



Archivos Venezolanos de Farmacología y
Terapéutica
ISSN: 0798-0264
revista.avft@gmail.com
Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y
Terapéutica
Venezuela

Fortalezas de carácter según género en personas de salinas de Guardas: perspectiva de intervención desde el Modelo PERMA a la economía solidaria

Cabrera-Gómez, Claudia Carolina; Rengifo-Rengifo, Laurin; Suárez Hernández, Javier Mauricio; Rivera-Porras, Diego; Carrillo-Sierra, Sandra-Milena

Fortalezas de carácter según género en personas de salinas de Guardas: perspectiva de intervención desde el Modelo PERMA a la economía solidaria

Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, vol. 39, núm. 2, 2020

Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica, Venezuela

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55969799015>

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4068612>

Derechos reservados. Queda prohibida la reproducción total o parcial de todo el material contenido en la revista sin el consentimiento por escrito del editor en jefe.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-SinDerivar 4.0 Internacional.

Fortalezas de carácter según género en personas de salinas de Guardas: perspectiva de intervención desde el Modelo PERMA a la economía solidaria

Strengths of character according to gender in people from Salinas de Guardas: Intervention perspective from the PERMA Model to the solidarity economy

Claudia Carolina Cabrera-Gómez
Universidad Mariana, Colombia
 clacabrera@umariana.edu.co

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4068612>
 Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=55969799015>

 <https://orcid.org/0000-0002-2845-9994>

Laurin Rengifo-Rengifo
Universidad Mariana, Colombia
 <https://orcid.org/0000-0003-1279-5165>

Javier Mauricio Suárez Hernández
Universidad Mariana, Colombia

Diego Rivera-Porras
Universidad Simón Bolívar, Colombia
 <https://orcid.org/0000-0003-2169-3208>

Sandra-Milena Carrillo-Sierra
Universidad Simón Bolívar, Colombia
 <https://orcid.org/0000-0001-9848-2367>

Recepción: 07 Febrero 2020
 Aprobación: 02 Marzo 2020

RESUMEN:

Las fortalezas del carácter son características relativamente estables que se pueden manifestar a través de comportamientos, pensamientos o sentimientos y son la vía mediante la cual se puede llegar a una virtud tal y como lo plantea el modelo Values in Action (VIA). [a2] Objetivo: Determinar las fortalezas de carácter representativas de las personas de Salinas de Guaranda, Ecuador. Materiales y métodos: Estudio cuantitativo descriptivo, transversal en una muestra de personas de Salinas de Guaranda de 370 personas, 162 hombres y 208 mujeres entre 15 y 65 años de edad. La recolección de la información se realizó mediante el cuestionario VIA de fortalezas, con previa autorización de uso y adaptación cultura, fiabilidad de la prueba en coherencia con la prueba original alfa de 966 Alfa de Cronbach, cuestionario VIA de fortalezas de carácter de 120 ítems. En cuanto al procesamiento de los datos se realizó análisis descriptivos y análisis de diferencias estadísticas significativas con el test no paramétrico de la U de Mann-Whitney en apoyo de SPSS 23. Resultados: Las fortalezas de carácter representativas con la puntuación más alta fue la esperanza, seguida de gratitud y en puntuaciones que le siguen están trabajo en equipo, curiosidad, justicia, honestidad, perseverancia, amabilidad, espiritualidad y ánimo. Conclusiones: las fortalezas halladas en la población ecuatoriana de Salinas de Guardas son predictores de conductas sustentables, además de favorecer la satisfacción con la vida y el compromiso vital. La gratitud es la fortaleza que moviliza acciones de reciprocidad, acciones pro-sociales que presentan diferencias significativas entre mujeres frente a los hombres evaluados en el presente estudio.

PALABRAS CLAVE: Fortalezas, VIA-IS, psicología positiva, recursos psicológicos, economía solidaria.

ABSTRACT:

NOTAS DE AUTOR

clacabrera@umariana.edu.co

Strengths of character are relatively stable characteristics that can be manifested through behaviors, thoughts or feelings and are the way through which a virtue can be reached, as proposed by the Values in Action (VIA) model. Objective: To determine the representative strengths of the people of Salinas de Guaranda, Ecuador. Materials and methods: Descriptive, cross-sectional quantitative study in a sample of 370 people from Salinas de Guaranda, 162 men and 208 women, between 15 and 65 years old. The information was collected using the VIA strengths questionnaire, with prior authorization for use and cultural adaptation, reliability of the test in coherence with the original alpha test of 966, Cronbach's Alpha, VIA questionnaire of character strengths of 120 items. Regarding data processing, descriptive analysis and analysis of significant statistical differences were performed with the non-parametric test of the Mann-Whitney U in support of SPSS 23. Results: The representative character strengths with the highest score were hope, followed by gratitude and in scores that follow are teamwork, curiosity, justice, honesty, perseverance, kindness, spirituality and encouragement. Conclusions: the strengths found in the Ecuadorian population of Salinas de Guardas are predictors of sustainable behaviors, as well as favoring life satisfaction and vital commitment. Gratitude is the strength that mobilizes actions of reciprocity, pro-social actions which presents significant differences between women compared to the men evaluated in this study.

KEYWORDS: Strengths, VIA-IS, positive psychology, psychological resources, solidarity economy, gender.

INTRODUCCIÓN

Comentario: Sugiero colocar una introducción general al tema y luego ir a los conceptos!!

Es importante primero diferenciar entre capacidades y fortalezas, de acuerdo Seligman ⁽¹⁾, las capacidades son más innatas; suelen hacer referencia de forma más concreta a las habilidades que a la persona le permiten desempeñar tareas o acciones por sí misma aunque tenga que contar con apoyos diversos. Se tiene o no se tiene y tienen que ver con el talento en la música, el teatro, las artes, la ingeniería, etc; como quien nace con una voz propicia para el canto. Las fortalezas en cambio, son rasgos morales que pueden forjarse, echar raíces y Florecer. Suelen hacer referencia a los aspectos generales y positivos de cada persona. Pueden estar relacionadas con su aspecto físico, con su personalidad, con sus habilidades o con su papel hacia los demás. Siendo las fortalezas rasgos morales es posible trabajarlos, son cuestión de voluntad, de toma de decisiones. Desarrollar las Fortalezas y emplearlas en la vida diaria es más bien una cuestión de tomar decisiones. Las fortalezas, además son las vías del bienestar que Martin Seligman, considerado el principal fundador y padre de la Psicología Positiva ⁽¹⁾ clasificó como PERMA, siglas en inglés que definen: Emociones positivas (Positive emotions), compromiso (Engagement), Relaciones (Relationships), Propósito (Meaning) y Logro (Accomplishment).

Las fortalezas del carácter son características relativamente estables que se pueden manifestar a través de comportamientos, pensamientos o sentimientos y son las vías con las cuales se puede llegar a una virtud. Peterson y Seligman (2004) elaboraron una clasificación con base en los resultados de una amplia investigación de la literatura, titulado *Values in Action* (VIA), que reúne 24 fortalezas distribuidas en seis virtudes, con el objetivo de describir claramente las potencialidades humanas. Las seis virtudes son: Sabiduría y conocimiento, Justicia, Humanidad, Trascendencia, Templanza y coraje (valor), las cuales comentaremos a continuación.

