

Jesús Francisco Laborín Álvarez
Centro de Investigación en Alimentación
y Desarrollo, A. C.

Julio Alfonso Piña López
Programa de Salud Institucional
Universidad de Sonora, México

PSICOLOGÍA POSITIVA:
¿MITO
GENIAL O
ASALTO A LA
RAZÓN?

Universidad Nacional Autónoma de México



Facultad de Estudios Superiores
IZTACALA



PSICOLOGÍA POSITIVA: ¿MITO GENIAL O ASALTO A LA RAZÓN?

D.R. © UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Av. de los Barrios No. 1, Los Reyes Iztacala
C.P. 54090, Tlalnepantla, Edo. de México

DISEÑO EDITORIAL

Laboratorio de Evaluación y Educación Digital
UNAM, FES-Iztacala
Tel. (+52) - (55) -56231333 ext. # 39707

EDITOR EN JEFE

Arturo Silva Rodríguez

CORRECCIÓN DE ESTILO

Rubén Cortez Aguilar

COMPOSICIÓN Y DIAGRAMACIÓN

Oscar Giovanni Balderas Trejo
Lucía Jocelyn Andrade López

IMPRESIÓN

Impreso en formato digital en la Ciudad de México.

EDICIÓN NOVIEMBRE, 2023

HECHO EN MÉXICO

ISBN: 978-607-59503-4-1

DOI: <http://dx.doi.org/10.22402/ed.leed.978.607.59503.4.1>



INFORMACIÓN LEGAL

Copyright: © 2023 Laborín, A. J. F. y Piña, L. J. A.

Este libro es de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/), por lo que su contenido gráfico y escrito se puede compartir, copiar y redistribuir total o parcialmente sin necesidad de permiso expreso de sus creadores con la única condición de que no se puede usar con fines directamente comerciales y los términos legales de cualquier trabajo derivado deben ser los mismos que se expresan en la presente declaración. La única condición es que se cite la fuente con referencia a sus creadores.

PSICOLOGÍA POSITIVA:
¿MITO
GENIAL O
ASALTO A LA
RAZÓN?

COMPILADORES **Jesús Francisco Laborín Álvarez**
Julio Alfonso Piña López

MÉXICO, 2023

Esta obra ha sido cuidadosamente revisada y dictaminada por un comité de pares expertos, quienes, con su vasta experiencia y conocimiento en el campo, han aportado valiosas observaciones y sugerencias. Este proceso riguroso de revisión por pares garantiza la calidad, precisión y relevancia del contenido presentado, asegurando que cumple con los estándares académicos y profesionales más elevados. Agradecemos profundamente a nuestros revisores por su dedicación y contribución indispensable en la consecución de esta publicación.

ÍNDICE DE CONTENIDO

Prefacio, 11

José Francisco Laborín Álvarez

Julio Alfonso Piña López

Referencias, 14

1 La misión de la Psicología Positiva: De las premisas falaces a las conclusiones falaces, 17

Kenneth David Madrigal Alcaraz

Julio Alfonso Piña López

La psicología como disciplina de conocimiento, como psicología aplicada y como psicología práctica: Diferencias y relaciones, 19

Conclusiones, 24

Referencias, 25

2 Psicología positiva y psicología indígena o psicología cultural, 29

Luis Fernández-Ríos

¿Es todavía útil para la Psicología positiva modelo biopsicosocial?: hacia una psicología transcultural, 31

Crítica lingüística a los fundamentos de la Psicología Positiva: hacia un relativismo lingüístico, 32

A favor del constructivismo sociocultural de las emociones, 34

La tiranía de los expertos en positividad, 35

Política de la felicidad: hacia un nuevo normal , 36

Conclusiones, 37

Referencias , 37

3 Psicología positiva crítica como anti-psicología, 41

Luis Fernández-Ríos

Felipe de Jesús Patrón Espinosa

Falsa dicotomía entre psicología positiva y psicología negativa, 43

Crítica de la historia de las emociones/pasiones positivas, 45

Crítica lingüística: relativismo lingüístico y Psicología positiva, 46

Crítica multiparadigmática de la Psicología positiva, 47

Crítica de la búsqueda obsesiva por la felicidad o la industria de la psicología positiva, 48

Crítica de la cognición epistémica neoliberal feliz o la Psicología positiva como mercancía, 49

Conclusiones, 50

Referencias, 51

4 Psicología positiva: Llamado divino, epifanías y el papel del lenguaje en la psicología, 57

Jesús Francisco Laborín Álvarez

Luis Humberto Ruiz García

Mauricio Ortega González

Julio Alfonso Piña López

La PP y la falacia de sus argumentos: ¿Por qué la PP no es una propuesta científica?, 59

¿Por qué es importante el lenguaje en la psicología? La confusión conceptual y terminológica en la PP, 65

Conclusiones, 69

Referencias, 69

Algunas aportaciones críticas sobre la Psicología Positiva, 73

Trabajos sobre Psicología positiva, 74

Capítulo 3

Psicología positiva crítica como anti-psicología

Luis Fernández-Ríos

Departamento de Psicología Clínica y
Psicobiología-Facultad de Psicología
Universidad de Santiago de Compos-
tela, España y Profesor Tutor de la
UNED

Felipe de Jesús Patrón Espinosa

Facultad de Ciencias Humanas
Universidad Autónoma de
Baja California, México

Resumen

La psicología parece hallarse en una crisis teórica perpetua. Aunque parezca correcto tratar de adentrarse en nuevos campos de conocimiento, en ocasiones se toma como original y novedoso lo que ya es conocido desde la antigüedad clásica. Este es el caso del discurso de la Psicología positiva (PP). El presente trabajo se caracteriza por ser una reflexión filosófica con dos objetivos principales. Por un lado, señalar una serie de críticas constructivas al discurso y práctica de la PP. Lo que también se puede denominar anti-psicología. Por otro, reconocer que no existe una necesidad histórica dentro de campo del conocimiento psicológico para la PP. Realmente no viene a ser más que un viejo paradigma reciclado y mal adaptado a los tiempos actuales. Se concluye que la falta de una revisión de la historia de los conceptos relacionados con la emoción por parte de los adscritos a la PP ha llevado a problemas que impiden alcanzar una concepción integral del humano. Entre éstos se encuentran la dicotomía entre emociones positivas y negativas y la búsqueda obstinada de una vida exenta de emociones desagradables.

Palabras Clave: Psicología Positiva Crítica, Historia de la Felicidad, Psicología Negativa, Neoliberalismo, Historia de los Conceptos.

En *El laberinto de la soledad*, Octavio Paz (1950/1992) analiza la cuestión de lo doloroso que puede ser sentirse solo. Reconoce que los norteamericanos “creen... en la felicidad, pero tal vez no conocen la verdadera alegría” (p. 7). Actualmente, en las disciplinas de historia, antropología, política, sociología y, por supuesto en psicología, existe un giro emocional o giro afectivo en el que importan las emociones, ya bien sean positivas o negativas.

Parece que se está existiendo y construyendo en una sociedad sentimentalizada, lo cual incluso puede llegar a ser algo problemático. Pues, como reconoce Dalrymple (2010/2016): “El culto a los sentimientos destruye la capacidad de pensar, o incluso la conciencia de que hay que pensar” (p. 179). Se está produciendo, por tanto, un giro intelectual, psicológico y social hacia el “afectivismo” (Dukes et al., 2021). Bajo esa denominación se incluyen conceptos tales como: emoción, empatía, sentimientos, humor, motivación y bienestar.

