

## **Hacia la Consolidación de Organizaciones Positivas: experiencia venezolana de formación en Psicología Positiva.**

César Ivanhoe Yacsirk Roa  
Universidad Metropolitana de Caracas  
cyacsirk@unimet.edu.ve

El desarrollo de la psicología positiva ha alcanzado un desarrollo exponencial en diferentes ámbitos y en especial en el ámbito corporativo. El sentido mismo del desarrollo organizacional apunta en la actualidad, hacia el bienestar de la fuerza laboral como único camino para la eficiencia y rentabilidad empresarial. La psicología positiva, desde sus inicios ha apuntado hacia este norte. Seligman (2005) en su libro “la autentica felicidad”, planteó a las fortalezas de carácter, emociones positivas e instituciones positivas como pilares fundamentales de esta disciplina. Agrega el autor que las instituciones positivas son consideradas de esta manera por el desarrollo y promoción de los dos pilares anteriores (fortalezas y emociones positivas) trascienden del individuo hacia sus diferentes ámbitos sean estos la familia, comunidad o ambiente organizacional. En este último contexto se expresa a partir del término Psicología Ocupacional Positiva (POP)” o “Psicología de la Salud Ocupacional Positiva (PSOP)”

Salanova, M. y Shaufeli, W. (2009) plantean la necesidad de desarrollar y aplicar los conceptos de la psicología positiva al ambiente organizacional a fin de optimizar la calidad de vida de los individuos y de los grupos y la salud y desempeño óptimo de los mismos.

La Constitución Nacional de la República Bolivariana de Venezuela lo refiere claramente los artículos 46 y 83 al expresar el derecho de toda persona a la salud (la cual debemos entender en su concepción amplia), la integridad física, específicamente a lo concerniente a calidad de vida y bienestar (Millán, A. y D’Aubeterre, M. en Garassini y Camili 2010)

La Universidad Metropolitana y la Sociedad Venezolana de Psicología Positiva SOVEPPOS se ha avocado a brindarle apoyo a las empresas venezolanas en la formación en principios de la psicología positiva y en el establecimiento de sus prácticas. En este sentido, se han diseñado productos de formación adaptados a esta tendencia y en línea tanto

por exigencias de ley como de orientaciones corporativas. Adicional a la convocatoria abierta a todo público, se han dictado talleres “in company” en el área organizacional e incorporados módulos de psicología positiva completando la formación en el área de ventas y en programas de formación gerencial. A partir del Centro de Extensión, Desarrollo Ejecutivo y Consultoría Organizacional de la Universidad Metropolitana se han realizado (hasta la fecha) diez cohortes del Diplomado de Psicología Positiva: base para el bienestar abiertas a todo público y otras diez cohortes de manera in company. Siendo la necesidad de profundizar acerca de esta novel disciplina, se desarrollo un diplomado de psicología positiva aplicada a los cuatro ámbitos señalados por la IPPA (Asociación Internacional de Psicología Positiva). El primero, es decir, El Diplomado de Psicología Positiva: base para el bienestar se desarrollo a partir de la experiencia de mexicana de la Universidad Iberoamericana de Monterrey y aportes de la misma Universidad de Estatal de Pennsylvania. Su objetivo es ofrecer al participante conocimientos y herramienta que le permitan evaluar su bienestar psicológico general, material y laboral, así como promover, en sí mismo y en otros, el uso óptimo de fortalezas personales en su ámbito familiar, laboral y social. Para cubrir este objetivo se plantearon 4 módulos o materias Introducción a la Psicología Positiva, Fortalezas Personales e Instituciones Positivas, Intervenciones Positivas y Relaciones Interpersonales Positivas.

El segundo diplomado, psicología positiva aplicada ofrece al participante conocimientos y herramientas que le permitan evaluar su bienestar psicológico general, material y laboral, así como promover, en sí mismo y en otros, el uso óptimo de fortalezas personales en los ámbitos familiar, laboral, salud y coaching que apoyen el logro de un clima positivo como promotor del bienestar.

Adicionalmente, en alianza estratégica con la Cámara Venezolana Americana de Industria y Comercio (Venamcham) fueron dictados los talleres *Bienestar Organizacional = Personas Resilientes y Gerencia a la Inversa*, para empresas vinculadas a esta institución. Los temas impartidos surgen de las necesidades planteadas por las empresas afiliadas en cuanto a sus objetivos de desarrollo y de fortalecimiento del bienestar de su capital humano y la necesidad de crear individuos y organizaciones saludables.

