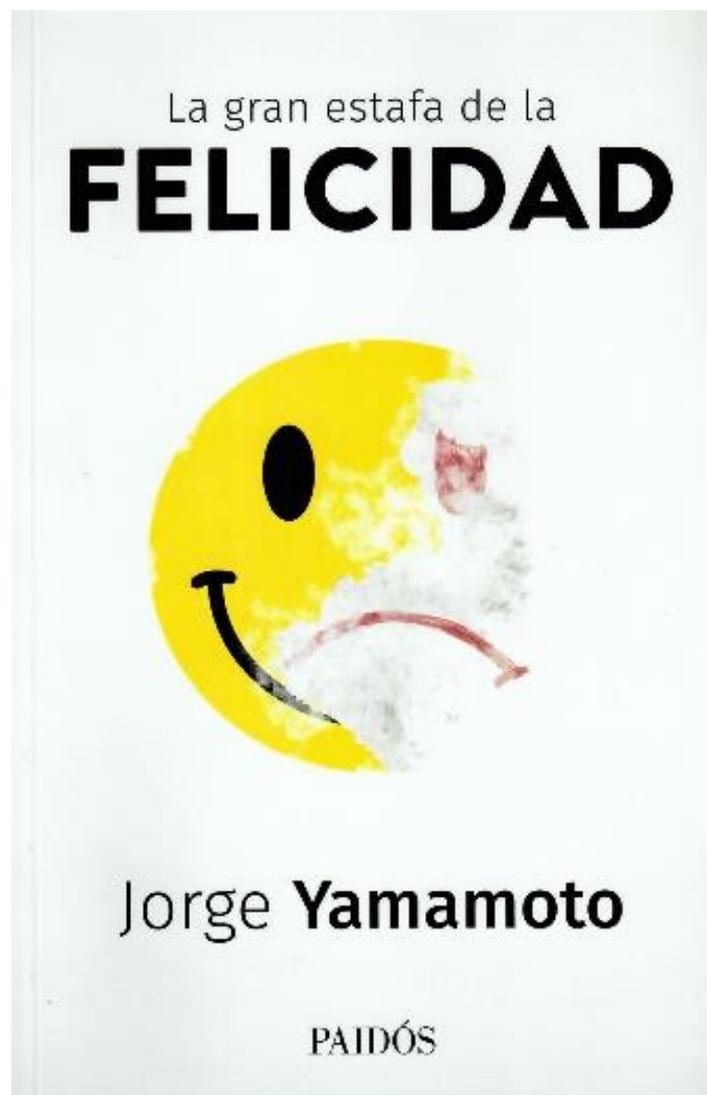


---

**Reseña de Libro:**  
**EL KURT DANZIGER DE LA PSICOLOGÍA DE LA FELICIDAD\*.**

---

**Walter Lizandro Arias Gallegos**  
Universidad Católica San Pablo, Arequipa, Perú



\*Yamamoto, J. (2019). *La gran estafa de la felicidad*. Lima: Paidós, 292 págs. ISBN 978-612-4431-88-3

El estudio de la felicidad tiene larga data en la historia de la psicología y la historia universal, que da sus primeros pasos con pensadores de la Grecia antigua y otras culturas tanto occidentales como orientales (Fernández, 2008). Su estudio científico y sistemático empero, recibió un importante impulso de la Psicología Positiva, que como corriente emergente (Alarcón, 2009a), se ha focalizado en los factores que son causa y consecuencia de la felicidad. Dentro de esta corriente, son ya clásicos los trabajos de Seligman (2006), Csikszentmihalyi (1997) y Lyubomirsky (2010); quienes han realizado diversas contribuciones en la comprensión de la felicidad y sus condicionantes más relevantes.

Asimismo, pueden distinguirse dos enfoques que abordan la felicidad: el primero la concibe como bienestar subjetivo (Diener, & Suh, 1998), muy ligado a la satisfacción con la vida (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985) y que se alinea con el denominado enfoque hedónico que entiende la felicidad como la posesión de bienes (materiales o inmateriales) que se desean. El enfoque eudaimónico, por otro lado, concibe la felicidad como un estado vinculado a factores trascendentes como la autoaceptación, el desarrollo personal, la libertad de pensamiento y acción, el sentido de vida y las relaciones sociales positivas; que componen el bienestar psicológico (Ryff, & Keyes, 1995).

