



Editores

Diego Rivera-Porras

Astrid Rozo-Sánchez

Alexander Flórez-Garay

Bienestar psicológico en las organizaciones:

Un análisis desde los sectores económicos y productivos

Bienestar psicológico en las organizaciones: un análisis desde los sectores económicos y productivos

Editores

Diego Rivera-Porras

Astrid Rozo-Sánchez

Alexander Flórez-Garay

Bienestar psicológico en las organizaciones: un análisis desde los sectores económicos y productivos

Editores

Diego Rivera-Porras
Astrid Rozo-Sánchez
Alexander Flórez-Garay

Autores

Diego Rivera-Porras
Astrid Rozo-Sánchez
Alexander Flórez-Garay
Diana-Teresa Ortega-Aponte
Stephanie-Mishell Mejía-Aranda
Lorena-Andrea Rivera-González
Sandra-Milena Rayo-Fonseca
Neydy-Viviana Canedo-Suárez
Viviana Jaimes-Higuera
Jackson-Alberto Granados-Arias
Claudia-Carolina Cabrera-Gómez
Alejandra Serrano-Rodríguez
Camila-Andrea Rubio-Parra
Claudia Lizcano-Alvarado
Helen Estupiñán-López
Javier Bastidas-Erao
Karla-Michelle Cáceres-Contreras
Lina-Michell Rincón-Pérez
Luis-Carlos Arana-Camacho
Maira-Alejandra Rodríguez-Rozo
María-Fernanda Angarita-Ortiz
Marly Castilla-Rincón
Natalia-Alejandra Gómez-Rodríguez
Ottman-Yeshid Salazar-Morales
Slendy-Katerine Andrade-Torres
Verónica-Stefania Jaimes-Gamboa
Yair Fuentes-Leiva
Yuliana-Yorgelis Lizcano-Villamizar



Editors

Diego Rivera-Porras
Astrid Rozo-Sánchez
Alexander Flórez-Garay

Authors

Diego Rivera-Porras
Astrid Rozo-Sánchez
Alexander Flórez-Garay
Diana-Teresa Ortega-Aponte
Stephanie-Mishell Mejía-Aranda
Lorena-Andrea Rivera-González
Sandra-Milena Rayo-Fonseca
Neydy-Viviana Canedo-Suárez
Viviana Jaimes-Higuera
Jackson-Alberto Granados-Arias
Claudia-Carolina Cabrera-Gómez
Alejandra Serrano-Rodríguez
Camila-Andrea Rubio-Parra
Claudia Lizcano-Alvarado
Helen Estupiñán-López
Javier Bastidas-Erazo
Karla-Michelle Cáceres-Contreras
Lina-Michell Rincón-Pérez
Luis-Carlos Arana-Camacho
Maira-Alejandra Rodríguez-Rozo
María-Fernanda Angarita-Ortiz
Marly Castilla-Rincón
Natalia-Alejandra Gómez-Rodríguez
Ottman-Yeshid Salazar-Morales
Slendy-Katerine Andrade-Torres
Verónica-Stefania Jaimes-Gamboa
Yair Fuentes-Leiva
Yuliana-Yorgelis Lizcano-Villamizar

Bienestar psicológico en las organizaciones: un análisis desde los sectores económicos y productivos

Editores

Diego Rivera-Porras
Astrid Rozo-Sánchez
Alexander Flórez-Garay

Autores

©Sandra-Milena Rayo-Fonseca
©Neydy-Viviana Canedo-Suárez
©Viviana Jaimes-Higuera
©Jackson-Alberto Granados-Arias
©Claudia-Carolina Cabrera-Gómez
©Alejandra Serrano-Rodríguez
©Camila-Andrea Rubio-Parra
©Claudia Lizcano-Alvarado
©Helen Estupiñán-López
©Javier Bastidas-Erazo
©Karla-Michelle Cáceres-Contreras
©Lina-Michell Rincón-Pérez
©Luis-Carlos Arana-Camacho
©Maira-Alejandra Rodríguez-Rozo
©María-Fernanda Angarita-Ortiz
©Marly Castilla-Rincón
©Natalia-Alejandra Gómez-Rodríguez
©Ottman-Yeshid Salazar-Morales
©Slendy-Katerine Andrade-Torres
©Verónica-Stefania Jaimes-Gambo
©Yair Fuentes-Leiva
©Yuliana-Yorgelis Lizcano-Villamizar

Bienestar psicológico en las organizaciones: un análisis desde los sectores económicos y productivos / editores Diego Rivera-Porras, Astrid Rozo-Sánchez, Alexander Flórez-Garay; Diana-Teresa Ortega-Aponte [y otros 25] -- Barranquilla: Ediciones Universidad Simón Bolívar, 2018.

303 páginas; tablas; figuras a color
ISBN: 978-958-5533-16-5 (Versión electrónica)

1. Trabajadores -- Bienestar psicológico 2. Comportamiento organizacional. 3. Satisfacción en el trabajo 4. Psicología industrial. Rivera-Porras, Diego, editor-autor II. Rozo Sánchez, Astrid, editor-autor III. Flórez-Garay, Alexander, editor-autor IV. Ortega-Aponte, Diana-Teresa V. Mejía-Aranda, Stephanie-Mishell VI. Rivera-González, Lorena-Andrea VII. Rayo-Fonseca, Sandra-Milena VIII. Canedo-Suárez, Neydy-Viviana IX. Jaimes-Higuera, Viviana X. Granados-Arias, Jackson-Alberto XI. Cabrera-Gómez, Claudia-Carolina XII. Serrano-Rodríguez, Alejandra XIII. Rubio-Parra, Camila-Andrea XIV. Lizcano-Alvarado, Claudia XV. Estupiñán-López, Helen XVI. Bastidas-Erazo, Javier XVII. Cáceres-Contreras, Karla-Michelle XVIII. Rincón-Pérez, Lina-Michell XIX. Arana-Camacho, Luis-Carlos XX. Rodríguez-Rozo, Maira-Alejandra XXI. Angarita-Ortiz, María-Fernanda XXII. Castilla-Rincón, Marly XXIII. Gómez-Rodríguez, Natalia-Alejandra XXIV. Salazar-Morales, Ottman-Yeshid XXV. Andrade-Torres, Slendy-Katerine XXVI. Jaimes-Gambo, Verónica-Stefania XXVII. Fuentes-Leiva, Yair XXVIII. Lizcano-Villamizar, Yuliana-Yorgelis XXIX. Tit.