La diferenciación entre psicología negativa (PN, de ahora en adelante) y psicología positiva (PP, de ahora en adelante) constituye un sinsentido histórico, tanto teórica como prácticamente. Es sencillamente una cuestión de falsa epistemología, despiste intelectual, intereses político-económicos e ignorancia histórica. Tal vez tenga razón Feyerabend (1978/1982), cuando reconoce que: “Es muy difícil contemplar en perspectiva nuestras ideas más que-

ridas, contemplarlas como parte de una tradición cambiante y quizás absurda” (pp. 16-17).

El presente trabajo se caracteriza por ser una reflexión filosófica con dos objetivos principales. Por un lado, señalar una serie de críticas constructivas al discurso y práctica de la PP. Lo que también se puede denominar anti-psicología (Piña, 2020). Por otro, hay que reconocer que no existe una necesidad histórica dentro de campo del conocimiento psicológico para la PP. Lo que esta disciplina puede aportar conceptualmente ya era conocido desde la antigüedad del pensamiento filosófico y antropológico clásico occidental y oriental.

Para desarrollar estos contenidos se incluyen los siguientes apartados: Falsa dicotomía entre psicología positiva y psicología negativa, crítica de la historia de las emociones/pasiones positivas, crítica lingüística: relativismo lingüístico y Psicología positiva, crítica multiparadigmática de la Psicología positiva, crítica de la búsqueda obsesiva por la felicidad o la industria de la psicología positiva, crítica de la cognición epistémica neoliberal feliz o la Psicología positiva como mercancía.

El ser humano siempre ha buscado y luchado por la felicidad, las emociones positivas, las fortalezas personales, y la superación de la negatividad y adversidad (Fernández-Ríos, 2008; Fernández-Ríos y Cornes, 2003). Debería de ser muy difícil para los psicólogos positivos ortodoxos vislumbrar que su ideología teórica más preciada no es una invención

suya, sino que tiene una larga historia. Lo que supuestamente pretende ser novedoso y original ya ha sido pensado, tal vez mucho mejor, por otras mentes en otros tiempos históricos pretéritos. Hay que ser humildes, estar al tanto del conocimiento histórico, y saber extrapolarlo, reflexiva y críticamente, a los tiempos actuales.

Tal vez, los psicólogos positivos pretendan refundar y reciclar una y otra vez las mismas cosmovisiones pasadas acerca de la felicidad y las emociones positivas como objetos psicológicos. Por esto, es una inexactitud histórica y una perogrullada intelectual afirmar, como hace Seligman (2008): “Propongo un nuevo campo: la salud positiva. La salud positiva describe un estado más allá de la mera ausencia de enfermedad” (p. 3). Aunque esta propuesta dé la impresión de ser novedosa y aportar contenido relevante, resulta ser todo lo contrario, pues instituciones tan conocidas como la Organización Mundial de la Salud (1948) a mediados del siglo XX ya concebían a la salud como algo más que la simple ausencia de enfermedades.

Pensar crítica y constructivamente parece no formar parte del espíritu de los tiempos en el conocimiento de la PP. Dentro del campo de la teoría y práctica de la PP en Latinoamérica, incluyendo España, se pueden mencionar dos aspectos. En primer lugar, se evidencia una clamorosa ausencia de pensamiento reflexivo heterodoxo acerca de su historia y situación actual (Garassini et al., 2022; Tarragona, 2022). Tal vez sea porque la interconexión en la felicidad y la PP se considera, equivocadamente, un campo teórico y práctico de investigación relativamente nuevo (Moyano Díaz, 2016). Es como si hubiese una alergia intelectual a pensar críticamente. En segundo lugar, existe una perspectiva de duras críticas acerca de los supuestos teóricos y prácticos de la cosmovisión incluida bajo el paraguas de la PP (Cabanas y Illoiz, 2018/2019; Fernández-Ríos, 2018, 2020; Fernández-Ríos y Novo, 2012; Fernández-Ríos y Vilariño, 2016; Pérez-Álvarez et al., 2018; Piña, 2014, 2020; Reppold et al., 2019).

Como se irá describiendo a lo largo de este texto, la

teoría y práctica de la PP ha sido criticada desde diversos puntos de vista: falsear la larga historia con la que cuenta el estudio de las emociones; ignorar o desconocer la historia de los conceptos, o *begriffsgeschichte*, que utiliza; utilizar un lenguaje movido, ambiguo y acomodaticio a cualquier tiempo, cultura, estilo de hacer ciencia, política y religión; defender y practicar una ideología centrada en el individualismo y neoliberalismo económico; aceptar un concepto universal de felicidad, y conceptos relacionados, como significado del proceso de vivir, satisfacción vital y bienestar subjetivo; enfatizar los universales culturales en detrimento del conocimiento local; no disponer de una evidencia empíricamente fundamentada; replicación de trabajos empíricos es fácil de conseguir debido a la ambigüedad discursiva, a la borrosidad de las hipótesis, y al polimorfismo conceptual; realizar una interpretación de los datos presentados incierta, lo cual genera una violencia hermenéutica; su aplicación práctica de los resultados, se supone empíricamente fundamentados, no va más allá de lo ya conocido, que es lo mismo que decir del sano sentido común; y, finalmente, tiene una gran solapamiento teórico y prácticos con otras disciplinas (psicología humanista, psicología existencial, psicología de la religión, antropología filosófica, psicología del asesoramiento, coaching, etcétera).

Falsa dicotomía entre psicología positiva y psicología negativa

Muchos psicólogos positivos desean vehementemente ignorar y desconocer el conocimiento histórico en antropología y filosofía de las pasiones/emociones. Sin embargo, cada época histórica tiene su tono de vida, su temple de ánimo, su manejo emocional, su estilo afectivo. La distinción entre PP y PN es un error histórico y teórico. Histórico, porque nunca ha existido la urgencia de tal distinción artificial ni justificación razonable. Teórico, pues no se hallan motivos discursivos para argumentar tal diferenciación. Se van a mencionar tres aspectos de esta problemática separación.

El primero se centra en que la formación general

de los psicólogos es una clamorosa ignorancia de formación histórica de larga duración. Según Braudel (1958/2002): “El tiempo de corta duración es la más caprichosa y engañosa de las duraciones” (p. 151). Esto es lo que acontece con los favorecedores irreflexivos de una PP sin deliberación. Es, por tanto, un despiste histórico y un grave error de configuración del pasado del conocimiento psicológico.

En el interesante trabajo *Manifiesto por la historia*, Guldi y Armitage (2014/2016) afirman: “Un fantasma recorre nuestra época: el fantasma del corto plazo” (p. 13). Los mismos espíritus hacen que el estudio de la historia de la psicología esté miope. Resulta un error el escrupuloso purismo disciplinar, al limitar los antecedentes de la psicología a los aportes realizados a partir del renacimiento. Crea más problemas de las soluciones que aporta. Un ejemplo de esto es la ingente cantidad de trabajos publicados, cansinamente repetitivos, acerca de la historia de la PP; dando como producto no más que una repetición de los mismos conceptos, en orden diferente.

Como escribiría Braudel (1966/1976): “Esta masa de publicaciones abrumba al investigador como una lluvia de ceniza” (p. 13). Es precisamente esta “lluvia de ceniza” la que obnubila la mente de los adictos al discurso filosófico de las emociones positivas. No van más allá de una palabrería redundante, incierta y embarullada. Es como si el discurso acerca de la psicología de la felicidad estuviese lleno de términos “sofisticados, áridos y alejados de la vivencia cotidiana” (Rojas, 2014; p.67).