Estas ideas sobre la felicidad, las emociones positivas, las virtudes y las fortalezas humanas han sido acogidas en diversos países de América Latina (Castro, 2012), siendo Argentina el país que ha sido más receptivo (Mariñelarena-Dondena, 2016), ya que incluso, en la Universidad de Palermo se ha creado un programa profesional de psicología con una fuerte orientación hacia la Psicología Positiva, en cuanto a su malla curricular y su producción científica (Mariñelarena-Dondena, 2012), pues la revista de psicología *Psicodebates* que constituye su órgano oficial de publicación publica una amplia variedad de investigaciones sobre las temáticas y enfoques que desarrolla la Psicología Positiva (Mariñelarena-Dondena, & Klappenbach, 2009).

Entre los temas que han sido desarrollados por la Psicología Positiva, se tiene como el más difundido el de la felicidad, que ha recibido duras críticas por cuanto se le considera un instrumento de promoción del consumismo, y por ende, del capitalismo (Fernández-Ríos, & Vilariño, 2012). En ese sentido, los estudios sobre la felicidad y su relación con variables socioeconómicas concluyen que si bien los ingresos económicos son importantes para la felicidad individual, la economía solo tiene peso predictivo en tanto permite la satisfacción de las necesidades básicas (Oishi, Diener, Lucas, & Suh, 1999; Suh, Diener, Oishi, & Triandis, 1998). Asimismo, muchos de estos estudios, como la gran mayoría de investigaciones y teorías sobre la felicidad que han surgido del seno de la psicología positiva, han sido efectuados en realidades muy diferentes a la nuestra.

En Perú, por ejemplo, los primeros estudios sobre satisfacción con la vida y felicidad fueron llevados a cabo por Reynaldo Alarcón (2000, 2001, 2002), quien desarrolló una escala para medir la felicidad (Alarcón, 2006) y poco después fundó la Sociedad Peruana de Psicología Positiva el 2008 (Alarcón, 2009a). También ha creado instrumentos para evaluar el optimismo (Alarcón, 2013) y la gratitud (Alarcón, 2014b) y ha valorado las relaciones entre algunas de estas variables (Alarcón, 2014a; Alarcón, & Caycho, 2015). En contextos laborales, los estudios sobre felicidad y emociones positivas han sido desarrollados preferentemente en la ciudad de Arequipa (Arias, Masías, Muñoz, & Arpasi, 2013; Arias, Masías, & Justo, 2014; Gamero, 2013; Menautt, Checa, & Arias, 2016); aunque en el 2005, Alarcón evaluó la felicidad en función de niveles socioeconómicos en una pequeña muestra de Lima (Alarcón, 2005), y el 2010 Caycho evaluó la felicidad en pobladores de zonas urbano marginales de Lima (Caycho, 2010). En todos estos casos, el abordaje de la felicidad en relación con variables laborales o socioeconómicas ha tomado como referente los marcos epistemológicos y los modelos teóricos de la Psicología Positiva anglosajona (Schui, & Krampen, 2010), y que por tanto, les resta valor ético, por no desarrollarse dentro de un marco epistemológico correspondiente con el contexto sociocultural de Perú.

Este aspecto ha sido ya criticado por varios autores (Arias, 2016; Fernández-Ríos, & Vilariño, 2012), y quizá por ello, la Psicología Positiva ha tenido una reducida recepción por parte de los académicos en el Perú (Arias, Huamaní, & Espiñeira, 2017). Pues bien, Jorge Yamamoto, un psicólogo y profesor de la Pontificia Universidad Católica del Perú, planteó el desarrollo de un modelo ético de bienestar psicológico que parte por identificar las necesidades psicológicas en contextos socioculturales particulares del Perú, predominantemente andinos, así como los modos de satisfacción de estas necesidades (Yamamoto, & Feijoo, 2007), para poder evaluar en función de ello, la felicidad y la satisfacción con la vida. Tras 10 años de investigación con instrumentos diseñados y validados en función de su modelo teórico, nos presenta hallazgos importantes en su libro *La gran estafa de la felicidad*, que ha sido publicado recientemente bajo el sello editorial de Paidós.