158.7B5882018 Sistema de Clasificación Decimal Dewey 21ª edición

Universidad Simón Bolívar – Sistema de Bibliotecas

Grupo de investigación:

Altos Estudios de Frontera (ALEF), Universidad Simón Bolívar, Colombia
Desarrollo Humano, Educación y Procesos Sociales, Universidad Simón Bolívar, Colombia

Impreso en Barranquilla, Colombia. Depósito legal según el Decreto 460 de 1995. El Fondo Editorial Ediciones Universidad Simón Bolívar se adhiere a la filosofía del acceso abierto y permite libremente la consulta, descarga, reproducción o enlace para uso de sus contenidos, bajo una licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Ediciones Universidad Simón Bolívar. Carrera 54 No. 59-102
<http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/edicionesUSB/dptopublicaciones@unisimonbolivar.edu.co>
Barranquilla y Cúcuta

ISBN: 978-958-5533-16-5

Producción Editorial

Conocimiento Digital Accesible. Mary Barroso, Lisa Escobar
Urb. San Benito vereda 19 casa 5. Municipio Santa Rita del Estado Zulia- Venezuela. Apartado postal 4020. Teléfono: +582645589485, +584246361167. Correo electrónico: marybarroso27@gmail.com, conocimiento.digital.a@gmail.com

Diciembre del 2018

Barranquilla

Made in Colombia

Como citar este libro

Rivera-Porras, D., Rozo-Sánchez, A. y Flórez-Garay, A. (Ed.) (2018). Bienestar psicológico en las organizaciones: Un análisis desde los sectores económicos y productivos. Cúcuta, Colombia: Ediciones Universidad Simón Bolívar.

DOI:

1

BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LAS ORGANIZACIONES¹

Sandra-Milena Rayo-Fonseca

Psicóloga en formación - Universidad Simón Bolívar (USB), Colombia. Universidad Simón Bolívar, Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Cúcuta - Colombia. E mail: s_rayo@unisimon.edu.co, smrayo@miscna.edu.co. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2365-3998>.

Stephanie-Mishell Mejia-Aranda

Psicóloga en formación - Universidad Simón Bolívar (USB), Colombia. Universidad Simón Bolívar, Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Cúcuta - Colombia. E mail: s_mejia1@unisimon.edu.co, mishell.mejia@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5302-7328>.

Neydy-Viviana Canedo-Suárez

Psicóloga en formación - Universidad Simón Bolívar (USB), Colombia. Universidad Simón Bolívar, Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Cúcuta - Colombia. E mail: n_canedo@unisimon.edu.co, neyvicanedo@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1569-2236>.

Diego Rivera-Porras

Psicólogo - Universidad de Pamplona (UP), Colombia. Magíster en Dirección Estratégica con Especialidad en Gerencia. Módulo Optativo: Recursos Humanos y Gestión del Conocimiento - Universidad Internacional Iberoamericana (UNINI), Puerto Rico. Especialista en Gerencia en Riesgos Laborales, Seguridad y Salud en el Trabajo - Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO), Colombia. Especialista en Estadística Aplicada - Universidad Francisco de Paula Santander (UFPS), Colombia. Universidad Simón Bolívar, Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales, Cúcuta - Colombia. E mail: d.rivera@unisimonbolivar.edu.co, diegoandresriveraporras23@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2169-3208>.

Resumen

En el presente capítulo se dan a conocer los modelos y apartados teóricos que buscan explicar el bienestar psicológico de forma general y específica, también se presentan distintos estudios realizados a nivel mundial, latinoamericano y nacional sobre la variable estudiada. Se obtuvo como aporte que el bienestar psicológico ha sido una variable relevante a la hora de trabajar

¹ Capítulo derivado del proyecto de investigación titulado “Bienestar psicológico, satisfacción laboral y felicidad en el trabajo: Un análisis desde los sectores económicos y productivos de Cúcuta, Norte de Santander” del semillero de investigación en Psicología, Organización, Gestión y Riesgos - PSICORGER, adscrito al grupo de investigación: Altos estudios de frontera (ALEF). Fecha de inicio: febrero de 2018. Fecha de finalización: noviembre de 2019. Universidad Simón Bolívar, Cúcuta - Colombia.

sobre aspectos relacionados con la calidad de vida, la felicidad y la salud mental. Finalmente, como reflexión se destaca que el estudio del bienestar en diferentes ambientes puede fortalecer aspectos no solo académicos, sino también características individuales y procesos terapéuticos, además de ello, se puede promover políticas públicas que puedan mejorar las condiciones laborales de las personas y las dinámicas de una organización.

Palabras clave

Bienestar psicológico, psicología organizacional, salud mental.

Psychological well-being in organizations

Abstract

In this chapter we present the models and theoretical sections that seek to explain psychological well-being in a general and specific way, and also present various studies carried out at a global, Latin American and national level on the variable studied. It was obtained as a result that psychological well-being has been a relevant variable when working on aspects related to quality of life, happiness and mental health. Finally, as a reflection it is emphasized that the study of well-being in different environments can strengthen not only academic aspects, but also individual characteristics and therapeutic processes, as well as promoting public policies that can improve the working conditions of people and the dynamics of an organization.

Keywords

Psychological well-being, organizational psychology, mental health.