[a3] La Sabiduría y conocimiento tiene que ver con el buen uso de las emociones, va desde lo más básico a lo más complejo, o sea desde la curiosidad por el mundo a la visión prospectiva del mundo. Esto se puede relacionar con la mentalidad de crecimiento y de crecimiento, la primera es creer que las capacidades no pueden cambiar, se perpetúan a través del tiempo, la segunda habla de la maleabilidad, pero requiere esfuerzo y tiempo. [a4] De acuerdo a Shadar ⁽²⁾, la base está en el aprendizaje, se divierte y disfruta del conocer y del trabajo y se vuelve más persistente en sus esfuerzos, se podría hablar que aprecian más los desafíos, a sentir la curiosidad, que es básica de la fortaleza de sabiduría y conocimiento y disfruta del esfuerzo para seguir aprendiendo, además llega a la fortaleza más alta de la virtud y es la perspectiva, cuando sigue adelante y visualiza nuevas cosas para su vida ⁽³⁾. Es importante enfatizar que la sabiduría no se trata en saberlo todo.

El valor (coraje) que según Seligman ⁽⁴⁾ refleja el ejercicio consciente de la voluntad hacia objetivos encomiables que no se sabe si serán alcanzados, el valor (coraje) tiene que ver con afrontar fuertes adversidades y seguir adelante. El valor (coraje) reside en no conformarse con las circunstancias sino en salir adelante pese a las frustraciones. Shadar ⁽²⁾ menciona que personajes como Thomas Edison que registró 1093 patentes incluidas la bombilla, el fonógrafo, el telégrafo y el cemento, cuando le decían que había fracasado 10000 veces mientras había estado trabajando en uno de sus inventos, el respondía: no he fracasado, simplemente he encontrado diez mil formas que no han funcionado y a través de su valor (coraje) obtuvo muchos logros.

La justicia[a5], la cual se refiere a la relación de una persona con grupos más amplios, como la familia, la comunidad, la nación y el mundo. La justicia está muy relacionada con los otros, Lyubomirsky ⁽⁵⁾ menciona que, en muchas personas tendientes a la depresión, hay vulnerabilidad psicológica frente a lo que les sucede en torno a otros y todo ello se basa a unas ideas tendientes al temor, unas creencias que llevan a unos pensamientos automáticos negativos hacia el fracaso que pueden llevar a la depresión ⁽⁵⁾. La poca sociabilidad, la timidez y el retraimiento son factores altos de riesgo. Vencer las creencias y pensamientos negativos depende en un alto factor del valor que tenga una persona de afrontar lo que le sucede.

La trascendencia[a6], esta virtud según Seligman ⁽⁴⁾ se refiere a las fortalezas emocionales, que conectan a la persona con algo más elevado, un sentido a la vida que tiene que ver con el disfrute de la belleza y la excelencia, la gratitud, la esperanza, el optimismo, el propósito, el perdón, el sentido del humor y el entusiasmo. Lo anterior habla de las emociones positivas, resultado de pensamientos positivos, sin embargo, estas tienen un fundamento como se argumentaba en párrafos anteriores en un 40% que se trata de las intenciones, la voluntad, y esto está directamente relacionada con los pensamientos, la parte cognitiva, la inteligencia emocional, la sabiduría y el conocimiento, y lo cognitivo se expresa en el lenguaje. Según el lenguaje refleja el modo de concebir los fenómenos, la imagen que emerge, Pinker (citado por Escutia), un neurocientífico cognitivo menciona que la imagen es la de un intelecto evolutivamente equipado con un repertorio de nociones (objetos, eventos, estados, espacio, tiempo, causalidad, intencionalidad, etc.) útiles para una especie. El mismo autor, define que nuestras imágenes se basan en la realidad tal como la reorganiza la mente y por eso se puede contemplar una misma cosa de distintas maneras, tal como se refleja en el léxico y la sintaxis.

Cuando se habla de lenguaje, es muy importante el uso que se le dé al mismo, un estudio referido por Shadar ⁽²⁾, realizado a dos grupos de estudiantes de quinto, se les aplicó un cuestionario de la misma dificultad, en el cual obtuvieron buenos resultados. Posteriormente el lenguaje que se utilizó con un grupo fue el de aprobación de su inteligencia y con el otro grupo la aprobación por su esfuerzo. En la segunda parte del estudio tuvieron que escoger entre un cuestionario difícil pero que aprenderían, y uno fácil; el 90% de los estudiantes en que se utilizó el lenguaje de aprobación del esfuerzo escogieron la prueba difícil, los otros eligieron el test fácil. En una tercera prueba tuvieron que aplicar los dos grupos a un test difícil; el primer grupo tuvo gran ansiedad, mientras que el segundo se preocupaba más por aprender ^(7,8,9). En una cuarta prueba se les aplicó un test con la misma dificultad que el primero, encontrando que el primer grupo lo desarrolló el 20% peor que en la primera ocasión y el segundo obtuvo mejores respuestas en un 30%. Se podría mencionar que la relación entre sabiduría y trascendencia podría estar entonces en la manera como la gente piensa y como estos pensamientos se manifiestan en un lenguaje con propósito y sentido, no de poder, ni hedonista, sino con un fin de aprendizaje continuo ⁽¹⁰⁾.

La templanza[a7], como se había visto el valor refleja el ejercicio consciente de la voluntad hacia objetivos encomiables que no se sabe si serán alcanzados, pero este ejercicio de voluntad requiere templanza, según Seligman ⁽⁴⁾ a través del concepto de la pauta explicativa da un ejemplo y dice que un compositor puede tener el talento como Mozart y tener el deseo de alcanzar grandes cosas, pero si cree que no lo va a lograr, no lo hará, no lo intentará con la suficiente fuerza y valor. El autor menciona que la pauta explicativa optimista es la clave de la constancia y menciona que la persona debe tener: Aptitud, Motivación y optimismo; la aptitud ha sido tomada como algo innato pero explorado y trabajado o desarrollado a través del entrenamiento, la motivación

desde el punto de vista intrínseco o extrínseco, pero más bien visto desde el punto de vista intrínseco porque va ligado al optimismo, lo que significa que a pesar de las adversidades, la persona sale adelante, le da una pauta explicativa real a lo que le sucede, o sea desde una perspectiva positiva y mejora su actitud frente a lo que pasa en la vida.

La humanidad [a8] y amor, esta virtud se refleja en la interacción social positiva con los otros, en forma de bondad y generosidad, amando y dejándose amar. Si se piensa en personajes como la madre Santa Teresa de Calcuta, Jesucristo, San Francisco de Asís que ayudaron a los más pobres, se podía ver en ellos, a través de sus comportamientos que su virtud era la humanidad, amor y la trascendencia, encontrando sentido a sus vidas con lo que hacían. McClelland ⁽¹¹⁾ [a9] menciona como en un grupo de estudiantes que visualizaron una película sobre el trabajo de Madre Teresa con huérfanos en Calcuta registraron un fortalecimiento inmunológico significativo en la saliva, en comparación con el efecto neutral que produjo la visualización de otra película por parte del grupo de control. Se puede ver como la fisiología de las personas cambia cuando ven o invierten en los demás, tanto en actos como en cosas materiales y que estas no sean entregadas indirectamente, sino compartidas (12).