En este texto, que el autor advierte, no es de corte académico, se explican diversas variables en torno a la felicidad, como la familia, la economía y los valores; dentro del contexto de la realidad peruana. El texto se compone de tres partes, que comprenden seis capítulos y el epílogo. El abordaje que hace Yamamoto de la felicidad integra variables socioculturales, sin

las cuales el constructo de felicidad sería sumamente abstracto y relativo, por ello, le comparamos con Kurt Danziger, quien realizó una importante crítica a la investigación psicológica historiográfica que dejaba de lado factores socioculturales, y por ende, desarrollaba una historia internalista de la psicología que respondía a los modelos occidentales de ciencia (Danziger, 1998). Así, Kurt Danziger (2018) contextualiza el desarrollo histórico de la psicología en función de variables sociales, económicas, políticas y culturales en determinados momentos; favoreciendo la consolidación de un modelo crítico de la historia de la psicología que ha permitido reescribir la historiografía de nuestra ciencia. De modo similar, Yamamoto, sin ser un psicólogo positivo declarado, se avocó al estudio de la felicidad, pero socioculturalmente contextualizada, porque los fenómenos psicológicos, incluyendo la felicidad y las emociones positivas, se encuentran históricamente mediatizados.

La travesía académica de Yamamoto, implicó su participación en un equipo de investigación transcultural sobre bienestar en Perú, Bangladesh, Tailandia y Etiopía, bajo la coordinación de científicos sociales de la Universidad de Bath y con el apoyo del Gobierno Británico; así como su presentación en el Congreso Mundial de Psicología Positiva por invitación de Ed Diener. El trabajo de Yamamoto partió por respetar los marcos culturales de las poblaciones de estudio, que para el caso de Perú, conllevó la evaluación de habitantes de la Amazonía, la sierra y la costa, con métodos psicológicos y etnográficos. También implicó la evaluación de poblaciones poco estudiadas, ya que la mayoría de investigaciones sobre bienestar, felicidad y satisfacción con la vida en Perú, se avocan a escolares, jóvenes y estudiantes universitarios (Alarcón, 2000, 2002, 2006; Alarcón, & Caycho, 2015; Arias, Caycho, Ventura, Maquera, Ramírez, & Tamayo, 2016; Arias, Huamani, & Caycho, 2018; Cornejo, Pérez, & Arias, 2017; Huamani, & Arias, 2018); mientras que Yamamoto, evaluó y entrevistó a pobladores de comunidades campesinas en los Andes, trabajadoras sexuales en la capital o habitantes de zonas urbanas marginales, y culturas tribales de la selva y la sierra del país.

Por otro lado, la obra de Yamamoto parte de una certera crítica a los modelos teóricos de la psicología positiva, y en esa medida desarrolla una propuesta, que a la luz de sus resultados, indica que los pobladores de zonas altoandinas de Perú son los más felices en comparación con los habitantes de las ciudades costeñas, sean estas grandes o pequeñas. Pero con la particularidad que mientras más alejados de los poblados tribales se encuentren las ciudades, menor es la felicidad. A este trecho geográfico con implicancias psicosociales, Yamamoto le llama corredor “migratorio”, dado que los habitantes de poblados de la sierra se ven obligados a migrar hacia las ciudades capitales de sus Provincias, y luego a las capitales de sus Departamentos, y de ahí a la capital del país; pero en este trayecto van disminuyendo los índices de felicidad. La explicación que esgrime el autor es que las culturas tribales como las que predominan en la sierra alta del país, se rigen por valores colectivistas en los que prima la solidaridad y la ayuda mutua, de modo que todos comparten sus bienes y disfrutan de sus festividades populares, privilegiando el bienestar de la familia y su comunidad. Mientras que en las ciudades predomina el individualismo, a nadie le importan los demás, sino sacar el mayor provecho posible, aún a costa del bien común y el desarrollo social.