Introducción

Estudiar el bienestar psicológico como una variable de influencia en la psicología organizacional es importante, ya que éste se enmarca específicamente en la psicología positiva (García-Alandete, Martínez, Sellés y Soucase, 2018) y busca integrar distintos conceptos y enfoques relacionados a la salud mental y a la calidad de vida. Desde esta perspectiva se concibe al ser humano como un sujeto activo y consciente de su conducta (Marín-Escobar, Maury-Mena, Maury-Romero y Pacheco-Gutiérrez, 2017; Rivera-Porras, 2017; Hurtado-Olaya, García-Echeverri, Rivera-Porras y Forgiony-Santos, 2018; Nuván-Hurtado et al. 2018). Es por esto que la psicología en el siglo

XXI busca ampliar los campos de acción, estudiar las conductas adaptativas y desadaptativas, para así prevenir las enfermedades y promover la salud, ya que estos aspectos, al igual que los económicos afectan las condiciones y la forma en que se vive (Andrade, Sanabria, Morales, Rodríguez y Oyuela, 2013; Spiendler, Carlotto, Ogliari y Giordani, 2015; Marín-Escobar, Maury-Mena, Maury-Romero y Pacheco-Gutiérrez, 2017).

Teniendo en cuenta los antecedentes históricos, se buscó definir los principales componentes del bienestar. Para esto, se realizó un análisis desde las categorías psicológicas, y se encontró una relación entre las condiciones socioeconómicas y la calidad de vida. Debido a estos hallazgos, se puede decir que el bienestar es la satisfacción personal con la vida, entendiendo la satisfacción como el resultado que surge a partir de una interacción con diversos entornos sociales (García y González, 2000; Marín-Escobar y Donado, 2012; Marín-Escobar, Marín-Benítez, y Maury-Mena, 2016; Torres-Salazar y Melamed-Varela, 2016; Bonilla-Cruz, Forgiony-Santos y Rivera-Porras, 2017; Uribe, Ramos, Villamil y Palacio, 2018; Carrillo-Sierra, Rivera-Porras, Forgiony-Santos, Bonilla-cruz y Montánchez-Torres, 2018).

En 1989, Ryff (citado por Bustos-Ruiz y Chala-Trujillo, 2017) propuso un modelo que tuvo como finalidad conocer el bienestar psicológico, el cual se puede evidenciar en infinidad de contextos y su objetivo fue conocer el bienestar psicológico de las personas para ayudarlos a superar las falencias evidenciadas en este ámbito, mejorando sus capacidades en los contextos sociales (Romero, Brustad y García, 2007; Liberal, Escudero, Cantalops y Ponseti, 2014; García-Echeverri, Hurtado-Olaya, Quintero-Patiño, Rivera-Porras y Ureña-Villamizar, 2018). No obstante, es importante señalar también el bienestar personal, el cual se entiende como la satisfacción que pueden poseer las personas en las diversas áreas de la vida, siendo conocido como felicidad, refiriéndose a las experiencias que son únicas para cada individuo.

El modelo propuesto por Ryff (1989 citado por Bustos-Ruiz y Chala-Trujillo, 2017) se enmarcó en 6 dimensiones que debería tener cualquier individuo para generar el bienestar, entre ellas se encuentran la autoaceptación, el dominio del entorno, las relaciones positivas con los demás, la autonomía,

el crecimiento personal y el propósito de vida, las cuales se contextualizan a lo largo del presente escrito (Hernández y Martín, 2016).

Con respecto a la relación epistemológica, se abordaron los orígenes del bienestar psicológico desde una perspectiva más amplia, que va desde los diferentes autores hasta la evolución del concepto con el paso de los años; esto con el fin de dar a conocer la importancia de la misma, su influencia en las distintas áreas y su relación con el contexto organizacional.

Desarrollo del tema

En este apartado, se presenta una breve contextualización sobre la evolución histórica por las que han atravesado las teorías de la organización, seguido de esto, se dan a conocer los principales modelos y teóricos del bienestar psicológico.

Tabla 1
Teoría de la evolución de la organización

Año	Autores	Teoría	Concepto
1900	Town y Taylor	Teoría Científica	Constituyó el primer esfuerzo para estudiar el trabajo como método, y realizó dos aportes importantes llamados trabajos fundamentales y principios de la administración científica. Propuso otorgar incentivos a los trabajadores que hicieran mucho más.
1916	Fayol	Teoría Funcional	Su principio básico se fundamenta en 5 principios, seguridad, producción, contabilidad, comercialización y administración. El postulado de esta teoría es que la mejor forma de organización está basada en una distribución de funciones, las cuales se dividen.
1924	Weber, 1924	Teoría Burocrática	La forma más eficaz para que una organización crezca es con base a reglas jerárquicas y de control conocida como un modelo racional-legal, y así permite que funcione debido a sus reglas claras y racionales.
	Mayo, 1920. Follet, Maslow, 1954, Herzberg, 1966, McGregor, 1957	Teoría de las Relaciones Humanas	Se menciona que los aspectos emocionales son más importantes que los físicos y la participación social es fundamental, además que la importancia del esfuerzo en grupo con el cumplimiento de una tarea, y a la vez es tarea del administrador descubrir la motivación de grupo.

Cont... Tabla 1.