El segundo es como si para la denominada PN el ser humano fuese un manojo de problemas irresolubles. Tener en cuenta los malestares del proceso de existir de las personas no es psicología negativa. Es sencillamente algo normal de la tarea de vivir, que hay que tratar de comprender para superar. Es como si la PN se centrara única y exclusivamente en el lado perverso y enfermizo del ser humano. Solo mentes epistemológicamente perversas y muy tergiversadas científicamente pueden llegar a pensar esto. Para la PP los inconvenientes del pro-

ceso de vivir se solucionan, tal vez ingenuamente, con pócimas mágicas de un optimismo irracional y una felicidad obsesiva. Realmente se trata de un narcisismo académico, soberbia disciplinar y una egolatría teórica.

La dicotómica entre PN o PP se enmarca en un grave error conceptual acerca de las emociones y del ser humano como una totalidad. Es necesario ir más allá de la falsa separación exclusivista entre emoción positiva-emoción negativa. Pues, también hay que considerar emociones mixtas o mezcladas. Por ejemplo, feliz/triste, miedo/confianza, tristeza/alegría, y positivo/negativo. La revista *Emotion Review* (2017) dedica un número especial al tema de *Mixed emotions*. Pues, como bien reconoce Watson (2000): “La mayoría de la experiencia diaria consiste en estados afectivos mixtos que reflejan combinaciones complejas de las emociones básicas. En otras palabras, los estados emocionales puros son muy raros en la vida cotidiana normal” (p. 11).

La idea de una vida exenta de emociones negativas resulta un sinsentido. En términos académicos, autores clásicos como Dewey (1967) señalaban que todas las emociones contaban con funciones para la vida independientemente de si las personas las catalogan como positivas o negativas. El mismo Aristóteles (2000) indicó que la ausencia de lo que hoy en día se podría catalogar como una emoción negativa, por ejemplo, la cólera, en ciertas circunstancias merece ser criticado.

En términos prácticos, el sinsentido de buscar una vida exenta de emociones negativas se revela cuando se demuestra la necesidad de lo negativo para la existencia de lo positivo. A partir del siguiente acertijo se deja ver que una vida libre de tristeza es una vida carente de felicidad: si el único color capaz de ser percibido por el humano fuese el azul, ¿existiría la palabra azul? La respuesta es no, pues ni siquiera existiría la necesidad del concepto color al no haber colores para comparar. Del mismo modo, si todos los humanos fuesen caribeños, no tendría sentido emplear la palabra caribeño. Son necesarias las emociones negativas para experimentar las

positivas, no tiene sentido concebir al humano sin alguna de éstas.

Y, por último, el tercer aspecto a reconocer es que resulta necesario admitir una carencia en la formación histórica crítica en los libros de texto de psicología, en general, y de la PP, en particular. Muchos profesionales que se adhieren a este paradigma suponen que es algo original, innovador y novedoso cuando existe una larga historia de autores que se han centrado en problema de la emoción, desde la filosofía como Aristóteles, Descartes y Hume, desde la biología como Darwin y Canon y desde la psicología como Wundt, James y Dewey (v.g. Calhoun y Solomon, 1984; Wundt, 1907).

Esto establece perniciosas modas de publicar. En demasiadas ocasiones, tal vez no se publique porque se tenga algo que argumentar y comunicar, sino sencillamente para conseguir factor de impacto con el objetivo de satisfacer una irracional burocracia académica (Fernández-Ríos, 2022). Les iría mucho mejor si leyeran más de historia, y escribieran menos trabajos acerca de la PP. Probablemente, esto se deba a las inexactitudes de los libros de texto. Como señala Kuhn (1962/2006):

Los libros de texto comienzan truncando el sentido histórico que tiene el científico de su propia disciplina, procediendo a continuación a ofrecer un sucedáneo de aquello que ha eliminado... No obstante, la tradición derivada de los libros de texto de la que los científicos llegan a sentirse partícipes nunca ha existido (p. 249).

Crítica de la historia de las emociones/ pasiones positivas

Es necesario revertir una perspectiva miope y cortoplacista de la historia de la PP. Resulta pertinente adoptar una historia de las emociones desde que existen documentos escritos en la historia cultural de la humanidad. El papel de las emociones en la historia de la cultura ya está hecho, escrito y publicado. Lo que no está es escudriñado ni incardinado dentro del sospechoso discurso de los psicólogos

positivos. Las culturas orientales y occidentales tienen elementos positivos en sus cosmovisiones, que ya incluyen la PP. Un caso de estos se identifica al estudiar la relación conceptual entre emoción/pasión, aunque pueda llegar a ser históricamente controvertida e incongruente. ¿Tiene sentido tal diferenciación? Para algunos autores como Kant (1800/2009), sí. Sin embargo, en el presente trabajo se van a considerar los dos conceptos como equivalentes. Por su parte, Hobbes (1651/1987) y Spinoza (1677/2000) hablan de pasiones/afectos positivos (por ejemplo, amor, agradable, deleite, esperanza, valor, benevolencia, magnanimidad, amabilidad, curiosidad, admiración, entusiasmo, gratitud, humildad, arrepentimiento, etcétera) y negativos (por ejemplo, odio, desprecio, desagradable, ofensa, temor, desesperación, codicia, ambición, desaliento, envidia, tristeza, ira, etcétera).

Hoy en día se deberían poder utilizar indistintamente los conceptos de emoción y pasión (Valle-rand, 2015), de forma similar a como se encuentra en diferentes trabajos de investigación que se publican en forma de libros (v.g. Broomhall et al., 2019; Dixon, 2003; Frevert, 2011; Plamper, 2012/2015; Rosenwein, 2016) y artículos de revistas (v.g. Febvre, 1941; Lutz y White, 1986; Stearns y Stearns, 1985) acerca de la relevancia de las emociones en la historia y de la historia de las emociones. Además, también es pertinente mencionar la revista *Emotions: History, Culture, Society*. En español el lector interesado dispone de los sugerentes trabajos coordinados por Calhoun y Solomon (1984), por Díaz-Freire (2015) y por Rodríguez-López (2014).

Existe una relatividad tanto en el significado de las emociones, como en la investigación en PP. Para fines del presente trabajo, se acepta considerar la emoción como interacción simbólica, culturalmente condicionada y socio-materialmente delimitada y constreñida. Lo psicobiológico/neurobiológico no determinan el significado de la conducta, la emoción y la felicidad. Las personas aprenden a vivir en entornos emocionales simbólicos. La interpretación y comprensión de la vida de cada individuo es situacional, con sus relaciones de poder,

imperativos culturales y coerciones institucionales. La intersubjetividad cultural y material construye y obliga la expresión de las emociones, así como su interpretación.

En psicología, los contenidos extensivos asociados a lo que hace feliz a una persona en particular, dependen de su historia de vida, porque no es posible encontrar leyes que describan regularidades singulares al respecto. Lo que para una persona puede generar sensaciones de felicidad para otra no, y a pesar de que un evento pueda estar relacionado con sensaciones agradables para un grupo de personas, las historias de vida y los significados para dicho evento variará de persona a persona. Empero, esto se limita a un análisis de contenido o extensivo y no abstracto.