En el primer taller está el modelo de bienestar aplicado a las organizaciones y su vinculación con fluidez y resiliencia. El objetivo de este taller (diseñado conjuntamente) consistía en la identificación de las fortalezas de carácter como base para el desarrollo de prácticas organizacionales centradas en el individuo, el modelo PERMA de bienestar (Seligman 2011) y la importancia de fluir y desarrollar la resiliencia en todos los ámbitos de nuestra vida.

Dicho modelo de bienestar, ahora bandera de la psicología positiva, está basada en 5 elementos: la generación voluntaria y permanente de emociones positivas (Positive Emotions); el compromiso (Engagement) al involucrarse en actividades que nos retengan y absorban (lo cual define en principio el concepto de fluidez) y cuyo resultado proporcione satisfacción; la importancia de crear y construir relaciones interpersonales positivas (Positive Relationship) que consoliden lazos y fortalezcan la confianza; El sentido de la vida (Meaning según el modelo), que consiste en la satisfacción que genera al realizar actividades que trasciendan a la familia, la comunidad, en general al servicio de otros y por último la satisfacción del logro de metas (Achievement), cumplidas de forma virtuosa. Como resultado de estos talleres, los participantes reportaron (a través de encuestas de reacción) contar con un modelo que les permitía implementar estrategias para generar o mantener acciones orientadas al personal de sus respectivas empresas.

En el segundo evento diseñado con Venamcham, se resaltó aún más la importancia de este modelo de bienestar en la gerencia actual en contraposición con los preceptos gerenciales comúnmente aceptados. Esto es la reconceptualización del trabajo desde una visión de transacción monetaria a un conjunto de actividades productivas por las cuales obtenemos bienestar y compensación más allá de los aspectos meramente económicos. El trabajo está altamente vinculado con el bienestar a lo largo de todo nuestro ciclo vital, en la generación de emociones positivas, entrega y compromiso a lo que hacemos, en nuestras relaciones interpersonales, sentido y logro. Centrándonos en el modelo, en sentido del trabajo, se promovía la visualización de la trascendencia de la actividad realizada y como coadyuvante del bienestar individual y de las personas beneficiadas con el producto de dicha actividad.

Producto de la entrega del diplomado de psicología positiva cada cohorte ha desarrollado proyectos y aplicaciones para los diferentes ámbitos del quehacer humano. En uno de los principales bancos del país se produjo, producto del dictado del diplomado y en conjunción con los participantes y profesores, la producción de un libro de psicología positiva en el trabajo (en proceso de publicación), adaptado a la realidad laboral. Este se estructura en ocho capítulos. El primero presenta una disertación desde la Psicología Positiva y el estudio del trabajo y el ámbito laboral como potencial fuente de bienestar. Los siguientes siete capítulos presentan definición, características y aplicabilidad de la psicología positiva dentro del ámbito laboral como propuestas para la promoción del bienestar individual y colectivo. Se desarrollaron por tanto de ocho capítulos: fortalezas personales, emociones positivas, gratitud, apego y vínculos, inteligencia emocional y liderazgo, resiliencia y retiro laboral. Dicho banco patrocinará parcialmente la publicación de este libro de manera digital. Adicionalmente, la institución desarrollo estrategias centradas en psicología positiva que apoyan prácticas de bienestar social y de responsabilidad social empresarial.

Tomando en cuenta de este vertiginoso avance de la psicología positiva en nuestro país y del establecimiento de más y mejores prácticas que contribuyan al bienestar en nuestras organizaciones, estaremos consolidando dichas prácticas en nuestro entorno laboral venezolano.

---

## Referencias

- Millán, A. y D'Aubeterre, M. (2010). *El empleo y el desarrollo de las instituciones positivas: una aproximación desde el marco legal, el contexto organizacional y las investigaciones relacionadas con el bienestar*. En Garassini y Camili (Eds). Psicología Positiva: Estudios en Venezuela. Caracas: Monfort, C.A.
- Salanova, M. Shaufeli, W. (2009). El Engagement en el trabajo. Cuando el trabajo se convierte en pasión. Madrid, España: Alianza Editorial
- Seligman, M. (2005). *La auténtica felicidad*. Barcelona, España: Ediciones B
- Seligman, M. (2011). *La vida que florece*. Barcelona, España: Ediciones B.