1938	Barnard	Teoría de los Sistemas Cooperativos	Veía a la organización como un sistema cooperativo, en el que las personas siempre se relacionan y que por medio de esto es que surge una organización, para evitar conflictos se deben dar incentivos y promover la participación.
1940	Bertalanffy, Katz y Rosenzweg	Teoría de los Sistemas	Incorpora la idea de que la organización es un sistema abierto constituido por subsistemas relacionados con el medio.
1951	March y Simon	Teoría del Comportamiento	La tarea de decidir es fundamental en la administración, la función más importante para un administrador es tomar la decisión adecuada al problema.
1960	Selznick, Pfeffer y Croazier	Teoría Política	Se fundamenta en 3 factores: la importancia del recurso, el grado de discreción, y el tipo de control. También posee 4 opciones: Adaptarse o modificar, interdependencia o modificar, negociar en el contexto y cambiar la legitimidad. La competencia central de los gestores se concentra en la gestión del conflicto y negociación.
1970	Bennis, Beckhand y Schein	Teoría del Desarrollo Organizacional	El desarrollo organizacional depende en gran medida a los diferentes niveles que posee cada individuo las cuales son: Individual, interpersonal, por grupos.
1972	Woodward, Lawrence y Lorsh	Teoría de la Contingencia	Se afirma que existen 4 contextos ambientales que regulan el comportamiento organizacional, los cuales son: Entorno estático, entorno segmentado, entorno perturbado, campos turbulentos. Dependiendo del ambiente en el que se encuentre la empresa es diseñar diferentes estructuras para llegar a la congruencia.
1972	Woodward, Lawrence y Lorsh	Teoría Moderna	Se da la transición a las nuevas teorías
1977	Hannan y Freeman.	Teoría de la Población Ecológica	Enfatiza la importancia del entorno en la subsistencia y posee dos conceptos: Inercia estructural que se da por selección natural y criterio evolucionista donde si existe se sobrevive y si fracasa se extingue.
1980	Dimaggio, Powell, Meyer y Rowan	Teoría Institucional	Estudiado como un todo, organización es un sistema social, no solo técnico, se requiere apoyo social y no solo demanda de eficiencia
1985	Williamson	Teoría del Costo de Transacciones	Posee 3 atributos: Especificidad de los activos, frecuencia de la transacción e incertidumbre de la transacción con el fin de minimizar costos.
1991	Barney	Teoría de los Recursos y Capacidades	Se basa en explicar las debilidades y fortalezas de la organización, se formulan preguntas y análisis que permiten a la empresa convertirse en un instrumento esencial para el análisis interno.

Cont... Tabla 1.

1991	Rumelt, Schendel y Tecce	Teoría de la Agencia	Su objetivo es la organización privada y su objetivo es determinar cuál es el contrato más eficiente para gobernar la relación principal del agente y por eso cada agente tiene un costo
1993	Cambell	Teoría del Caos Determinista	Colección de técnicas conceptuales matemáticas que permiten definir a los sistemas complejos.
1994	Prigogines	Teoría de los Sistemas Alejados del Equilibrio	Explica las leyes termodinámicas, es un sistema abierto alejado del equilibrio, posee un doble proceso de adaptación y autoorganización, la complejidad de los procesos psicosociales obedece 4 causas muy sencillas
1995	Kauffman	Teoría de los Sistemas Complejos Adaptativos	Dos tipos de sistemas complejos decrecientes y sistemas complejos crecientes, donde la complejidad es el resultado de la adaptación.
2000	Bak y Chen	Teoría de la Autocriticabilidad Organizada	Centro de la dinámica constitutiva de los sistemas vivientes, la estructura cambia todo el tiempo, lo que demuestra su continua adaptación a los continuos cambios ambientales.

Fuente: Adaptado de Rivas (2009).

El bienestar psicológico se caracteriza por ser una variable multidimensional y se define como la capacidad personal y de crecimiento que tiene una persona, en la cual se evidencian indicadores positivos de funcionamiento, aunque niveles bajos del mismo pueden desencadenar patologías en la salud. Por este motivo se puede decir que existen factores de riesgo capaces de afectar el bienestar psicológico, tales como las largas jornadas de trabajo, el sedentarismo, las comidas no equilibradas, la falta de tiempo en la vigilia y sueño, y el reposo. No obstante, el concepto se enfoca más hacia las condiciones y la calidad de vida que puede tener un individuo. En este orden de ideas, un alto nivel de bienestar psicológico se evidencia en un funcionamiento positivo, mientras que un bajo nivel podría afectar la salud (Véliz, Dorner y Ripoll, 2017).

Por otra parte, Seligman (2016) llamó teoría del bienestar a la psicología positiva, y determinó su origen en la felicidad auténtica, la cual surge de la emoción positiva, compromiso y sentido de la vida, no obstante, para Arboleda (2015) la psicología positiva es considerada como el estudio del funcionamiento psíquico óptimo de una institución, grupo o persona, en

donde se podrán intervenir las dificultades encontradas en la investigación psicológica y las variables psicopatológicas estudiadas. El autor anterior, considera que se corrigió el desequilibrio que tuvo la psicología en los últimos 60 años, en el momento en el que se empezó a dar mayor importancia a las características psicológicas de las personas, al reconocer su sufrimiento y los aspectos negativos que las caracterizan, consolidando así el concepto de bienestar psicológico.

Para Díaz y Sánchez (2018) actualmente existen cinco modelos teóricos fundamentales del bienestar psicológico (tético, de las necesidades, situacional, de la adaptación y de las discrepancias) y consideran sus aportes de la siguiente forma:

Las teorías universalistas también llamadas teorías téticas, destacan que el logro de objetivos y la satisfacción como tal, se da cuando se suplen ciertas necesidades básicas y aprendidas por las personas, las del ciclo vital y los factores emocionales, estas se encuentran moderadas por el aprendizaje, el ciclo evolutivo y las características individuales (Díaz y Sánchez, 2018).

La teoría de las necesidades de Maslow (2016) plantea como necesidades básicas la seguridad, el amor, la entrega, el respeto y la estimación propia.

Los modelos situacionales buscan responder como los factores predisponen a las actitudes que presenta un individuo, y a su vez como interfiere en la comprensión de la realidad, por ello, la satisfacción personal, se basa en momentos y/o situaciones placenteras y/o desagradables a lo largo de la vida (Moreno-Riascos, Ramírez-Delgado, Rengifo-Nasner y Cabrera-Gómez, 2017). Sin embargo, cabe destacar que cuando el individuo experimenta más situaciones agradables experimentará una mayor satisfacción, por lo tanto, el modelo teórico plantea que las personas felices, son aquellas que perciben su entorno de forma placentera desde todos sus ámbitos (Díaz y Sánchez, 2018).

La teoría de la adaptación, en la actualidad, ha evolucionado hacia una visión de correspondencia mutua donde se resalta que las personas son sistemas adaptativos y holísticos que funcionan como partes interdependientes, y que su comportamiento se basa en unidad de propósito, por ello, los seres

individuos tienen la capacidad de adaptarse y crear cambios en su entorno (Barco, Quintero, Reyes y Álvarez, 2014). Este enfoque teórico es fundamental para comprender el concepto de la felicidad, debido a que en situaciones que generan estrés, el ser humano se puede adaptar y posteriormente regresará a su nivel inicial de bienestar, de esta forma hay recursos personales que están libres y pueden hacer frente a otros estímulos que pueden requerir atención inmediata (Díaz y Sánchez, 2018).