Esto deviene en corrupción y la formación de “argollas de poder” que buscan su propio beneficio a costa de las mayorías más necesitadas, y se nutren de un exagerado egoísmo, que es responsable de la infelicidad, independientemente de los bienes materiales que se posean. Esta pérdida de la felicidad en torno al corredor migratorio, es proporcional al incremento de la corrupción, que en niveles desbordantes no respeta ni a la familia, pues lo único que importa es la autocomplacencia. Estas conductas deshonestas, son incluso justificadas debido a la brutal competencia que se vive en las grandes ciudades, desdibujándose los valores morales y llegando a un punto en el que incluso no importa ganar, sino impedir que el otro lo haga. Así la envidia egoísta, la acumulación dañina, el “chisme maletero” y las “ganas de joder” –como dice el autor– forman un anillo de antivalores urbanos que son responsables de la pérdida de la felicidad en las ciudades, que es más bien abundante en los pequeños poblados de la sierra, la selva o incluso en ciertas zonas marginales de la ciudad, debido a sus creencias y sus valores tribales.

En resumen, el libro de Yamamoto, nos ilustra sobre una problemática psicosocial y un tema de interés académico, que tiene eco en la propuesta émica que ha sido objeto de estudio del autor durante varios años. El libro *La estafa de la felicidad* es un libro ameno y crudo que desnuda una realidad dolorosa pero innegable, que es característica del Perú, y que encuentra respaldo en diversos estudios previos sobre la envidia, la discriminación social, racial y económica; que son solo la punta del iceberg. Recomendamos la lectura de este material que seguramente no es solo el reflejo de la realidad peruana sino de muchos otros países de América Latina o de los llamados países del tercer mundo, donde se trastocan los valores a raíz de un exacerbado egoísmo; mientras que en los países del primer mundo se reduce la felicidad a la posesión de bienes materiales, que no son capaces de reemplazar el afecto de la familia, la compañía de los amigos y el apoyo de la comunidad. En ambos casos, se vivencia una falsa felicidad que nos conduce al sufrimiento, el vacío y la soledad.

