondary school teachers in Hungary. *Stress and Health*, 33(5), 530-539. <https://doi.org/10.1002/smi.2737>
- Villavicencio-Aguilar, D., Chacón-Andrade, E. R., & Durón-Ramos, M. F. (march, 2020). Data on orientation to happiness in higher education institutions from Mexico and El Salvador. *Data*, 5(27). doi:10.3390/data5010027
- Yu, X., Wang, P., Zhai, X., Dai, H. & Yang, Q. (2014). The effect of work stress on job burnout among teachers: The mediating role of self-efficacy. *Journal for Quality-of-Life Measurement*, 118(3). <https://bit.ly/3EvEA5x>
- Zhou, J., Yuan, X., Huang, H., Li, Y., Yu, H., Chen, X. & Luo, J. (June, 2021). The prevalence and correlative factors of depression among Chinese teachers during the COVID-19 outbreak. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 1-7. <https://bit.ly/3vYpwKv>