Finalmente, Agosto y Barja (2017) postularon la teoría de las discrepancias, y la dividieron en tres aspectos: El primero, es el yo real, que hace referencia a las atribuciones que tiene la persona en la actualidad; El segundo, es el yo ideal, que se relaciona con lo que la persona desearía tener y el tercero, es el yo obligado, y es entendido como lo que en realidad la persona debería tener. Por ello, las personas que tienen diferencias entre sus “yo” (yo real y yo ideal) pueden presentar emociones negativas, tal como sucede entre el yo real y el yo obligado.

Revisión de antecedentes

En el siguiente apartado se evidencian antecedentes sobre investigaciones realizadas a nivel mundial, latinoamericano y nacional, las cuales están relacionadas con el bienestar y aportaron al desarrollo del capítulo.

Nivel mundial

En el 2016, Mayordomo, Sales, Satorres y Meléndez realizaron una investigación en España la cual denominaron “*Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción*”, el estudio tuvo como objetivo evaluar las diferencias en las dimensiones del bienestar psicológico en función de los grupos de edad, sexo y su interacción, desarrollándose mediante un método cuantitativo con un diseño *ex post facto* prospectivo evolutivo transversal. La población estuvo compuesta por 900 sujetos obteniendo una muestra final de 706 sujetos, el instrumento utilizado fue la escala de bienestar psicológico (EBP); Los resultados determinaron que las relaciones positivas con otros, el crecimiento personal, el dominio del entorno y la autonomía en los adultos

mayores, tienden a disminuir según va aumentando la edad; esto permitió concluir que la edad y el sexo influyen el bienestar psicológico.

Por otro lado, se encontró el trabajo realizado en Chile por Corral (2015), el cual se titula “*Inteligencia emocional, estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en el voluntariado de Cruz Roja: Estudio preliminar para el diseño de acciones formativas*”, y tuvo por objetivo estudiar las relaciones entre la inteligencia emocional, las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en voluntariado de Cruz Roja para establecer así las bases de futuros cursos de formación que promuevan el bienestar, el muestreo fue dirigido y se conformó por 52 voluntarios, el diseño utilizado fue descriptivo transversal. Se utilizó la escala de bienestar psicológico (BIEPS) y los resultados permitieron evidenciar que el bienestar psicológico se relaciona con la claridad y la reparación emocional; Otro hallazgo de interés fue que la claridad emocional es un aspecto importante para mejorar de forma significativa el bienestar psicológico. De igual manera, se resalta como una estrategia de afrontamiento y se demuestra que la capacidad de resolución de conflictos está relacionada significativamente con el bienestar psicológico.

García et al. (2018) elaboraron una investigación la cual se denominó “*Sentido de vida y bienestar psicológico en adultos emergentes españoles*”, dicho trabajo fue llevado a cabo en España, y tuvo como objetivo analizar las relaciones entre el sentido de vida y el bienestar psicológico, haciendo énfasis en las diferencias que se pueden dar según las variables estudiadas, el estudio utilizó una metodología de tipo cualitativa, con un diseño no experimental, descriptivo y comparativo. La muestra se conformó con 224 mujeres y 109 hombres, con rangos de edades entre los 17 y 26 años, el total de personas estudiadas fueron 333 adultos emergentes españoles, los instrumentos utilizados en el estudio fueron las versiones españolas del test *purpose-in-life* y la escala de bienestar psicológico de Ryff; como resultado se encontró una relación positiva y significativa entre las variables de sentido de vida y bienestar psicológico, de forma global y en sus dimensiones, según el coeficiente de correlación de Spearman-Brown; por otra parte, al analizar la relación entre los componentes del sentido de vida y de bienestar psicológico, se encontró que en la dimensión de autonomía, sólo se evidenció una diferencia

significativa entre la experiencia de sentido e indefinición de sentido, al igual que en la variable bienestar psicológico según los grupos de vacío existencial, indefinición de sentido y experiencia de sentido (Prueba Kruskal Wallis), por lo que se considera que de este trabajo se obtienen aportes tales como que el bienestar psicológico está relacionado con el sentido de vida especialmente con las dimensiones de propósito vital, crecimiento personal, autoaceptación, dominio ambiental y bienestar psicológico global.

Nivel latinoamericano

En Ecuador se llevó a cabo un estudio titulado “*Bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos*”, el cual fue elaborado por Moreta, Gabior y Barrera (2017) y tuvo como objetivo determinar el papel predictor del bienestar psicológico y la satisfacción con la vida en el bienestar social en una muestra de estudiantes universitarios, para ello utilizó una metodología de tipo cualitativo y diseño descriptivo, correlacional y predictivo, la población fueron estudiantes universitarios, el muestreo fue no probabilístico, el cual estuvo conformado por 449 estudiantes de dos universidades de Ambato, a quienes se les aplicó los cuestionarios de satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social, los resultados indicaron que existe relación entre las variables estudiadas (satisfacción con la vida y bienestar psicológico); se encontró que la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico se relacionan con el bienestar social, explicando un 48,6% los cambios de la varianza; este trabajo aportó información relevante, ya que demuestra que si existe un bienestar psicológico en el individuo, este será un transportador y generador del mismo, lo cual a su vez ayudará a la formación de un bienestar social, siendo esto a su vez un elemento indispensable para cualquier tipo de organización.

La investigación titulada “*Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales*”, fue realizada por García, Manquian y Rivas (2016) en Chile y tuvo como objetivo evaluar la influencia de las estrategias de afrontamiento y el apoyo social sobre el bienestar psicológico en cuidadores informales de la provincia de Concepción, Chile. La muestra

estuvo compuesta por 194 cuidadores informales, el método fue cuantitativo con un diseño descriptivo y correlacional; El instrumento utilizado fue el „*ourishing scale* (FS). Este estudio encontró que las estrategias de planificación y aceptación, y el apoyo social percibido se relacionan de forma significativa con el bienestar psicológico. También se encontró que los amigos son predictores del bienestar psicológico y del apoyo social, siendo entendido como un mediador entre las variables. Entre los aportes de la investigación se destaca la importancia de las redes de apoyo.