Crítica lingüística: relativismo lingüístico y Psicología positiva

Es empíricamente imposible una PP universal válida para toda cultura, ideología y sistema de creencias. Por tanto, se impone un relativismo cultural, hermenéutico y epistemológico. Tener y vivir en una cosmovisión cultural implica pensar, valorar, y hacer las cosas de una forma real y concreta. Diferentes lenguajes implican desiguales procesos de pensamiento. El lenguaje es una guía simbólica de una cultura. Los mundos de la vida en que diferentes personas viven conllevan contextos lingüísticos distintos (Athanasopoulos et al., 2016; Boroditsky, 2011, 2022; Sapir, 1929; Whorf, 1956). De alguna forma, las diferencias entre lenguajes afectan, pero no determinan, la cognición humana (Everett, 2013). El lenguaje ayuda a guiar la atención, el pensamiento, la acción y las expectativas de futuro. El nicho lingüístico de las narrativas de las emociones positivas es algo particular y concreto. El lenguaje actúa como un instrumento de clasificación dirigido y dictado por necesidades, que varían de acuerdo con las diferentes condiciones de la vida práctica en su cultura (Lupyan y Dale, 2016).

Parece haber un “renacimiento neo-whorfiano” (Leavitt, 2015), que se manifiesta en cómo la conducta humana está guiada por el procesamiento

lingüístico, que está constreñido por el contexto cultural del hablante (Robinson y Altarriba, 2015). Incluye, asimismo, la relevancia de los marcos y guiones culturales en la difícil traducción e interpretación cultural. Desde la perspectiva etnopragmática se estudian las prácticas del habla en términos de valores sociales y culturales. El objetivo es comprender la mente de los habitantes de una cultura a través del lenguaje. Los guiones culturales son representaciones de normas grupales reflejadas en el lenguaje, ampliamente sostenidas en una sociedad dada (Goddard y Ye, 2015; Wierzbicka, 2015).

Para ser justos, el lector debe tener siempre presente las críticas a la hipótesis de la relatividad lingüística (véase Pinker, 1994/2012). De todas formas, el sistema cultural conlleva e implica un sistema de pensamiento (Kitayama et al., 2020; Nisbett et al., 2008), y, por tanto, de felicidad.

El lenguaje que utiliza la PP entremezcla términos tomados de la sociología, la economía, entre otros. Viene a ser algo así como el efecto “vecindario” (Labov, 2001; p. 259) sobre el discurso de la PP. La “centralidad expandida” a través de las redes sociales y publicaciones académicas del discurso de la PP se entrelaza con un discurso de las narraciones positivas. Se establece así un discurso socialmente motivado que siempre está modificándose. Es el “principio de inconformidad” y el “principio de inconformidad constructiva” aplicado al cambio científico, que trata de reforzar, imponer nuevos discursos socialmente establecidos y, a poder ser, de una forma generalizada.

Estos cambios en el discurso buscan favorecer “actos de identidad” (Labov, 2010; p. 193) disciplinar. Pues, en última instancia, “el pensamiento mismo está en una lengua” (Whorf, 1956; p. 252). A través del lenguaje, los seres humanos segmentan la realidad para ordenarla y comprenderla mejor. A fin de cuentas, el mundo de la vida de los sujetos está institucionalizado. Esto significa que tiene que ser organizado en sus “mentes por los sistemas lingüísticos” (Whorf, 1956; p. 213). Esta temática forma

parte de la clásica relación entre lenguaje y pensamiento. Cuestión demasiado compleja, que va más allá de los límites del presente trabajo. Como escribe Vygotsky (1934/1993): “El pensamiento se reestructura y se modifica al transformarse en lenguaje. El pensamiento no se expresa en la palabra, sino que se realiza en ella” (p. 297).

Crítica multiparadigmática de la Psicología positiva

Se puede hablar de una PP intrínsecamente conectada con otras disciplinas, más que de un campo multiparadigmático. No existe una única PP sino muchas y muy diferenciadas. Toma conceptos prestados de muy diversas disciplinas. Por ejemplo, la pedagogía, la historia, la antropología, la antropología, la literatura, la sociología, la religión, la economía, la filosofía, la lingüística, etcétera. Para los objetivos del presente trabajo se puede considerar el enfoque de la positividad psicológica desde diferentes perspectivas a continuación descritas:

1. La PP como cosmovisión. Todo sistema cultural es la cosmovisión de las personas que la poseen, la creen, la defienden, la perciben como base reguladora de su proceso de su vivir. Viene a ser algo acomodaticio a cada nicho ecológico cultural. No se percibe como algo opresor, ni reductor de libertades, sino como una base lingüística que establece los fundamentos para existir-en-su-mundo. La cosmovisión es una forma de representar de forma ordenada, significativa y controlable el ciclo vital del ser humano. Es lo que la gente percibe, siente, se imagina, y espera. Incluye ideas, creencias, valores. Contextualiza ideologías, prácticas individuales y sociales, estrategias de solución de conflictos y superación de problemas y adversidades, y recursos para construir significados. La cosmovisión de la felicidad se fundamenta en una “disposición de ánimo” (Scheler, 1913/2001), o en el “temple de ánimo” (Heidegger, 1929-1930/1983/2007) como un estilo-de-ser-del-ser-humano-en-el-mundo.

2. La PP como psicología o filosofía de la virtud. Se trata de considerar el conocimiento de la PP como una psicología, pedagogía o filosofía de la virtud. Buen ejemplo de esta perspectiva se halla en que las fortalezas que menciona Peterson y Seligman (2004) son muy similares, por ejemplo, a las “virtudes” mencionadas por Franklin (1791/2010). De hecho, considerando las fortalezas psicológicas como virtudes éstas ya se encuentran en sobre Los deberes de Cicerón (2014) y en la Suma de teología de Santo Tomás (2001). Descartes (1649/1997) admite que para que el “alma” esté contenta, es decir, en una situación de emoción positivas, “sólo tiene que seguir exactamente la virtud” (p. 221). Se aprendería lo mismo leyendo la Ética de Scheler (1913/2001) o de von Hartman (1926/2011) que leyendo sobre PP.

La relación entre “fortalezas” y “virtudes” se acepta con toda normalidad (Kristjánsson, 2018). Una buena muestra de esto es el número monográfico de la revista *The Journal of Positive Psychology* (2019) acerca de *Emerging directions in the positive psychology of strengths and virtues*. La pedagogía del carácter virtuoso (Narvaez y Snow, 2019) y del empoderamiento (Inglehart, 2018; Welzel, 2013) se pueden considerar como una extensión de esta línea argumental.

3. La PP como una versión amplificada de la psicología humanista y de creencias relacionadas con la religión y espiritualidad. La psicología humanista forma parte de la cosmovisión de creencias o mecanismos psicológicos para crear positividad en las personas. La religión se conceptúa aquí como las creencias en una entidad sobrenatural, que reclama y exige unos rituales y estilos de comportamiento. Para la psicología, la

psiquiatría, la antropología, la sociología y la filosofía los estilos de vida religiosos son, en ocasiones, útiles para la superación de adversidades y la creación de recursos psicológicos positivos y esperanzadores. Constituye, por tanto, en estos casos una estrategia de afrontamiento de problemas existenciales (Pargament, 2013). Esta idea se puede hallar, por ejemplo, en *De utilitate credendi* o *De la utilidad de creer* de San Agustín (1975). Un ejemplo de la relevancia de la religión en la PP es el número monográfico de *The Journal of Positive Psychology* (1917) acerca de *Christian Positive Psychology*.