Lyubomirsky ⁽⁵⁾ menciona el estudio sobre felicidad y dinero donde tomaron dos grupos de personas y les entregaron dos sobre de dinero con diferentes formas de emplearlos, los del grupo A, debían gastarlo en ellos mismo, los del grupo B en otros, y así lo hicieron, al final de la tarde cuando los investigadores les preguntaron al grupo B, como se sentían, estos respondieron que más felices que en la mañana, los del grupo A, se sentían igual; este estudio se ha realizado alrededor del mundo, mostrando que la humanidad y el amor le dan sentido y propósito a la existencia, le da trascendencia, tanto así, que provoca una felicidad mantenida.

Las virtudes definidas por Seligman (4) en su libro la vida que Florece contienen una serie de fortalezas, las cuales se nombrarán y explicarán a continuación: Sabiduría y conocimiento: “Contienen fortalezas cognitivas para adquirir y usar el conocimiento” ⁽¹³⁾ son la curiosidad, creatividad, juicio, amor por aprender, perspectiva.

Valor: “Contienen fortalezas emocionales que requieren el ejercicio de voluntad individual necesario para lograr metas a pesar de los obstáculos, ya sean estos externos o internos” Para Cabrera-Gómez y col. ⁽¹⁴⁾ son la valentía, perseverancia, honestidad, ánimo.

Humanidad: “Contienen fortalezas interpersonales que se basan en el cuidar y hacerse cercano a los demás” ⁽¹³⁾ y son el amor, amabilidad, inteligencia social. Trascendencia: “Contiene las fortalezas que construyen conexiones con el universo que nos rodea y proporciona sentido a la vida individual” así como la apreciación por la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, sentido del humor, espiritualidad.

Templanza: “Contiene las fortalezas que protegen al individuo frente a los excesos” así como la prudencia, humildad, autorregulación, perdón y finalmente la justicia: “Contiene las fortalezas cívicas que sustentan una vida social saludable entre los individuos” ⁽¹⁵⁾ así como la justicia, liderazgo, trabajo en equipo.

A continuación, se explicará cada virtud con sus fortalezas: La sabiduría se la encuentra desde seis vías desde la más básica hasta la más compleja desde el punto de vista evolutivo, por ello se toma en primera medida la curiosidad y finalmente la perspectiva ⁽¹⁶⁾. En la curiosidad e interés por el mundo la persona siente intriga frente al mundo, ya sea global o específica, la inquietud puede ser por el Universo o por el sol, tiene que ver con el dinamismo, por ello lo contrario sería una persona que no muestra rasgos de inquietarse y tiende a aburrirse fácilmente ⁽¹⁷⁾. En el amor por aprender siempre cosas nuevas, estudiar, ilustrarse, leer lo que ve a su alrededor, ser experto en un tema y profundizar; en el juicio/pensamiento crítico/mentalidad abierta, la capacidad de análisis, apertura de pensamiento, utilizar la razón para indagar en la verdad desde una orientación realista; en el ingenio/originalidad/inteligencia práctica/perspicacia, la creatividad y define tener un comportamiento nuevo para alcanzar un objetivo, se le denomina también inteligencia práctica y en la perspectiva, saber dar consejos acertados acerca de la vida, ayuda a solucionar problemas desde una visión amplia y flexible ⁽¹⁸⁾.

En la virtud del valor (coraje) se evidencian en adversidades y hacia objetivos existenciales, se habla de héroes que la ejemplifican, así como Jesucristo, Mandela, la Hermana Sor Teresa de Calcuta y están las

fortalezas: valor y valentía, donde a pesar del dolor, las fuertes dificultades, y tiene que ver con el riesgo incluso físico por defender un ideal, un bien común ⁽¹⁹⁾. La valentía asume la emoción del temor y pese a ella sigue adelante, la enfrenta a pesar de las consecuencias físicas y emocionales que ello puede llevar sin perder la dignidad; la perseverancia/laboriosidad/diligencia, se evidencia la flexibilidad en la persona a pesar que sea un proyecto o una tarea de gran dificultad y lo hace con buen humor a pesar de lo extenuante que pueda ser y casi no tiene quejas de ello. No es perfeccionista, es realista; en la integridad/autenticidad/honestidad, la persona dice la verdad no solo con las palabras sino con los actos, es coherente, por ello actúa de forma genuina sin ser pretencioso y cumpliendo sus promesas; la esperanza/optimismo/previsión, existe optimismo del futuro, donde se espera que cosas buenas pasaran en la vida, viendo el lado bueno de los acontecimientos ⁽²⁰⁾.

En la virtud humanidad y amor que es la actitud positiva con quienes le rodean en el ámbito familiar, social, laboral, etc; se encuentran las fortalezas de la bondad y generosidad, la persona con esta fortaleza está dispuesta a hacer un favor, piensa en el beneficio a los demás, se interesa por los otros. Tiene don de servicio y de cuidado; otra es amar y dejarse amar, donde la persona tiene vínculos fuertes con quienes le rodean, da amor y se da permiso para recibir amor. Valora las relaciones con los otros; la inteligencia social/inteligencia personal/inteligencia emocional, la cual define el conocimiento de sí mismo y de los demás, reconociendo sus sentimientos y actuando en consecuencia. Es una habilidad social y permite mejorar el propio comportamiento, conducir las emociones ⁽²¹⁾.

En la virtud justicia, se destaca el papel de la persona dentro de un grupo, su rol, su relación con los otros y están las fortalezas: civismo/deber/trabajo en equipo/lealtad, que se refiere a una persona dedicada y reconocida como comprometida, respetuosa con la autoridad siendo crítico; la imparcialidad y equidad, donde la persona no está fijada en estereotipos ni prejuicios, prefiere darle una oportunidad a la gente, respeta las diferencias; el liderazgo, donde la persona tiene capacidad para la organización de proyectos, de empoderarse de una idea y hacerla realidad. Es capaz de movilizar a un grupo y que se cumplan los objetivos propuestos sin dificultades ⁽²²⁾.

En la virtud templanza, se puede ver como la persona no se deja llevar por su necesidad de placer y poder, sino que puede postergarlo para procesar mejor su decisión y están las fortalezas de: autocontrol, donde se puede evitar problemas porque puede medir con anticipación que consecuencia le traerá, regula sus emociones para no caer en depresión o euforia; la prudencia/discreción/cautela muestra a personas cuidadosas en la toma de decisiones, cuidan sus pensamientos y por ende sus comportamientos para actuar de tal forma que no perjudiquen a nadie ni nada. Son críticos, con visión de futuro, pero pensando en los demás; la humildad y modestia, donde la persona no tiene que hablar de sus logros para ser reconocido, no pretende presumir y considera que no es importante estar contando sus éxitos o sus logros; el perdón y clemencia, donde la persona con esta fortaleza, evita o da otra oportunidad a quienes le han causado un mal, por ello sus pensamientos y actuaciones son más positivas porque no se llenan de resentimientos, ni venganzas ⁽²³⁾.