Por otro lado, Millán, García y D’aubeterre (2014) realizaron una investigación en Venezuela llamada “*Efecto de la inteligencia emocional y flujo en el trabajo sobre estresores y bienestar psicológico: Análisis de ruta en docentes*”, cuyo objetivo fue confirmar el valor de la inteligencia emocional y la disposición a fluir en el trabajo como factores de protección personal ante las diferentes fuentes de estrés laboral y como promotores del bienestar psicológico utilizando un diseño explicativo transversal, la población estuvo conformada por 63,307 docentes universitarios a nivel nacional obteniendo una muestra final de 199 docentes, para el estudio se utilizó la escala de bienestar psicológico (EBP); Los resultados obtenidos indicaron que las variables estudiadas pueden ser concebidas como factores protectores en el estrés laboral y los problemas laborales; el aporte principal indica que para mejorar el bienestar psicológico se debe tener en cuenta el efecto que surge de la inteligencia emocional y flujo en el trabajo, ya que estas inciden sobre el bienestar psicológico.

Nivel nacional

En Colombia, Pineda, Castro y Chaparro (2018) realizaron una investigación llamada “*Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos*”, por medio de un método cuantitativo con un diseño instrumental, donde la población estuvo conformada por 533 estudiantes de dos universidades privadas de Bogotá y 194 estudiantes de una universidad pública de Tunja, obteniendo una muestra final de 727 estudiantes, el estudio tuvo como objetivo evaluar la confiabilidad y la validez de constructo y discriminante, de las seis escalas de bienestar psicológico de Ryff (EBP) en adultos jóvenes de Bogotá y Tunja. Como resultado, el análisis factorial

confirmatorio permitió identificar índices de ajuste similares a las seis dimensiones originales y un factor de segundo orden, denominado bienestar, la investigación mostró que el instrumento es adecuado para medir el constructo, debido a que posee las propiedades psicométricas de confiabilidad y validez para la valoración del bienestar psicológico en población joven colombiana, esta escala mostró una estructura similar a la propuesta por Ryff en la versión original.

Por otra parte, Agudelo y Vásquez (2017) realizaron una investigación en Medellín titulada “*Bienestar psicológico, la satisfacción laboral y el compromiso organizacional en los empleados de la biblioteca de una institución de educación superior*”, la cual tuvo como objetivo reconocer la percepción sobre el bienestar psicológico, la satisfacción laboral y el compromiso organizacional en los empleados. La población estuvo compuesta por 88 empleados obteniendo una muestra final de 58 personas; se utilizó un método cuantitativo con diseño descriptivo correlacional, el instrumento utilizado fue el general *health questionnaire* (GHQ); Los resultados obtenidos mostraron que el compromiso organizacional no está relacionado con el bienestar psicológico, pero sí con la satisfacción laboral.

Finalmente, Oblitas et al. (2016) desarrollaron una investigación en Barranquilla (Colombia) llamada “*Incidencia de mindfulness y qi gong sobre el estado de salud, bienestar psicológico, satisfacción vital y estrés laboral*”, la cual tuvo como objetivo evaluar el efecto del mindfulness y qi gong en el estado de salud, bienestar psicológico, satisfacción vital y niveles de estrés laboral en un grupo de trabajadores administrativos de la Universidad de la Costa (Barranquilla). La muestra estuvo compuesta por 52 trabajadores y se trabajó bajo el método cuantitativo con un diseño de tipo pre-experimental con medida pre-test post-test. Este estudio confirmó los beneficios del mindfulness y del qi gong en el estado de salud, lo que hace que se incremente la satisfacción y el bienestar.

Fundamentos del tema

La salud es considerada un derecho fundamental, inherente al ser humano e importante para lograr alcanzar un estado de óptimo de bienestar físico y mental en cualquier sujeto; es por ello que el bienestar psicológico ha sido considerado como un tema de importancia a la hora de trabajar

con aspectos relacionados a la felicidad, la calidad de vida y la salud mental (Ballesteros, Medina y Caycedo, 2006), así como con las distintas características personales y del contexto (Chávez, 2017). A continuación, se abordarán los modelos sobresalientes del bienestar psicológico.

Se define el bienestar psicológico como el juicio realizado por los individuos acerca de su propia vida. Desde esta perspectiva, se considera que el bienestar es la opinión individual que las personas tienen acerca de su vida y de su nivel de satisfacción con la misma, la cual se considera, según las experiencias vividas como positiva o negativa (Manrique, Martínez y Turitzio, 2008; García, 2014; Rivera-Porras, Rincón-Vera y Flórez-Gamboa, 2018).

En la actualidad, hablar sobre el bienestar psicológico es vital, ya que este se asocia a factores biológicos, psicológicos, sociológicos y con aspectos neurálgicos a nivel individual y grupal. Asimismo, esta variable contribuye a la búsqueda del sentido que se le da a la actuación humana, así como a la capacidad que tiene una persona para afrontar las dificultades cuando se siente bien, la cual se evidencia en la sociabilidad, la creatividad o si posee la capacidad de proyectarse hacia un futuro positivo, siendo capaz de infundir felicidad y de esta forma, llegar amar (García-Viniegras y González, 2000; Fernández, García-Viniegras y Ruiz, 2014). Es debido a esto -que desde la psicología- se han generado diversas teorías sobre el bienestar, siendo éste clasificado como un referente teórico de primer orden. Sin embargo, para hablar de bienestar psicológico, es necesario: 1) Conocer el concepto de salud, la cual se define como un estado de completo bienestar físico, psicológico y social (Organización Mundial de la Salud - OMS, 2015 citado por Blanch, Sahagún, Cantera y Cervantes, 2010; Peña, Lima, Bueno, Aguilar, Keyes y Arias, 2017); y 2) Es necesario presentar las teorías propuestas por Ryan y Deci sobre la autodeterminación, la psicología positiva de Seligman y el bienestar eudaimónico de Ryff (Meneses, Ruiz y Sepúlveda, 2016).