Crítica de la búsqueda obsesiva por la felicidad o la industria de la psicología positiva

Buscar la felicidad desesperadamente puede hacer a los seres humanos completamente infelices y desgraciados. Toda persona sabe lo que le viene encima cuando se implica obsesivamente en el negocio de la caza de la felicidad. Tal vez la lucha irracional por ella tenga tantos costes como beneficios (Diener et al., 1991).

Además, en ciertas ocasiones puede producir consecuencias interpersonales, cognitivas y motivacionales no adaptativas (Forgas, 2014) o un incremento de la sintomatología depresiva bipolar (Ford et al., 2015). Decir que el ser humano prefiere la felicidad a la infelicidad es una “observación banal” (Bauman, 2008/2010; p. 236). Según Ford y Mauss (2014) investigaciones recientes sugieren que buscar y querer sentirse feliz puede conducir a resultados negativos: menos bienestar, peor salud psicológica y, paradójicamente, menos felicidad.

Los beneficios del optimismo, pesimismo y realismo varían de acuerdo con la persona. Las personas quieren la felicidad, pero tal vez no se deban dictar normas para llegar a ella a través de un camino prefijado. Pues, esforzarse obsesivamente para optimizarla puede terminar siendo algo “lamentable y poco envidiable” (Nietzsche, 1881/2000; p. 228).

Este intento obstinado por encontrar la felicidad y forzar la vida hacia el optimismo puede ser entendido como lo que actualmente se conoce como evitación experiencial (Hayes et al., 1996). Este patrón comportamental implica una propensión en las personas a centrar su actuar en el escape o evitación de experiencias, sensaciones o sentimientos desagradables.

Aunque a corto plazo esta estrategia pueda parecer útil, cuando la persona ocupa mucho de su tiempo intentando escapar de cosas de las que no se puede escapar, al tratarse de sensaciones, recuerdos o imágenes, termina afectando áreas valoradas de su vida. Finalmente, el malestar producido por la pérdida de lo valorado termina siendo aún peor que las sensaciones o experiencias de las que se intentaba escapar originalmente (Wilson y Luciano, 2002).

El optimismo ingenuo y la búsqueda obstinada de la felicidad podrían ser parte de un patrón de evitación experiencial en la medida en la que la persona invierta mucha parte de su vida intentando no salir de una zona segura de positividad en la que es menos probable que ocurran eventos adversos y, de esta forma, logre evitar sentir sensaciones o experiencias desagradables. A nivel práctico, ya se han documentado anteriormente los efectos de este tipo estrategias sesgadas hacia lo positivo. Hace algunas décadas, diversos autores llamaron la atención respecto de las consecuencias del “fetichismo” que la sociedad occidental había desarrollado hacia la autoestima (Ellis, 2005; Smith y Elliott, 2001).

En un mundo líquido y de una cultura regida por la ligereza, el proceso de vivir la vida de los individuos está caracterizada por la inestabilidad, entregada como está al cambio perpetuo, a lo efímero, al nomadismo. Se juega ingenua y falsamente con la simpleza del pensamiento dicotómico: PP o PN. La ciudadanía se halla inmersa en la constante intención de evitar todo lo relacionado con sensaciones desagradables. Se enfatiza el horror de la indeterminación, la levedad existencial, la anomia, la alienación, la soledad, la instrumentalización de los seres humanos como medios para otros fines.

Según Bauman (1993/2004; pp. 278-279) la “sabi-duría posmoderna” hace referencia a que la vida del ser humano está llena de problemas que no tienen soluciones adecuadas, de trayectorias existenciales torcidas muy difíciles enderezar, y, por supuesto, ambivalencias vitales crónicas dolorosas. Sin embargo, la definición de optimismo hecha por la PP resulta contraria a lo propuesto por este autor. Como señala Johnson-Laird (2006/2016), la búsqueda obsesiva de la felicidad “es una infección mental. Extiende el optimismo entre la población como una plaga feliz” (p. 165).

Tampoco se plantea que las categorías de optimismo-pesimismo sean algo dicotómico, como supone Hartmann (1884/2014), seguidor de A. Schopenhauer. Tal vez haya llegado el momento de poner en duda la dicotomía optimismo/pesimismo, y tomar conciencia de que hay muchos estados con mecanismos psicológicos mezclados. Ejemplos de ellos pueden ser el pesimismo defensivo, el realismo depresivo, lo positivo de lo negativo, o el optimismo no realista. Pero estas reflexiones son las que surgen de la anti-psicología positiva, y son algo desdeñable por la PP.

Crítica de la cognición epistémica neoliberal feliz o la Psicología positiva como mercancía

El neoliberalismo y la economía de libre mercado siguen condicionando las vidas y expectativas de las personas. Antes que conocimiento psicológico, la PP viene a ser una política de la felicidad. Como señala Lipovetsky (2006/2007): “Actualmente asistimos a la expansión del mercado del alma y su transformación, del equilibrio y la autoestima, mientras proliferan las farmacopeas de la felicidad” (p. 11). Oishi (2012) habla de “riqueza psicológica de las naciones”, bajo un supuesto evidente de que gente feliz construye una sociedad feliz. No obstante, este supuesto debe tomarse con cautela por su marcado reduccionismo psicológico (Durkheim, 1985). La riqueza psicológica de las naciones, o bienestar subjetivo de las naciones, incluye la incorporación completa de las investigaciones acerca

del bienestar y la felicidad. Otro tema diferente es si en realidad dichas publicaciones aportan realmente algo útil y práctico.

Resulta muy interesante leer lo trabajos que se extraen de la World Values Survey (<https://www.worldvaluessurvey.org>) acerca de sudamérica (Carballo, 2015). Tal vez la religión laica de la supuesta búsqueda científica de la felicidad intente sustituir el decline de las cosmovisiones religiosas. Pero esto no parece ser muy válido para los países latinoamericanos. Pues, como señala Inglehart (2021), muchos de ellos: “Han logrado algunas de las ventajas de la modernidad, manteniendo altos niveles de religiosidad que también pueden contribuir al bienestar subjetivo” (p. 138). Probablemente sea una buena oportunidad para redefinir lo que constituye una vida buena como problema sociopolítico, cultural y económico.

Se trata, de alguna forma, de buscar un nuevo posicionamiento en el que se enfatice la relación entre estilos culturales y felicidad, ya bien sea desde la perspectiva eudaimónica o hedónica. Se propone como perspectiva alternativa integradora el concepto de “riqueza psicológica” (Oishi y Westgate, 2022), que tampoco soluciona ningún problema científico, ni psicológico ni social. Según Graham (2011): “La definición de felicidad también parece variar entre personas y sociedades y, por lo tanto, ayuda a explicar la paradoja de campesinos felices y triunfadores frustrados” (p. 4).

Ni el neoliberalismo es siempre causa de infelicidad, ni va a solucionar el problema del significado de la vida humana. Se puede ser feliz en la miseria y desgraciado en medio de poder y dinero. Es lo que Graham (2011) denomina triunfadores frustrados. Altos niveles de ingresos no compran demasiada felicidad, con todo lo que implica la paradoja de Easterlin (Easterlin et al., 2010). Como ya reconocía Holbach (1776/2012): “La experiencia nos prueba desde siempre que los pueblos más ricos no son en absoluto los más felices: su opulencia los vuelve generalmente ambiciosos y arrogantes, suelen dictar leyes a los demás, su insolencia les acarrea numerosos enemigos” (p. 99).

