

MATERIAL COMPLEMENTARIO

MÓDULO 07

1 Bienestar subjetivo

En el presente documento, publicado por el Departamento de Psicología Social de la Universidad de Málaga, se presenta un resumen del concepto de bienestar subjetivo desde una perspectiva histórica con una acotación del término y un análisis de sus elementos: componentes afectivos-emocionales y componentes cognitivos-racionales, ambos relacionados con las medidas de balance afectivo y la satisfacción vital.

- **Ir a la lectura (en español):** García, M. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de Psicología*, 6, 18-39.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/281674.pdf>



2 Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule

El presente documento es una investigación publicada por la Universidad de Talca (Chile), que evalúa el bienestar subjetivo a través de sus componentes cognitivo (satisfacción general y por dominios) y afectivo (felicidad), para analizar su relación con variables sociodemográficas.

- **Ir a la lectura (en español):** Moyano, E. y Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la Región Maule. *Revista Universum*, 22(2), 177-193.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-23762007000200012>



3

La experiencia de flow o experiencia óptima en el ámbito educativo

El presente artículo, indexado en la *Revista Latinoamericana de Psicología*, desarrolla una revisión acerca de la definición de *flow* y de las experiencias óptimas, identificando sus características y su importancia en el ambiente educativo.

- **Ir a la lectura (en español):** Mesurado, B. (2010)
La experiencia de flow o experiencia óptima en el ámbito educativo. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2), 83-192.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3279999.pdf>