## REFERENCIAS

- Alarcón, R. (2000). Variables psicológicas asociadas a la felicidad. *Persona*, 3, 147-157.
- Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal. *Revista de Psicología (Pontificia Universidad Católica del Perú)*, 19(1), 27-46.
- Alarcón, R. (2002). Fuentes de felicidad: ¿Qué hace feliz a la gente? *Revista de Psicología de la (Pontificia Universidad Católica del Perú)*, 20(2), 169-196.
- Alarcón, R. (2005). Efectos de los niveles socioeconómicos sobre la felicidad. *Teoría e Investigación Psicológica*, 14, 91-112.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40(1), 99-106.
- Alarcón, R. (2009a). Psicología positiva: un enfoque emergente. *Teoría e Investigación Psicológica*, 18, 7-28.
- Alarcón, R. (2009b). *Psicología de la felicidad. Introducción a la psicología positiva*. Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Alarcón, R. (2013). Construcción y validación de una escala para medir el optimismo. En J. C. Alchieri y J. Barreiros (Org.). *Conferencias del XXXIV Congreso Interamericano de Psicología* (pp. 377-389). Brasilia: SBPOT.
- Alarcón, R. (2014a). Funcionamiento familiar y sus relaciones con la felicidad. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 61-74.
- Alarcón, R. (2014b). Construcción y valores psicométricos de una escala para medir la gratitud. *Acta de Investigación Psicológica*, 4(2), 1520-1534.
- Alarcón, R., & Caycho, T. (2015). Relaciones entre gratitud y felicidad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 9(1), 59-69.
- Arias, W. L. (2016). ¿Es la Psicología Positiva presentista?: Breve revisión de las críticas a la Psicología Positiva a la luz de la historia de la psicología y la epistemología. *Revista Peruana de Historia de la Psicología*, 2, 93-110.
- Arias, W. L., Caycho, T., Ventura, J. L., Maquera, C., Ramírez, M., & Tamayo, X. (2016). Análisis exploratorio de la Escala de Felicidad de Lima en universitarios de Arequipa (Perú). *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 10(1), 13-24.
- Arias, W. L., Huamani, J. C., & Caycho, T. (2018). Satisfacción con la vida en escolares de la ciudad de Arequipa. *Propósitos y Representaciones*, 6(1), 351-379.
- Arias, W. L., Huamani, J. C., & Espiñeira, E. (2017). Representación de la psicología positiva en el Perú. Un estudio bibliométrico en diez revistas científicas peruanas del 2000 al 2016. *Revista Guillermo de Ockham*, 15(2), 75-94.
- Arias, W. L., Masías, M. A., Muñoz, E., & Arpasí, M. (2013). Espiritualidad en el ambiente laboral y su relación con la felicidad del trabajador. *Revista de Investigación (Universidad Católica San Pablo)*, 4, 9-33.
- Arias, W. L., Masías, M. A., & Justo, O. (2014). Felicidad, burnout y estilos de afrontamiento en trabajadores de una empresa privada. *Avances en Psicología*, 22(1), 75-88.
- Castro, A. (2012). La psicología positiva en América Latina. Desarrollos y perspectivas. *Psiciencia. Revista Latinoamericana de Ciencia psicológica*, 4(2), 108-116.
- Caycho, T. (2010). Variables psicológicas asociadas con la felicidad en centros peri-urbanos y urbano-marginales de Lima. *Scientia UCV (Universidad César Vallejo)*, 2(1), 61-68.
- Cornejo, W., Pérez, B., & Arias, W. L. (2017). Bienestar subjetivo, identidad social-nacional y sentido del humor en estudiantes de psicología: Arequipa, Huancayo e Ica. *Revista de Psicología (Universidad Católica San Pablo)*, 7(1), 51-78.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Fluir. Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- Danziger, K. (1998). *Constructing the subject. Historical origins of psychological research*. United Kingdom: Cambridge University Press.
- Danziger, K. (2018). *Nombrar la mente. Cómo la psicología encontró su lenguaje*. Córdoba, Argentina: Universidad Nacional de Córdoba – Taller Editorial Ovtoc.
- Diener, E., & Suh, E. (1998). Age and subjective well-being: an international analysis. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 17, 304-324.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Fernández, L. (2008). Una revisión crítica de la psicología positiva: Historia y concepto. *Revista Colombiana de Psicología*, 17, 161-176.
- Fernández-Ríos, L., & Vilariño, M. (2012). Mitos de la psicología positiva: Maniobras engañosas y pseudociencia. *Papeles del Psicólogo*, 37(2), 134-142.
- Gamero, H. Y. (2013). La satisfacción laboral como dimensión de la felicidad. *Ciencia & Trabajo*, 15(47), 94-102.
- Huamani, J. C., & Arias, W. L. (2018). Modelo predictivo del bienestar psicológico a partir de la satisfacción con la vida en jóvenes de la ciudad de Arequipa. *Psiciencia. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 10, 1-20. doi: 10.5872/psiciencia/10.2.21
- Lyubomirsky, S. (2010). *La ciencia de la felicidad*. Buenos Aires: Urano.
- Mariñelarena-Dondena, L. (2012). La Formación en Psicología Positiva en la Universidad de Palermo. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 4(1), 21-30.
- Mariñelarena-Dondena, L. (2016). Recepción de la psicología positiva en la Argentina: un estudio socio-bibliométrico de artículos de revistas científicas. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 8(1), 27-42.
- Mariñelarena-Dondena, L., & Klappenbach, H. (2009). La psicología positiva en la revista *Psicodebate* (2000-2007). *Psicodebate*, 10, 9-37.
- Menautt, C. F., Checa, S. A., & Arias, W. L. (2016). La gratitud y la percepción de equidad en el trabajo como predictores de la motivación laboral en una agencia bancaria de Arequipa. *Revista de Psicología (Universidad Católica San Pablo)*, 6(1), 67-90.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfactions: Perspectives from needs and values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(8), 980-990.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Schui, G., & Krampen, G. (2010). Bibliometric analyses on the emergence and present growth of Positive Psychology. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 2(1), 52-4.
- Seligman, M. E. P. (2006). *La auténtica felicidad*. Buenos Aires: Vergara.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotion versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 482-493.
- Yamamoto, J., & Feijoo, A. R. (2007). Componentes élicos del bienestar. Hacia un modelo alternativo de desarrollo. *Revista de Psicología (Pontificia Universidad Católica del Perú)*, 25(2), 197-231.