A fin de cuentas, las políticas de la felicidad hacen énfasis en: relaciones próximas, actos de caridad, sentimientos y percepción de buena salud, sentimiento de transcendencia, capacidad de autoexpresión, democracia (calidad de gobierno) estable con gobiernos responsivos, efectivos y responsables, etcétera (Welzel, 2013). Pero esto no es más que poner en evidencia lo que algunos filósofos y teólogos han dicho hace siglos. Hay que dejar de idolatrar el self positivo con emociones positivas. El neoliberalismo feliz es, ante todo, una teoría estatal institucional de estilos políticos, culturales y económicos de comportarse para mejorar el bienestar de individuos, organizaciones, y la sociedad en general. Una cognición epistémica feliz configura un marco de referencia para el libre mercado y el hacerse a sí mismo feliz.

Cognición epistémica feliz es aquella que se dirige a la consecución de metas epistémicas de las emociones positivas, y conceptos relacionados (v. g. bienestar subjetivo, satisfacción vital) en un mundo neoliberal. Cuando dichos objetivos son conseguidos, se habla de productos epistémicos de la felicidad. Es como si los profesionales de la positividad y del coaching se dejasen guiar irracionalmente por las siguientes dos ideas. Una es la formulada por Leibniz (1710/2012), que reconoce que tal vez el ser humano se halle viviendo en “el más perfecto de todos los mundos factibles”, o “el mejor entre todos los mundos posibles” (p. 100). La otra es la establecida por Voltaire (1759/1985), cuando admite que “si aquí está el mejor de los mundos posible, ¿cómo son los demás?” (p. 75).

Existe una industria de la felicidad en el mundo académico, gobiernos y empresas. El arte de vivir clásico o técnica de vida es la expresión de una filosofía de la felicidad que se ha transformado en los últimos años, en la filosofía y práctica de la PP. Se consume terminología de la felicidad, como cualquier otra mercancía. Se busca una sociedad de la abundancia de bienes de consumo acerca de cómo ser feliz. El capitalismo emocional sensibiliza para que se compren libros de autoayuda, cómo ser feliz, y cómo desarrollar sus potencialidades. Existe, por

tanto, dentro de la cultura del capitalismo emocional un hiperconsumo de ideología de la felicidad.

El neoliberalismo político establece una estructura de los sentimientos, explotados en forma de discurso de la positividad. La narrativa de las emociones positivas se mercadea, vendiendo con ella una estética de la felicidad como ideología digna de mérito y fundamento empírico. Ideología que se manifiesta en forma de felicidad lingüística, a través de un discurso repetitivo y entretejido siempre de los mismos significados. El objetivo final del neoliberalismo del arte de la felicidad individualista es una cierta “coerción para buscar la felicidad” (Bauman, 2008/2009; p. 64).

Conclusiones

El objetivo de este trabajo se centró en realizar una crítica, mayormente a nivel de reflexión filosófica, sobre la PP, haciendo énfasis en los términos y dicotomías que emplea, así como en su desinterés por la historia del estudio de las emociones. Este último punto, ha llevado a que la PP sea propuesta como un aporte novedoso a pesar de que es relativamente sencillo encontrar autores que han publicado trabajos sobre las emociones a lo largo de la historia humana. La falta de una revisión de cómo se han ido empleando y refinando a través de la historia conceptos como emoción, pasión o sentimiento, podría ser un determinante en los errores que se cometen desde la PP al conceptualizar las emociones.

La división tajante entre PP y PN revela una forma incompleta de concebir al humano. Resulta un sinsentido la búsqueda obstinada de la felicidad pues, como se argumentó anteriormente, no puede haber emociones positivas sin las negativas. En todo caso, se debe recordar que a lo largo de la vida una persona presenta diferentes emociones, muchas veces mixtas, ante distintas circunstancias, en distintos niveles y momentos. Además, las emociones negativas juegan papeles importantes en las vidas de las personas y, aunque sea desagradable su experiencia, sus funciones y pertinencia dependerán de la circunstancia ante la que se presenten y del comportamiento del individuo que la experimente.

La PP, como toda práctica humana, se encuentra inmersa en un contexto social y se fundamenta en el lenguaje. Sus objetivos y estructura son guiados por el neoliberalismo como una forma de estudiar lo individual con fines de lograr cambios a nivel social. La felicidad se vende a los ciudadanos como una mercancía que subsana necesidades o problemáticas que tienen origen en lo económico y político; logrando así aislar a las personas de sus iguales y apaciguar las iniciativas comunitarias que pudieran buscar solventar el problema. Teniendo esto en consideración, aunque la PP se presente como solución para una demanda social, a nivel práctico nunca obtendrá resultados favorables pues su objetivo es de consumo a nivel individual.

Lo anterior podría parecer falaz cuando existen hallazgos que dicen lo contrario, pero hay que poner entre paréntesis los resultados de las publicaciones de las investigaciones en PP. Se utiliza una terminología a partir de la que es posible encontrar correlaciones entre múltiples variables debido a que los conceptos empleados son ambiguos. En su discurso existe demasiada “interacción por convergencia” (Perelman y Olbrechts-Tyteca, 1989/2006; p. 714), y “amplitud de la argumentación” (p. 718), lo que lo lleva a ser confuso y engañoso. La PP tendría que buscar mayor claridad conceptual, pues mayor

“precisión o exactitud” favorecería su “contrastabilidad o criticabilidad” (Popper, 1974/1977; p. 33). En adición, como escribe Popper (1935/1980), se debe buscar la “sencillez” teórica, pues, es necesario “valorar más los enunciados sencillos que los menos sencillos, porque nos dicen más, porque su contenido empírico es mayor y porque son mejor contrastables” (p. 134).

Existe demasiada incertidumbre teórica en el discurso de la PP. Hay demasiados paradigmas, que crean excesiva confusión conceptual. Los profesionales ortodoxos se apegan y adhieren exclusivamente a la corriente principal. Ya Galeno (2003) reconocía el problema de la patología científica en la adherencia a un único modelo. Es una patología de la epistemología del vicio de creer ciegamente en una perspectiva intelectual única y exclusiva acerca de la sobrevaloración obsesiva de las emociones positivas. Llega a escribir Galeno (2003):

Un mal tan difícil de erradicar es la rivalidad entre las escuelas, difícil de borrar en grado sumo y más difícil de curar que cualquier sarna... Así los que son esclavos de las sectas no solo no saben nada sensato, sino que persisten en no aprender (p. 45).

Referencias

1. Aristóteles. (2000) *Ética Nicómaco* (Traducción de J. Pallí Bonet). Madrid: Gredos.
2. Athanasopoulos, P., Bylund, E. y Casasanto, D. (2016). Introduction to the Special Issue: New and Interdisciplinary Approaches to Linguistic Relativity (Special issue). *Language Learning: A Journal of Research in Language Studies*, 66(3), 482-486.
3. Bauman, Z. (1993/2004). *Ética posmoderna*. Buenos Aires: Siglo XXI.
4. Bauman, Z. (2008/2009). *El arte de la vida*. Barcelona: Paidós.
5. Bauman, Z. (2008/2010). *Mundo consumo. Ética del individuo en la aldea global*. Barcelona: Paidós.
6. Boroditsky, L. (2011). How language shapes thought. *Scientific American*, 304(2), 62-65.
7. Boroditsky, L. (2022). 7,000 universes: How the languages we speak shape the way we think. London: William Heinemann.
8. Braudel, F. (1958/2002). La larga duración. En F. Braudel (Ed.), *Ambiciones de la historia* (pp. 147-177). Barcelona: Crítica.
9. Braudel, F. (1966/1976). *El Mediterráneo y el mundo mediterráneo en la época de Felipe II* (Vol. I). México, DF: Fondo de Cultura Económica.
10. Broomhall, S., Davidson, J. W. y Lynch, A. (General-Editors) (2019). *A cultural history of the emotions* (Vols. 1-6). UK: Bloomsbury Academic.
11. Cabanas, E. y Illouz, E. (2018/2019). *Happycracia*. Madrid: Paidós.
12. Calhoun, C. y Solomon, R. (1984). ¿Qué es una emoción? *Lecturas clásicas de psicología filosófica*. México: Fondo de Cultura Económica.
13. Carballo, M. (2015). *La felicidad de las naciones. Claves para un mundo mejor*. Buenos Aires: Randon House Mondadori.
14. Cicerón, M.T. (2014). *Los deberes*. Madrid: Gredos.
15. Dalrymple, T. (2010/2016). *Sentimentalismo tóxico*. Madrid: Alianza.
16. Descartes, R. (1649/1997). *Las pasiones del alma*. Ma-