La última fortaleza es la trascendencia, donde la persona considera su vida como un camino de crecimiento interior en pro de una evolución emocional, aquí están las fortalezas como: disfrute de la belleza y excelencia, que es apreciar la belleza de todas las cosas, con capacidad de asombro de su entorno; la gratitud donde la persona aprecia la vida y todo lo que le rodea, a pesar de circunstancias difíciles o adversidades encuentra agradecimiento por la vida; la espiritualidad, religión, fe y religiosidad, donde la persona tiene una creencia sobre la vida, su vida tiene un sentido, una finalidad. La persona tiene una filosofía de vida y actúa conforme a ella; la picardía y sentido del humor, donde la persona ve el lado amable de la vida, se ríe con frecuencia y provoca el humor en los otros, dejando un ambiente de alegría; el brío/pasión/entusiasmo, son quienes contagian a los demás de sus ganas de trabajar, siempre está activo, motivando a los otros. La persona se ve llena de vida ^(24,25,26).

Todas estas virtudes, las fortalezas asociadas y las características de la persona se resumen en la Tabla 1.

TABLA 1
Fortalezas evaluadas en VIA-IS. Vías del bienestar- PERMA (Seligman, 2012)

Virtud	Fortalezas	Características Persona
Sabiduría	Curiosidad, creatividad, juicio, amor por aprender, perspectiva	Dinamismo, inquietud, visión amplia y flexible.
Valor	Valentía, perseverancia, honestidad, ánimo	Perseverancia, diligencia, autenticidad
Humanidad	Amor, amabilidad, inteligencia social	Cordialidad, Servicial
Justicia	Justicia, liderazgo, trabajo en equipo.	Cooperador, acogedor y respetuosos
Trascendencia	Apreciación por la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, sentido del humor, espiritualidad.	Entusiastas, carismáticos
Templanza	Prudencia, humildad, autorregulación, perdón) y justicia (justicia, liderazgo, trabajo en equipo	Discreción, sensatez, medida

Fuente: elaboración propia.

Las vías del bienestar que Seligman (2012) clasificó como PERMA (relaciones positivas, emociones positivas, logro, compromiso y sentido) anteriormente expuestas han sido de interés de investigación transculturales. Este estudio en la población de Salinas de Guaranda Ecuador reconocidos como líderes en iniciativas de desarrollo y creación de empresas a través del modelo de economía solidaria ⁽²⁷⁾; de allí que realizar un abordaje científico para conocer ¿cuáles son los factores de bienestar que han llevado a esta población Salinas de Guaranda al éxito, tanto económico como humano?, favorece a la búsqueda de factores protectores mentales(fortalezas), así como, la propuesta de modelos de bienestar replicables en otras comunidades.

En el caso ecuatoriano, modelo de economía solidaria (ES), se enmarca en los “Planes Nacionales para el Buen Vivir” ⁽²⁸⁾. Los sectores cooperativistas, asociativos y comunitarios conocidos como grupo de personas que realizan actividades productivas lícitas de forma solidaria y auto gestionado, corresponden a la economía solidaria ⁽²⁹⁾; las características de la (ES) son el emprendimiento, relaciones horizontales, existencia de redes colaborativas ^(30,31).

Se reitera que el sustento teórico del estudio se enmarca en la psicología positiva y específico en el modelo Values in Action (VIA) ⁽³²⁾, que busca el análisis de aquellos rasgos que hacen que las personas den lo mejor de sí mismas o conocidos como rasgos morales, fortalezas psicológicas en individuos y grupos humanos, que permiten el fomento de la resiliencia social, el bienestar psicológico y felicidad (33,34). Por ello se evaluó en el presente trabajo las fortalezas en la población específica de Salinas de Guardas según género.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, transversal, se definió una muestra representativa de la población: La población total a quienes se evaluó fueron 370 personas, 162 hombres y 208 mujeres, entre 15 y 65 años de edad. La muestra se determinó con un nivel de confianza del 95 % y nivel de error del 5%. Toda la población participó de manera voluntaria en el estudio ⁽³⁵⁾.

Antes de la recolección de la información, se pidió la autorización al Instituto VIA y autores del cuestionario VIA para su uso. El cuestionario VIA de fortalezas requirió de adaptación cultural y ajuste del lenguaje, por ser la muestra del estudio comunidad rural del País de Ecuador. Por tal motivo se desarrolló un pilotaje 50 personas de una población de similar llamada; huacas en Ecuador Vía, se verificó que el cuestionario continuará midiendo con precisión las fortalezas, por medio del Alfa de Cronbach (α), obteniendo un alfa de 0,966 indicando la fiabilidad de la prueba en coherencia con la prueba original ⁽³⁶⁾.

Posteriormente, se informó a los participantes los objetivos y beneficios de la investigación, por medio de lectura del consentimiento informado, y finalmente, se aplicó el cuestionario VIA de fortalezas de carácter ⁽³²⁾, el cual tiene 120 ítems; Las respuestas del cuestionario son: muy propio de mí, propio de mí, neutro, poco propio de mí, impropio de mí. Este cuestionario fue creado por la Universidad de Pensilvania por los autores. La escala de fortalezas tiene una puntuación de 1 a 5, teniendo en cuenta que 5 es la puntuación máxima representativa.

En cuanto al procesamiento de los datos se utilizó el software estadístico SPSS 23; se calculó medidas de tendencia central, dispersión y frecuencia, rangos y se comparó la brecha en cada uno de los resultados teniendo en cuenta el sexo y la edad por medio del test no paramétrico de la U de Mann-Whitney para corroborar las diferencias estadísticas significativas entre el género femenino y masculino.

RESULTADOS

Teniendo en cuenta que, las fortalezas de carácter están divididas de acuerdo a las virtudes: Sabiduría y conocimiento (curiosidad, creatividad, juicio, amor por aprender, perspectiva), valor (valentía, perseverancia, honestidad, ánimo) humanidad (amor, amabilidad, inteligencia social), trascendencia (apreciación por la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, sentido del humor, espiritualidad), templanza (prudencia, humildad, autorregulación, perdón) y justicia (justicia, liderazgo, trabajo en equipo) ^(37,38). [a10]

Tal y como muestra la Tabla 2, las fortalezas con puntuación mas alta están en la virtud de trascendencia, la cual de acuerdo a Vazquez y Hervas ⁽¹³⁾ muestran una conexión con el Universo y proporcionan sentido vital, va más allá de lo individual, muestra una misión compartida. Así, las personas que tienen esperanza, sienten que pueden tener un mayor control del futuro, está relacionado con un estilo explicativo optimista, viendo un mejor futuro posible y la gratitud que es la conciencia y apreciación de quien es y lo que tiene alrededor y porque esto es significativo ⁽³⁹⁾.

