



Alarcón, R. (2009). *Psicología de la Felicidad. Introducción a la Psicología Positiva*. Lima: Editorial Universitaria.

El libro *Psicología de la Felicidad. Introducción a la Psicología Positiva*, escrito por Reynaldo Alarcón, es la primera obra sobre la psicología positiva editada en el Perú, la cual se ocupa fundamentalmente de dos grandes temas: La psicología positiva y el abordaje del constructo denominado felicidad.

Con respecto al primer tema, su autor destaca la fundamentación epistemológica e histórica de la psicología positiva, sustentando la importancia del estudio científico del mundo subjetivo a partir de los avances de la psicología cognitiva y la escuela humanista como principales salidas del mundo conductista predominante en buena parte del siglo XX.; asimismo, refirma la importancia de ocuparse de los aspectos positivos de la vida, ante la predominancia del enfoque centrado en la vulnerabilidad.

Con relación a la felicidad, tema central de la psicología positiva desde sus orígenes, aporta con una definición que se anticipa en el tiempo a los actuales enfoques centrados en el bienestar, al destacar el aspecto de la satisfacción plena o satisfacción con la vida y la alegría de vivir, como eje centrales de la felicidad, pero agregando otros elementos como el logro de la realización personal y el sentido positivo de la vida, los cuales fueron planteados posteriormente por Seligman (2011), como elementos conducentes a la construcción del florecimiento. Asimismo, es destacable el desarrollo de una escala

para medir la felicidad (EFL), que ha trascendido de manera notable en los países de habla hispana.

Estos y otros importantes aportes a la psicología positiva por parte de Reynaldo Alarcón, lo ponen a la altura de los grandes maestros de la psicología latinoamericana de todos los tiempos.

Dr. Raúl Guzmán Gamero 2017.