- drid: Tecnos.
17. Dewey, J. (1967). *The Early Works of John Dewey, Volume 2, 1882-1898: Psychology, 1887*. Carbondale, IL: Southern Illinois University Press.
 18. Díaz-Freire, J.J. (2015) (Ed.) *Dosier: Emociones e historia*. Ayer, 98(2), 13-20.
 19. Diener, E., Colvin, C.R., Pavot, W.G., y Allman, A. (1991). The psychic costs of intense positive affect. *Journal of Personality & Social Psychology*, 61(3), 492-503.
 20. Dixon, Th. (2003). *From passions to emotions: The creation of a secular psychological category*. UK: Cambridge University Press.
 21. Dukes, D., Abramamas, K., Adolphs, R., Ahmed, M.E., Beaty, A., Berridge, K.C., et al.
 22. (2021). The rise of affectivism. *Nature Human Behaviour*, 5(7), 816-820.
 23. Durkheim, E. (1985). *Las reglas del método sociológico* (Vol. 86). Madrid: Ediciones Akal.
 24. Easterlin, R.A., McVey, L.A., Switek, M., Sawangfa, O. y Zweig, J. S. (2010). The happiness-income paradox revisited. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 107(52), 22463-22468.
 25. Ellis, A. (2005). *The myth of self-esteem: How rational emotive behavior therapy can change your life forever*. Amherst, NY: Prometheus Books.
 26. Everett, C. (2013). *Linguistic relativity: Evidence across languages and cognitive domains*. Berlin: De Gruyter Mouton.
 27. Febvre, L. (1941). La sensibilité et l'histoire. Comment reconstituer la vie affective d'autrefois? *Annales D'Histoire Sociale*, 3(1-2), 5-20.
 28. Fernández Ríos, L. (2008). Una revisión crítica de la psicología positiva: historia y concepto. *Revista Colombiana de Psicología*, 17, 161-176.
 29. Fernández-Ríos, L. (2018). Nuevo enfoque crítico de la Psicología Positiva: la perspectiva de P. Bourdieu. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 10(3), 37 páginas electrónicas.
 30. Fernández-Ríos, L. (2020). Prólogo: De la felicidad lingüística al juego de conceptos. En J.A. Piña (Autor), *Anti-psicología positiva: Ensayos desde la psicología conductual* (pp. 4-32). México: UNAM/Editorial LEED.
 31. Fernández-Ríos, L. (2022). *Vida psíquica del factor de impacto: obsesión institucional por publicar*. Sevilla: Aula Magna/McGraw Hill.
 32. Fernández-Ríos, L. y Cornes, J. M. (2003). Invulnerabilidad una revisión histórico-crítica. *Revista de Psiquiatría de la Facultad de Medicina de Barcelona*, 30(1), 18-33.
 33. Fernández-Ríos, L. y Novo, M. (2012). Positive psychology: Zeitgeist (or spirit of the times) or ignorance (or disinformation) of history? *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 12(2), 333-344.
 34. Fernández-Ríos, L. y Vilariño, M. (2016). Mitos de la psicología positiva: Maniobras engañosas y pseudociencia. *Papeles del Psicólogo*, 37(2), 134-142.
 35. Feyerabend, P. (1978/1982). *La ciencia en una sociedad libre*. Madrid: Siglo XXI.
 36. Ford, B.Q., Mauss, I.B., y Gruber, J. (2015). Valuing happiness is associated with bipolar disorder. *Emotion*, 15(2), 211-222.
 37. Ford, B.Q., y Mauss, I.B. (2014). The paradoxical effects of pursuing positive emotion: When and why wanting to feel happy backfires. En J. Gruber y J. Moskowitz (Eds.), *The dark and light sides of positive emotion* (pp. 363-381). New York, NY: Oxford University Press.
 38. Forgas, J.P. (2014). On the downside of feeling good. Evidence for the motivational, cognitive and behavioral disadvantages of positive affect. En J. Gruber y J.T. Moskowitz (Eds.), *Positive emotion: Integrating the light sides and dark sides* (pp. 301-322). New York, NY: Oxford University Press.
 39. Franklin, B. (1791/2010). *Autobiografía*. Sevilla: Mono Azul Editora.
 40. Frevert, U. (2011). *Emotions in history: Lost and found*. Budapest: Central European University Press.
 41. Galeno (2003). *Sobre las facultades naturales*. Madrid: Gredos.
 42. Garassini, M.E., Castro, A., Daset, L., Ibáñez, C., Ortega, A., Vinaccia, S., et al. (2022). Positive psychology in South America. En E. C. Chang, C. Downey, H. Yang, I. Zettler y M. Muyan-Yılık (Eds.), *The international handbook of positive psychology* (pp. 75-132). Cham, Switzerland: Springer.
 43. Goddard, C. y Ye, Z. (2015). Ethnopragmatics. En F. Sharifian (ed.), *The Routledge handbook of language and culture* (pp. 66-83). New York: Routledge.
 44. Graham, C. (2011). *The pursuit happiness. An economy of well-being*. Washington, DC: Brookings Institution Press.
 45. Guldi, J. y Armitage, D. (2014/2016). *Manifiesto por la historia*. Madrid: Alianza.
 46. Hartmann, E. (1884/2014). *Philosophy of the unconscious*. London: Taylor and Francis
 47. Hayes, S.C., Wilson, K.G., Gifford, E.V., Follette, V.M., y Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152-1168.
 48. Heidegger, M. (1929-1930-1983/1983/2007). *Los conceptos fundamentales de la metafísica: mundo, finitud, soledad*. Madrid: Alianza.
 49. Hobbes, Th. (1651/1987). *Leviatán*. México: Fondo de Cultura Económica.
 50. Holbach, P.H.T. Barón de (1776/2012). *Etocracia. El gobierno fundado en la moral*. Pamplona: Laetoli.
 51. Inglehart, R.F. (2018). *Cultural evolution people's motivations are changing and reshaping the world*. New York, NY: Cambridge University Press.
 52. Inglehart, R.F. (2021). *Religion's sudden decline. What's causing it, and what comes next?* New York, NY: Oxford University Press.
 53. Johnson-Laird, P. (2006/2016). *Cómo razonamos*. Madrid: Machado Grupo de Distribución.
 54. Kant, I. (1800/2009). *Antropología en sentido práctico*. Buenos Aires: Losada.
 55. Khun, T. (1962/2006). *La estructura de la revoluciones científicas*. México, DF: Fondo de Cultura Económica.
 56. Kitayama, S., Berg, M.K. y Chopik, W.J. (2020). Culture and well-being in late adulthood: Theory and evidence. *American Psychologist*, 75(4), 567-576.