La virtud que le sigue es valor, la cual define fortalezas emocionales que de acuerdo a Pozo-Muñoz y col. requieren el ejercicio de la voluntad para lograr metas, porque siempre van a existir obstáculos internos y externos, pero las fortalezas emocionales para el enfrentamiento al dolor y a la toma de decisiones sobre lo que es correcto ⁽⁴¹⁾. Dentro de esta virtud se muestran como representativas la honestidad que es la forma genuina de presentarse ante los demás y ante la vida, en coherencia con lo que se dice y asumir una responsabilidad ante los actos. La persistencia radica en terminar lo que se empieza, define el esfuerzo que se hace para mantener la actitud y tener una actitud dirigida a resultados. Ánimo, que define la energía que tiene una persona cada día, muestra una relación directa con la satisfacción con la vida y el compromiso vital ^(42,43).

TABLA 2
Resultados de las 24 fortalezas de carácter por género

Estadísticas de grupo	Género	N	Media	Desv. Desviación
Valentía	Masculino	162	4,09	0,69
	Femenino	208	4,27	0,62
Amor	Masculino	162	4,20	0,70
	Femenino	208	4,35	0,66
Prudencia	Masculino	162	4,26	0,72
	Femenino	208	4,31	0,69
Trabajo en equipo	Masculino	162	4,25	0,67
	Femenino	208	4,40	0,58
Creatividad	Masculino	162	4,14	0,75
	Femenino	208	4,35	0,57
Curiosidad	Masculino	162	4,35	0,66
	Femenino	208	4,41	0,59
Justicia	Masculino	162	4,21	0,76
	Femenino	208	4,41	0,57
Perdón	Masculino	162	4,09	0,76
	Femenino	208	4,20	0,65
Gratitud	Masculino	162	4,33	0,73
	Femenino	208	4,46	0,59
Honestidad	Masculino	162	4,26	0,70
	Femenino	208	4,46	0,50
Esperanza	Masculino	162	4,35	0,66
	Femenino	208	4,47	0,56
Humor	Masculino	162	4,18	0,71
	Femenino	208	4,33	0,62
Perseverancia	Masculino	162	4,29	0,64
	Femenino	208	4,36	0,62
Juicio	Masculino	162	4,15	0,67
	Femenino	208	4,28	0,65
Amabilidad	Masculino	162	4,29	0,71
	Femenino	208	4,42	0,61
Liderazgo	Masculino	162	4,26	0,67
	Femenino	208	4,39	0,56
Amor por el conocimiento	Masculino	162	3,93	0,78
	Femenino	208	4,15	0,70
Humildad	Masculino	162	4,09	0,76
	Femenino	208	4,24	0,67
Perspectiva	Masculino	162	4,03	0,75
	Femenino	208	4,28	0,66
Autocontrol	Masculino	162	4,08	0,67
	Femenino	208	4,24	0,61
Inteligencia social	Masculino	162	4,14	0,65
	Femenino	208	4,32	0,63
Espiritualidad	Masculino	162	4,25	0,70
	Femenino	208	4,44	0,56
Optimismo	Masculino	162	4,28	0,69
	Femenino	208	4,42	0,58
Apreciación por la belleza y la excelencia	Masculino	162	4,19	0,72
	Femenino	208	4,36	0,61

Fuente: elaboración propia

Cuando se evalúan los resultados de las 24 fortalezas de carácter por género (Tabla 2) se puede observar que los puntajes de las mujeres tienen menos variación en sus respuestas y su promedio está más cercano al puntaje máximo de la fortaleza que es 5,0. Eso demuestra que hay más tendencia en las mujeres al aprecio por la belleza y la excelencia, lo que significa percibir y apreciar la belleza visual, auditiva, táctil, o abstracto, lo que quiere decir que provoca asombro y maravilla de lo que le rodea, como también de habilidades o talentos, llevándole

a sentir admiración ⁽⁴⁴⁾. Se habla también de una belleza moral, un impulso para ser mejor, produciendo sentimientos de elevación, también se puede deducir que en las mujeres también hay una tendencia más alta en la fortaleza valentía, que muestra un pensamiento de desafío, de no amedrentarse ante la amenaza y persistir ante el dolor.

Además de tener que ver con la valentía psicológica, también puede ser física, con trabajos que requieran mayor riesgo y esfuerzo y valentía moral, tomando decisiones honestas y defendiendo su posición a pesar de las oposiciones, igualmente para la fortaleza del amor que muestra la valoración que tienen las personas frente a las relaciones cercanas con los demás. Hay cuatro tipos de amor, el filial de los padres, el altruista que es compasivo y bondadoso, el de amistad que es el afecto que se puede llegar a tener con personas distintas a la familia y el romántico que es el de pareja. Si bien, estos tipos no se discriminan dentro del cuestionario, se puede deducir que si son una fuente más importante para las mujeres.

Igualmente, se puede visualizar el trabajo en equipo mostrando que se sienten más identificadas con ser miembros activos de un grupo, y se relaciona con tres conceptos: la responsabilidad hacia la comunidad de uno, la lealtad o confianza inquebrantable para un grupo y el patriotismo. Así, la creatividad es más alta también en mujeres, lo que significa que se piensa en formas nuevas y productivas para hacer las cosas, se puede evidenciar una más tendencia a la fortaleza curiosidad que define el interés y focalización en las experiencias que se está viviendo, es un deseo de explorar nuevas experiencias y aumentar el conocimiento de sí mismo y lo que le rodea. Otra fortaleza es justicia donde las mujeres muestran que hay una tendencia más alta a tratar a todos de la misma forma, reconociendo las responsabilidades morales, pero también el razonamiento empático.

TABLA 3
Resultados de las 24 fortalezas de carácter por género- U Man de Mann-Whitney

Estadísticas de grupo	P	Decisión
Valentía	0,01	Rechazar la hipótesis nula.
Amor	0,02	Rechazar la hipótesis nula.
Prudencia	0,55	Retener la hipótesis nula.
Trabajo en equipo	0,03	Rechazar la hipótesis nula.
Creatividad	0,01	Rechazar la hipótesis nula.
Curiosidad	0,45	Retener la hipótesis nula.
Justicia	0,02	Rechazar la hipótesis nula.
Perdón	0,32	Retener la hipótesis nula.
Gratitud	0,12	Retener la hipótesis nula.
Honestidad	0,02	Rechazar la hipótesis nula.
Esperanza	0,08	Retener la hipótesis nula.
Humor	0,06	Retener la hipótesis nula.
Perseverancia	0,37	Retener la hipótesis nula.
Juicio	0,04	Rechazar la hipótesis nula.
Amabilidad	0,08	Retener la hipótesis nula.
Liderazgo	0,08	Retener la hipótesis nula.
Amor por el conocimiento	0,00	Rechazar la hipótesis nula.
Humildad	0,07	Retener la hipótesis nula.
Perspectiva	0,00	Rechazar la hipótesis nula.

Fuente: elaboración propia

Al aplicar la prueba no paramétrica de la U de Mann-Whitney para evaluar las diferencias estadísticas entre el género femenino y masculino (Tabla 3), se puede observar que se acepta la hipótesis de trabajo frente a la diferencia en el género en las fortalezas: valentía, amor, trabajo en equipo, creatividad, justicia, honestidad, juicio, amor por el conocimiento, perspectiva, autocontrol, inteligencia social, espiritualidad y aprecio por la belleza y la excelencia, es decir se presenta una diferencias estadísticamente significativa entre genero en la fortalezas mencionadas.