Ya para el año 1998, Seligman pretendía en primera instancia enfocar la psicología positiva en la prevención, pero terminó enfatizando la enfermedad. Debido a esto, este modelo se enfocó en evitar o minimizar los riesgos, aunque se identificaron otras tendencias y factores que contribuyen al bienestar psicológico, las cuales se nombraron y adaptaron a una estructura

programática; Tras la presentación inicial del fundador de la psicología positiva, se iniciaron encuentros entre aquellos investigadores que estaban interesados en el desarrollo de esta nueva corriente (Seligman, 2016; Lupano y Castro, 2016).

En el año 2000, Ryan y Deci propusieron la teoría de la autodeterminación y la definieron como un modelo que está directamente enfocado hacia la motivación humana y la personalidad, utilizando formas empíricas y tradicionales, mientras tienen en cuenta una metateoría organísmica que se enfoca en la transformación de los recursos humanos que poseen los individuos de manera interna para la obtención del desarrollo de su personalidad y una autorregulación de sus conductas, es decir, estas características contribuyen al crecimiento de las necesidades psicológicas innatas, las cuales originan su propia motivación y permiten que se generen otras necesidades que son consideradas como importantes (competencia, relación y autonomía), pues facilitan el óptimo crecimiento y desarrollo social, permitiendo una integración constructiva del bienestar persona. Por esto, la psicología positiva se interesó no solo por estudiar la debilidad y el daño, sino también las fortalezas y las virtudes.

Desde una perspectiva teórica más amplia, se tomó como punto de partida el comportamiento organizacional, el cual se refiere a todos aquellos comportamiento relacionados al ámbito laboral que pueden incidir de forma positiva o negativa sobre la organización desde el nivel más alto de jerarquización hasta el más bajo. Esta corriente estudia las conductas de las personas y a su vez, como encajan en las organizaciones (Robbins, 2004; Terán et al. 2017). Debido a esto, estudiar el comportamiento dentro de la organización es importante, ya que en este espacio se observan las diferentes conductas que poseen las personas, las cuales conllevan a ciertos comportamientos, el desarrollo de habilidades (interpersonales e intrapersonales) y la relación entre individuos y grupos (Robbins, 2004; Cabrera-Gómez y León-Vásquez, 2016; Terán et al. 2017).

El comportamiento organizacional se puede estudiar desde tres perspectivas: Individuos, grupos y estructura, con el fin de que las

organizaciones funcionen mejor. Si se desea lograr un buen funcionamiento, se debe empezar por entender con objetividad al personal y se debe tener en cuenta que las conductas que poseen los individuos a nivel personal, no lleguen a repercutir a afectar el funcionamiento de la empresa y el ambiente laboral (Robbins, 2004; Terán et al. 2017).

Es por esto que la comprensión de estos temas dentro de una organización es relevante, ya que el comportamiento organizacional se relaciona con el desempeño y la productividad, por ende, estudiar, analizar e intervenir estos fenómenos mejora las condiciones laborales (Toro, 2002 citado por Sanín y Salanova, 2014) y permiten un mejor desempeño del empleado, ya que un trabajador motivado y orientado hacia un objetivo, ocasiona que los procesos se optimicen mejorando la eficiencia y la eficacia (Sanín y Salanova, 2014).

En lo relacionado al bienestar, Blanco y Díaz (2005 citado por Moreta, Gabior y Barrera, 2017) consideran que este concepto ha sido abordado desde dos dimensiones básicas que son el bienestar subjetivo y el psicológico, los cuales hacen referencia a dos modelos tradicionales: El hedónico y el eudaimónico; el primero se define como el bienestar compuesto por la satisfacción con la vida, el afecto positivo y la ausencia de afecto negativo (Kahneman, 1999 citado por Tomás, Galiana, Gutiérrez, Sancho y Oliver, 2016), mientras que el segundo se asocia a la forma en cómo el individuo se desarrolla y los modos de afrontamiento que presenta ante ciertas situaciones de la vida diaria (Blanco y Díaz, 2005 citado por Moreta, Gabior y Barrera, 2017).

Para Manrique, Martínez y Turizo (2008), el bienestar es definido como la satisfacción con la vida, es decir, como el juicio global que las personas hacen de su vida. Por lo que, desde esta perspectiva, se consideraría que el bienestar es aquella opinión que cada persona tiene acerca de su vida y el nivel de satisfacción que tiene de la misma, la cual se genera con base a sus experiencias agradables o desagradables (Bernal, Daza y Jaramillo, 2015).

Sin embargo, para Véliz, Dorner y Ripoll (2017) el bienestar psicológico se encuentra fundamentado en un constructo multidimensional, puesto que

consideran que este ha sido un concepto utilizado en muchos más ámbitos y se ha visto relacionado con diferentes términos (calidad de vida, felicidad y satisfacción) como se mencionaba anteriormente. No obstante, los autores descritos anteriormente coinciden en que el bienestar psicológico es aquella percepción subjetiva que un individuo posee acerca de sí mismo (Villota-Jurado y Cabrera-Gómez, 2015), el cual puede ser medido mediante algunos componentes entre los cuales se destacan los siguientes:

El primero es la autoaceptación, la cual se manifiesta en las personas que poseen una actitud positiva, se aceptan tal y como son, se sienten satisfechas consigo mismas y por ende se les hace más fácil aceptar a los demás (Véliz, Dorner y Ripoll, 2017); En segundo lugar, se encuentran las relaciones positivas, las cuales hacen referencia a la capacidad que tiene una persona para establecer relaciones estables y de calidad con los demás (Cabrera, 2015); En tercer lugar se encuentra la autonomía, la cual es considerada como la capacidad que posee una persona para tomar decisiones por sí misma (Rivera-Porras, Hernández-Lalinde, Forgiony-Santos, Bonilla-Cruz y Rozo-Sánchez, 2018); En cuarto lugar, se tiene dominio del entorno, que es habilidad personal encargada de elegir o diseñar entornos favorables para sí mismo; en quinto lugar se encuentra el propósito en la vida, el cual se refiere a aquellas metas o sueños que se desean alcanzar, es decir, a aquel sentido de vida que una persona posee, y todo esto conlleva finalmente al crecimiento personal que es la capacidad que posee una persona para emplear sus habilidades, talentos y destrezas, y a partir de ellas seguir creciendo como persona (Cabrera, 2015; Véliz, Dorner y Ripoll, 2017).