57. Kristjánsson, K. (2018). *Virtuous emotions*. Oxford, UK: Oxford University Press.
58. Labov, W. (2001). *Principles of linguistic change (Vol. 2): Social factors*. Malden, MA: Wiley-Blackwell.
59. Labov, W. (2010). *Principles of linguistic change (Vol. 3): Cognitive and cultural factors*. Malden, MA: Wiley-Blackwell.
60. Leavitt, J. (2015). Ethnosemantics. En F. Sharifian (Ed.), *The Routledge handbook of language and culture* (pp. 51-65). London, UK: Routledge.
61. Leibniz, G.W. (1710/2012). *Ensayos de teodicea. Sobre la bondad de Dios, la libertad del hombre y el origen del mal*. Granada: Comares.
62. Lipovetsky, G. (2006/2007). *La felicidad paradójica. Ensayo sobre la sociedad de hiperconsumo*. Barcelona: Anagrama.
63. Lupyan, G. y Dale, R.A.C. (2016). Why are there different languages? The role of adaptation in linguistic diversity. *Trends in Cognitive Sciences*, 20, 649-660.
64. Lutz, C. y White, G.M. (1986). The anthropology of emotions. *Annual Review of Anthropology*, 15(1), 405-43.
65. Moyano Díaz, E. (2016). Trends and challenges for the research of happiness in Latin America. En M. Rojas (Ed.), *Handbook of happiness research in Latin America* (pp. 63-87). New York, NY: Springer.
66. Narvaez, D. y Snow, N.E. (Eds.) (2019). Introduction to self, motivation and virtue studies (Special issue). *Journal of Moral Education*, 41(1), 1-6.
67. Nietzsche, F. (1881/2000). *Aurora*. Madrid: Biblioteca Nueva.
68. Nisbett, R.E., Peng, K., Choi, I., y Norenzayan, A. (2008). Culture and systems of thought: Holistic versus analytic cognition. En J.E. Adler y L.J. Rips (Eds.), *Reasoning: Studies of human inference and its foundations* (pp. 956-985). New York, NY: Cambridge University Press.
69. Oishi, S. (2012). *The Psychological wealth of nations: Do happy people make a happy society?* Chichester, UK: John Wiley & Sons.
70. Oishi, S. y Westgate, E.C. (2022). A psychologically rich life: Beyond happiness and meaning. *Psychological Review* (Advance online publication).
71. Organización Mundial de la Salud (1948). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. Ginebra, Suiza: Autor.
72. Pargament, K.I. (Editor-in-Chief) (2013). *APA handbook of psychology, religion, and spirituality (Vols. 1-2)*. Washington, DC: American Psychological Association.
73. Paz, O. (1950/1992). *Laberinto de la soledad*. México, DF: Fondo de Cultura Económica.
74. Perelman, Ch. y Olbrechts-Tyteca, L. (1989/2006). *Tratado de la argumentación. La nueva retórica*. Madrid: Gredos.
75. Pérez-Álvarez, M., Sánchez-González, J.C. y Cabanas, E. (2018). *La vida real en tiempos de la felicidad. Crítica de la psicología (y la ideología) positiva*. Madrid: Alianza Editorial.
76. Peterson, C. y Seligman, M.E.P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York, NY: Oxford University Press.
77. Pinker, S. (1994/2012). *El instinto del lenguaje*. Madrid: Alianza Editorial
78. Piña, J.A. (2014). Psicología positiva: ¿Ciencia y práctica de la psicología? *Papeles del Psicólogo*, 35(2), 144-158.
79. Piña, J.A. (2020). *Anti-psicología positiva: Ensayos desde la psicología conductual*. México: UNAM/Editorial LEED.
80. Plamper, J. (2012/ 2015). *The history of emotions: An introduction*. Oxford, UK: Oxford University Press.
81. Popper, K. (1935/1980). *La lógica de la investigación científica*. Madrid: Tecnos.
82. Popper, K.R. (1974/1977). *Búsqueda sin término. Una autobiografía intelectual*. Madrid: Tecnos.
83. Reppold, C.T., Zanini, D.S., Campos, D.C., Faria, M.R., Faria, M.R.G.V. y Tocchetto, B.S. (2019). Felicidade como produto: Um olhar crítico sobre a ciência da psicologia positiva. *Avaliação Psicológica*, 18(4), 333-342.
84. Robinson, C.J. y Altarriba, J. (2015). Culture and language processing. En F. Sharifian (Ed.), *The Routledge handbook of language and culture* (pp. 240-252). New York: Routledge.
85. Rodríguez-López, C. (Ed.) (2014). *Dossier: Historia de las Emociones* Introducción. *Cuadernos de Historia Contemporánea*, 36, 11-16.
86. Rojas, M. (2014). *El estudio científico de la felicidad*. México: Fondo de Cultura Económica.
87. Rosenwein, B.H. (2016). *Generations of feeling: A history of emotions, 600-1700*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
88. San Agustín (1975). *De la utilidad de creer*. En San Agustín, *Obras apologéticas (Vol. IV)* (pp. 701-770). Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.
89. Santo Tomás (2001). *Suma de Teología*. Madrid: Biblioteca de Autores Cristianos.
90. Sapir, E. (1929). The status of linguistics as a science. *Language*, 5(4), 207-214.
91. Scheler, M. (1913/2001). *Ética. Nuevo ensayo de fundamentación de un personalismo ético*. Madrid: Caparrós Editores.
92. Seligman, M.E.P. (2008). Positive health. *Applied psychology: An International Review*, 57(1), 3-18.
93. Smith, L.L. y Elliott, C.H. (2001). *Hollow kids: Recapturing the soul of a generation lost to the self-esteem myth*. Barcelona: Forum.
94. Spinoza, B. (1677/2000). *Ética demostrada según el orden geométrico*. Madrid: Trotta.
95. Stearns, P.N. y Stearns, C.Z. (1985). Emotionology: Clarifying the History of Emotions and Emotional Standards. *The American Historical Review*, 90(4), 813-836.
96. Tarragona, M. (2022). Positive psychology in Mexico and Central America. En E.C. Chang, C. Downey, H. Yang, I. Zettler, M y Muyan-Yılık (Eds.), *The international handbook of positive psychology* (pp. 49-74). Cham, Switzerland: Springer.
97. Vallerand, R.J. (2015). *The psychology of passion*. New York, NY: Oxford University Press.
98. Voltaire (1759/1985). *Cándido*. Madrid: Cátedra.
99. Vygotsky, L.S. (1993). *Pensamiento y lenguaje*. En L.S. Vygotsky, *Obras Escogidas (Vol. 2)* (pp. 9-348). Buenos Aires: Visor Libros.
100. Watson, D. (2000). *Mood and temperament*. New

- York, NY: Guilford Press.
101. Welzel, Ch. (2013). *Freedom rising*. New York, NY: Cambridge University Press.
 102. Whorf, B.L. (1956). *Language, thought and reality*. Cambridge, MA: MIT Press.
 103. Wierzbicka, A. (2015). Language and cultural scripts. En F. Sharifian (Ed.), *The Routledge handbook of language and culture* (pp. 339-356). New York, NY: Routledge.
 104. Wilson, K.G. y Luciano, M.C. (2002) *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT): un tratamiento conductual orientado a los valores*. Madrid: Pirámide.
 105. Wundt, W. (1907). *Outlines of psychology*. London: Wilhelm Engelmann.