TABLA 4
Presentación de las fortalezas de carácter según género en personas de
Salinas de Guardas desde el Modelo PERMA a la economía solidaria

Virtud	Fortalezas	Características Persona
Sabiduría	Curiosidad, creatividad, juicio, amor por aprender, perspectiva	Dinamismo, inquietud, visión amplia y flexible.
Valor	Valentía, perseverancia, honestidad, ánimo	Perseverancia, diligencia, autenticidad
Justicia	Justicia, liderazgo, trabajo en equipo.	Cooperador, acogedor y respetuosos
Trascendencia	Apreciación por la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, sentido del humor, espiritualidad.	Entusiastas, carismáticos

Fuente: elaboración propia

Las fortalezas más representativas de hombres y mujeres de Salinas de Guardas, están relacionadas con las virtudes de sabiduría, justicia y trascendencia, por [a11] tanto, esta población se caracteriza por el dinamismo, cooperación, respeto, creatividad, esperanza y entusiasmo. Las fortalezas presentan diferencia según género, las anteriores, fortalezas son propicias para la economía solidaria que desarrolla la comunidad de Salinas de Guardas Ecuador.

DISCUSIÓN

Después de la aplicación y el análisis de los resultados de los cuestionarios de bienestar: Fortalezas, Florecimiento y satisfacción con la vida se procede a realizar el contraste de los mismos con otras investigaciones a nivel nacional e internacional con el fin de establecer puntos de encuentro o disyuntivas que permitan generar nuevo conocimiento acerca de las variables estudiadas.[a12]

El presente estudio evidencia que las fortalezas que puntúan más alto están en la virtud trascendencia, la cual muestra un propósito que va más allá de lo individual, en una misión compartida. Las fortalezas que componen esta virtud son la gratitud con una media de ^(4,40) que es la consciencia y apreciación de quién es y lo que tiene alrededor, la esperanza ^(4, 42) que muestra el deseo de lograr un mejor futuro desde un estilo optimista de la personalidad y espiritualidad ^(4,36) que muestra las creencias coherentes a su sentido de vida. Luego, la virtud valor, la cual define fortalezas emocionales que muestra el carácter para vencer obstáculos internos y externos para salir adelante. Dentro de esta virtud está la honestidad con una media de ^(4, 37), que es la coherencia con lo que se dice y asumir una responsabilidad ante los actos. La persistencia ^(4,33) radica en terminar lo que se empieza y el ánimo ^(4,36), que está relacionada con el optimismo que muestra un compromiso vital. También se muestran casi paralelas fortalezas de la virtud justicia, que define el civismo en el comportamiento de los individuos en la sociedad y en esta están el trabajo en equipo ^(4,34) y la justicia ^(4,33); y finalmente se encuentra también en la virtud humanidad que se enfoca en el cuidado de los otros y la fortaleza de la amabilidad que es la ayuda a los otros ^(4, 37) y dentro de la virtud de sabiduría que define las

fortalezas cognitivas para adquirir y usar el conocimiento, está la fortaleza curiosidad que habla del interés y asombro que se tiene frente al mundo y sus posibilidades ^(4,38).

Así, Guerra-Guerra y col. (2016) en su estudio: “Relación entre predominancia cerebral y fortalezas en los empresarios de las medianas empresas de la ciudad de San Juan de Pastocon”, estudiaron 62 empresarios de medianas empresas y obtuvieron una media de 4,3 en ánimo, liderazgo, perseverancia, esperanza y honestidad; seguidas por la media de 4,2 con las fortalezas de gratitud, justicia, curiosidad, creatividad, trabajo en equipo y amar y dejarse amar. Estos hallazgos en emprendedores de Nariño fueron similares a los obtenidos en el presente estudio en ocho fortalezas predominantes, y que la fortaleza esperanza encabeza nuevamente la puntuación más alta.

Las prácticas económicas más solidarias que permitan condiciones de mayor dignidad a las comunidades y satisfacción de sus necesidades humanas, requieren de valores como los identificados en las mujeres y hombres que participaron en el presente estudio ⁽⁴⁵⁾. La economía solidaria es movilizadora por acciones cooperativas emprendedoras, no obstante, el papel de la mujer para alcanzar mayores niveles de autonomía, re-significación al trabajo con valores como la cooperación y solidaridad es destacable ^(27,46). Las mujeres de Salinas de Guardas con su tendencia alta en la fortaleza de valentía desafían y perseveran en sus actividades económicas esperanzadas en un mejor bienestar social y económico ⁽⁴⁷⁾.

En otro estudio de fortalezas Personales y Hábitos de Salud en Estudiantes Universitarios de Ciencias del Movimiento, en estudiantes universitarios de carreras de Ciencias del Movimiento Humano, en el que participaron 234 estudiantes (137 hombres y 97 mujeres) encontraron que las fortalezas predominantes son gratitud, curiosidad, integridad, bondad y liderazgo, es interesante ver aparece también como fortalezas representativas la gratitud y la curiosidad y además se han asociado de manera consistente con una elevada satisfacción con la vida e indicadores de bienestar y felicidad ⁽⁴⁸⁾.

Aun mas, en el estudio denominando “Las virtudes de la humanidad, justicia y moderación y su relación con la conducta sustentable”, realizado en la ciudad de Hermosillo, México, en que participaron cuatrocientas personas (150 hombres, 250 mujeres), y teniendo en cuenta que “La conducta sustentable (CS) es – “el conjunto de acciones encaminadas a la protección de los recursos naturales y socioculturales del planeta – goza de un estatus de amplia aceptación y su promoción es visible en la mayoría de las sociedades actuales” ⁽⁴⁹⁾, se encontró al igual que en el presente estudio, la representación de fortalezas como la amabilidad, y la justicia. Al respecto, Corral-Verdugo y col. ⁽²¹⁾ muestran una correlación significativa de estas fortalezas con las cuatro manifestaciones de la conducta sustentable, pro-ecológicos (cuidado de los recursos naturales), frugales (uso racional del consumo), altruistas (acciones pro-ambientales para servicio común) y equitativos (compartir la satisfacción de necesidades entre generaciones del presente y del futuro). Lo anterior, mostraría como el disfrute de estas fortalezas en la población de Salinas podrían tener predictores de conductas sustentables ^(50,28).

El estudio realizado a 122 personas mayores de 18 años denominado: “Las fortalezas humanas desde la perspectiva de género: un estudio exploratorio en población española, realizado por Ovejero y Cardenal ⁽²⁰⁾ muestra que las mujeres tienen mayores puntuaciones, coincidiendo con el presente estudio, también es interesante encontrar como entre los mayores puntajes estuvo la gratitud como representativa, así, ⁽³²⁾ definieron que las mujeres resaltan más que los hombres en varias fortalezas, entre ellas la gratitud ⁽⁵¹⁾.

