

Gratitud, Felicidad y Satisfacción con la vida en trabajadores profesionales

Raúl Guzmán Gamero y Nisida Guzmán Herrera (*)
Sociedad Peruana de Psicología Positiva

Resumen

El estudio aborda la relación entre felicidad y gratitud, medidas por la Escala de Felicidad de Lima (EFL) y la Escala de Gratitud, respectivamente; elaboradas por R. Alarcón, en una muestra compuesta por trabajadores profesionales de la ciudad de Arequipa; que incorporó un análisis de la relación entre los factores de la gratitud: reciprocidad, obligación moral y cualidad sentimental con los factores de la felicidad: sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir. Los resultados generales muestran una correlación positiva moderada entre la gratitud y la felicidad con nivel de significancia positivo y no relacionado con el género. La comparación entre la mayoría de los factores, mostró distintos grados de asociación. Sin embargo, no se encontró relación significativa entre los factores denominados: cualidad sentimental y satisfacción con la vida. Se destaca el alto nivel de correlación encontrado entre la gratitud en general y el factor satisfacción con la vida, mostrando el impacto que puede tener el sentirse agradecido, con la plenitud por lo alcanzado hasta el momento, como características importantes del denominado bienestar subjetivo. Se comentan los resultados obtenidos.

Palabras clave: gratitud, felicidad, satisfacción con la vida, trabajadores profesionales.

Correo: sociedad@psicologiapositivaperu.org