En el trabajo titulado “Fortalezas personales, inteligencia emocional y bienestar psicológico” realizado en 120 en estudiantes de grado de la UVa, Vadillo-Larios ⁽⁵²⁾ encontró una correlación significativa entre gratitud y esperanza, gratitud, esperanza e inteligencia emocional y gratitud, esperanza y bienestar; mostrando que “la gratitud motivaría a aquellas personas a quienes se les ha aumentado el bienestar, a comportarse pro-socialmente con los benefactores. Se propone que la gratitud podría ser uno de los mecanismos motivacionales que subyacen al altruismo recíproco” ^(53,54). Por otra parte, “los individuos con altos niveles

de esperanza se sienten más competentes con sus propias habilidades y confían en que éstas producen los caminos correctos. Vadillo-Larios ⁽⁵²⁾ además menciona que la esperanza es un alto predictor de bienestar y aporta a la sensación de logro y la consecución de los objetivos personales. Aun mas, en el estudio “Las fortalezas en personas mayores como factor que aumenta el bienestar”, realizada en 120 participantes, 68 varones y 52 mujeres, se pudo evidenciar una correlación significativa entre gratitud y satisfacción con la vida, esperanza y afecto positivo, los autores mencionan que el mejor modelo para predecir la satisfacción con la vida es el formado por varias fortalezas, entre ellas la gratitud ⁽¹²⁾.

La gratitud, es una fortaleza que aporta significativamente al bienestar. Efectivamente, el estudio titulado “Relaciones entre Gratitud y Variables de Personalidad” ⁽¹⁸⁾, realizado con 200 estudiantes entre 18 y 30 años, se demostró una correlación directa entre gratitud y el rasgo de amabilidad, la cual define una actitud altruista y dispuesta; hacia una actitud pro-social. El mismo estudio muestra correlación entre gratitud y rasgos responsabilidad, donde esta última denota puntualidad y voluntad de logro. Finalmente, y de manera interesante, la gratitud se correlaciona negativamente con neurotisismo, que alude a sentimientos de vergüenza, culpa y melancolía.

CONCLUSIONES

Las fortalezas más representativas de la población de salinas de Guardas, están relacionadas con las virtudes trascendencia y valor, por tanto, sienten que pueden tener un mayor control del futuro, son optimistas frente a su desarrollo social, económico y bienestar, y perseveran en la reducción de los obstáculos internos y externos a su propósito social, favoreciendo a la satisfacción con la vida y el compromiso vital.

Las diferencias entre las fortalezas entre mujeres y hombres de Salinas de Guaranda, están reflejas en las virtudes de sabiduría, valor, justicia y trascendencia, siendo la gratitud una fortaleza que diferencia en las mujeres, que representa motor para acciones de reciprocidad, acciones pro-sociales. Igualmente, la fortaleza de la esperanza y perseverancia en esta población ecuatoriana son predictores de conductas sustentables. Las fortalezas que presentan diferencia según género, son propicias para la economía solidaria y sus diferencias ubican a la mujer como actora principal en la búsqueda de mayores niveles de autonomía, re-significación al trabajo con valores como la cooperación, no obstante, a las diferencias se considera que la población de salidas de Guardas se caracteriza por el dinamismo, cooperación, respeto, creatividad, esperanza y entusiasmo ⁽⁵⁵⁾.

El estudio Fortalezas de carácter según género en personas de salinas de Guardas: perspectiva de Intervención desde el Modelo PERMA a la economía solidaria, aportó conocimiento sobre los factores psicológico (Gratitud, esperanza, perseverancia) que favorece el diseño de intervenciones desde el modelo PERMA. Además, que contribuye a comprender el bienestar desde diferentes culturas y apoya la validación del modelo de florecimiento, liderado por la psicología positiva. Es necesario continuar con estudios transculturales atendiendo a las variaciones según la cultura de los constructos psicológicos medidos.

Financiación: Universidad Mariana de Pasto.

Conflictos de interés: Ninguno.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Seligman ME. *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being* New York: Simon and Schuster.; 2012.
2. Shadar. *Practicar la felicidad un diario gratificante para tu rerealización en 52 semanas* Barcelona: Plataforma editorial; 2011.
3. Boven L. Experientialism, materialism, and the pursuit of happiness. *Review of General Psychology*. 2005; 9(2): p. 132.

4. Seligman. FLORECER, La nueva Psicología Positiva y la búsqueda del bienestar New York: Free Press; 2011.
5. Lyubomirsky S. La ciencia de la felicidad Barcelona, España.: URBANO; 2008.
6. Escutia M. Las razones de Steven Pinker (II). Nueva Revista. 2008;; p. 108.
7. Diener E, Sndvik E, Pavot E. La felicidad no es la intensidad sino la frecuencia del afecto positivo frente al negativo: Barcelona: Pergamon Pres; 1991.
8. Diener EM, Suh RE, Smith H. El bienestar subjetivo: Tres decenios de avances Barcelona: psycholocalbulletin; 1999.
9. Diener E, Wirtz D, Tov W, Prieto C, Choi D, Oishi S, et al. Las nuevas medidas de bienestar: escalas cortas para evaluar sentimientos florecientes y positivos y negativos Barcelona: Investigación Social Indicator; 2019.
10. Caspi A, Sugden, Moffitt , Taylor, Craig, Harrington, et al. Influencia del estrés de la vida sobre la depresión: la moderación por un polimorfismo en el gen 5-HTT. Science. 203; 301(5631).
11. Guillén JLH. ¿ Innovadores altruistas? ArtefaCtos. Revista de estudios sobre la ciencia y la tecnología. 2013; 6: p. 39-63.
12. Ramírez-Fernández , Ortega-Martínez AR, Martos-Montes R. Las fortalezas en personas mayores como factor que aumenta el bienestar. European Journal of Investigation in Health Psychology and Education. 2015; 5(2): p. 187-195.
13. Vazquez C, Hervas C. Salud Mental positiva: del síntoma al Bienestar. In Vazquez C, Hervas C. Psicología positiva aplicada. Bilbao: Desclee de Brower; 2008. p. 17-39.
14. Cabrera-Gómez , Caldas-Luzeiro , RP, Carrillo-Sierra. Influencia del programa " Florece" en el bienestar psicológico de jóvenes universitarios. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 2019; 38 (5): p. 553-562.
15. Jiménez , Vázquez , Hervás. El análisis de las fortalezas psicológicas en la adolescencia: Más allá de los modelos de vulnerabilidad. Revista de Educación y Desarrollo. 2011;; p. 33-41.
16. Cabrera-Gómez , Caldas-Luzeiro , Rivera-Porras , Carrillo-Sierra. Diseño del programa de bienestar psicológico de educación en salud online " Florece" para contextos universitarios. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 2019; 38(5): p. 533-539.
17. Gardner H. Mentes creativas: una anatomía de la creatividad. Barcelona: Paidós Ibérica; 1995.
18. Alarcón R, Isasi Md. Relationship between Gratitude and Personality Variables. Acta de investigación psicológica. 2012; 2(2): p. 699-712.
19. Barrantes-Brais , Bonilla U, Vargas G. Fortalezas Personales y Hábitos de Salud en Estudiantes Universitarios de Ciencias del Movimiento Humano. MHSalud. 2015; 11(2): p. 20-36.
20. Bruna M, Hernández C. Las fortalezas humanas desde la perspectiva de género: un estudio exploratorio en población española. Revista Mexicana de Investigación en Psicología,. 2017; 7(2): p. 72-92.
21. Corral-Verdugo , Tapia-Fonllem , Ortiz-Valdez , Fraijo-Sing. Las virtudes de la humanidad, justicia y moderación y su relación con la conducta sustentable. Revista Latinoamericana de Psicología. 2013; 45(3): p. 363-374.
22. Khaw D, Kern M. A cross-cultural comparison of the PERMA model of well-being. Undergraduate. Journal of Psychology at Berkeley, University of California. 2014; 8(1): p. 10-23.
23. Seligman MEP. PERMA and the building blocks of well-being. The Journal of Positive Psychology. 2018; 13(4): p. 333-335.
24. Seligman M, Schulman DP. Penn Positive Psychology Center Annual Report. 2018.
25. Seliman MEP. Martin Seliman 3 boock collection set(the optimistic child, Learned optimismo,Flourish) Boston,MA: Nicholas Brealey Publishing; 2019.
26. Lyubomirsky S. El cómo de la felicidad: un enfoque científico para conseguir la vida que desea. New York: Penguin Press.; 2008.
27. Cabral NS, Cabral MA, Rodríguez VA, Arnoux ABN, Stropparo PE. La economía social y solidaria bajo la mirada del sentido común: rompiendo prejuicios. Revista de Economía y gestión CÉFIRO. 2020; 5(4).
28. Vives GAM. La economía de la felicidad y la inversión pública en Ecuador: evidencias de una relación causal. , , 2(9). Revista de políticas y problemas públicos Estado & comunes. 2019.

29. Serrano, Leon. Economía Popular y Solidaria: Base para el Desarrollo Asociativo y Buen Vivir. Revista ESPACIOS. 2019; 40(14).
30. Sánchez J, Gutiérrez A, Carballo T, Quintana R, Caggiano V. El emprendedor desde el enfoque de la psicología positiva. International Journal of Developmental and Educational Psychology. 2010; 1: p. 35-42.
31. Cabrera AMG, Soto MGG. Diferencias culturales y comportamiento emprendedor: un análisis cross-cultural intrapaís. Revista europea de dirección y economía de la empresa. 2007; 16(4): p. 47-68.
32. Ruch W, Proyer RT, Harzer C, Park N, Peterson C, Seligman MEP. Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS): Adaptation and validation of the German version and the development of a peer-rating form. Journal of Individual Differences. 2010; 31(3), 138–149.
33. Ovejero Bruna MM, Hernández C, Ortiz-Tallo. Fortalezas humanas y bienestar biopsicosocial: Revisión Sistemática. Escritos de Psicología (Internet). 2016; 9(3): p. 4-14.
34. Urry HL, NJB, DI, JDC, Dalton KM, Mueller CJ, Davidson RJ. Making a life worth living neural correlates of well-being. Psychological Science. 2004;: p. 367-372.
35. Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. 4ª ed. México: McGraw-Hill; 2006.
36. Rivera-Taboada JP. Análisis de las adaptaciones lingüísticas de pruebas para la evaluación del lenguaje en la población peruana hispanohablante. 2014..
37. Fredrickson B, Joiner T. Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. EEUU: Psychological science.; 2002.
38. Bruna O, Hernández C, Ortiz-Tallo, Bruna MMO, Hernández VC. Las fortalezas humanas desde la perspectiva de género: un estudio exploratorio en población española. Revista Mexicana de Investigación. 2015;: p. 72-92.
39. Muñoz- Hosman A. Medición de niveles de bienestar subjetivo o felicidad, de una muestra a conveniencia, de los afiliados al programa para la salud psicofísica pros. 2011..
40. Pozo-Muñoz C, Garzón-Umerenkova A, Bretones-Nieto B, Ligia-Charry C. Propiedades psicométricas y la dimensionalidad de la "Escala floreciente" en español - población que habla. Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa. 2016; 14(38).
41. Lyubomirsky S, Sheldon K, Schkade D. La búsqueda de la felicidad: la arquitectura del cambio sostenible. Barcelona: Revisión de Psicología General.; 2005.
42. Lyubomirsky SK, L. A yDE. Los beneficios de la frecuente afecto positivo: sí lleva la felicidad del éxito? EEUU: Psychological Bulletin.; 2005.
43. Cassà EL, Pérez-Escoda N, Alegre A. Competencia emocional, satisfacción en contextos específicos y satisfacción con la vida en la adolescencia. Revista de Investigación Educativa. 2018; 36(1): p. 57-73.
44. Ramírez MAN. Felicidad y habilidades emprendedoras en estudiantes de preparatoria desde la psicología positiva. Revista electrónica de la Red Durango de Investigadores Educativos Praxis investigativa ReDIE. 2015; 7: p. 24-34.
45. Leonela Artavia-Jiménez M, Chaves Ortiz JA, Cordero-Bonilla J, Valverde Morales M. Economía Solidaria y Economía Humana: para enriquecer el análisis económico. Revista Cultura Económica. 2019; 37(97).
46. Guerra-Guerra, Vinuesa, Insuasty, Cabrera-Gomez. Relación entre predominancia cerebral y fortalezas en los empresarios de las medianas empresas de la ciudad de San Juan de Pasto. 2015..
47. Osorio-Cabrera, Cabrera MDO. Economía Solidaria e interdependencia: aportes desde perspectivas feministas. 2014.
48. Brais B, Bonilla, Vargas JCG. Fortalezas Personales y Hábitos de Salud en Estudiantes Universitarios de Ciencias del Movimiento Humano. Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud. 2015; 11(2).
49. Corral-Verdugo, Tapia-Fonllem, Ortiz-Valdez, Fraijo-Sing. Las virtudes de la humanidad, justicia y moderación y su relación con la conducta sustentables. Revista Latinoamericana de Psicología. 2013; 45: p. 361-372.
50. Artavia-Jiménez, Cordero-Bonilla, Morales-Jiménez MLA, Ortiz JAC, Bonilla JC, Morales MV. Economía Solidaria y Economía Humana: para enriquecer el análisis económico. Cultura Económica. 2019; 37.

51. García GM, Calvo JCA. ¿ Puede la psicología positiva ayudar a comprender el comportamiento del emprendedor? In Conocimiento, innovación y emprendedores: camino al futuro. 2007.
52. Vadillo Larios A. Fortalezas personales, Inteligencia Emocional y Bienestar psicológico en estudiantes de grado de la UVa. 2013..
53. Valero GB. Psicología de la Gratitude. Integración de la psicología positiva y humana: Sociedad Latina de Comunicación Social; 2014.
54. Romero-Gonzalez MV. La gratitud como firtaleza Humana: una revisión Bibliográfica. 2015.
55. Sánchez JC, Gutiérrez A, Carballo T, Quintana R, Caggiano V. El emprendedor desde el enfoque de la psicología positiva. International Journal of Developmental and Educational Psychology. 2010.
56. Giménez M,VC,&HG. El análisis de las fortalezas psicológicas en la adolescencia: Más allá de los modelos de vulnerabilidad. ; 2010.
57. Seligman M. PERMA and the building blocks of well-being. The Journal of Positive Psychology. 2018; 13(4): p. 333-335.
58. Pérez Escoda N, Alegre A. Satisfacción con la vida: Universidad de Barcelona.