Reflexiones emergentes

En la segunda guerra mundial el objetivo de la psicología era curar las enfermedades y así contribuir a que las personas tuvieran una vida productiva y satisfecha; Al término de ésta, la psicología dio un vuelco fijando nuevos objetivos cambiando la orientación de la psicología, las preocupaciones por encontrar el camino de la felicidad no son recientes, como se puede notar en los estudios de la filosofía occidental, es definida también como el estudio científico centrado específicamente en las fortalezas y virtudes que vive el ser

humano, lo que permite establecer una nueva postura en lo relacionado al desarrollo de las potencialidades y las capacidades de un individuo (Lupano y Castro, 2016; Rivera-Porras, Berbesi-Carrillo y León-Ramírez, 2018).

La importancia de estudiar el bienestar psicológico de un individuo, radica en que esta variable abarca diversos contextos como el laboral, personal, familiar y social; Los estudios realizados demuestran la necesidad de estudiar y trabajar en el bienestar psicológico en el ámbito laboral, donde se han evidenciado dificultades en la salud mental de los trabajadores, considerándose una línea de interés para la psicología organizacional, la cual se enfoca en la salud de los empleados.

Es pertinente mencionar que el bienestar psicológico está relacionado con la satisfacción con la vida y esto conlleva a un bienestar social, por lo que la autoaceptación, el propósito de vida y el dominio de entorno, aún siendo componentes del bienestar psicológico surgen del bienestar personal y el bienestar subjetivo (Arboleda, 2015; Moreta, Gaibor y Barrera, 2017). Esto demuestra que hay habilidades internas de un individuo que se pueden fortalecer para obtener un mejor bienestar y de esta manera estar satisfecho con la vida (Botero, 2015).

No obstante, una persona que esté atravesando por un período de crisis, puede desarrollar estrés y ansiedad, lo que puede conllevar a un desajuste emocional y fisiológico, teniendo como consecuencia dificultades en el rendimiento de las actividades realizadas (Botero, 2015; Carrillo-Sierra, Forgiony-Santos, Rivera-Porras, Bonilla-Cruz, Montánchez-Torres y Alarcón-Carvajal, 2018). El estrés que presentan los trabajadores se ve influido por varios factores entre ellos la cultura y el clima organizacional, sin embargo hay factores personales como el estilo de vida, características individuales y también se incluyen factores de riesgo como la malnutrición, las largas jornadas de trabajo, el sedentarismo, entre otras conductas que están relacionadas con el autocuidado que afecta el bienestar psicológico y que puede ocasionar patologías crónicas, cerebrovasculares y de salud mental (Cabrera-Gómez, 2015; Véliz, Dorner y Ripoll, 2017; Rivera-Porras, Carrillo-Sierra, Forgiony-Santos, Nuván-Hurtado y Roza-Sánchez, 2018).

También se determinó que las redes de apoyo como la familia y amigos son primordiales para mejorar el nivel de bienestar psicológico, ya que estas son un espacio de socialización en el que se aumenta la fortaleza entre sus miembros; así mismo, se considera que la psicología puede enriquecer diversas áreas de funcionamiento del trabajador, no solo a nivel académico, sino también a nivel individual y terapéutico, además de ello puede promover políticas públicas que puedan favorecer el bienestar laboral de las personas y cambiar la dinámica de una organización y finalmente la sociedad (Botero, 2015).

Desde la psicología también es pertinente promover tratamientos oportunos que eviten patologías, previniendo complicaciones que pueden provocar el fallecimiento directo o indirecto de un trabajador. Cabe destacar que el bienestar humano es un ámbito con múltiples dimensiones, tanto sociales como del entorno, por ello las personas mejoran su bienestar psicológico cuando en las instituciones las relaciones, los rasgos de personalidad y las experiencias convergen de forma positiva, dando como resultado un buen ajuste al entorno (Véliz, Dorner y Ripoll, 2017).

Sin embargo, para que la vida personal, laboral y social fluya de una forma más activa, es necesario conocer las diversas teorías que acompañan al bienestar psicológico como la psicología positiva, ya que esta estudia de forma científica las fortalezas y virtudes que a diario vive el ser humano, y establece nuevas posturas respecto al desarrollo potencial de las diversas capacidades (Sheldon y King, 2001; Salvatore, 2016; Rivera-Porras, Carrillo-Sierra, Forgiony-Santos, Bonilla-Cruz, Hernández-Peña y Silva-Monsalve, 2018).

Finalmente, teniendo en cuenta los rasgos individuales que estudia la psicología positiva, se pueden obtener perspectivas más abiertas que permitan desarrollar el potencial humano mientras se intenta prevenir o reducir las incidencias psicopatológicas, desarrollando el talento y la inteligencia de las personas, en lugar de seguir estudiando los aspectos negativos de los individuos también se deberían estudiar los aspectos positivos que ayuden a identificar las experiencias humanas que influyen en la optimización de

recursos y la fortaleza de los mismos, la aplicación de estos nuevos objetivos de la psicología se basan en una mejora de la calidad de vida, evitando el desarrollo de ciertas patologías que se originan debido a las condiciones adversas que presentan los entornos de trabajo (Contreras y Esguerra, 2006; Gable y Haidt, 2015; Bonilla-Cruz, Forgiony-Santos y Rivera-Porras, 2017).

Cómo citar:

Rayo-Fonseca, S., Mejia-Aranda, S., Canedo-Suárez, N. y Rivera-Porras, D. (2018). Bienestar psicológico en las organizaciones. En D. Rivera-Porras., A. Rozo-Sánchez y A. Flórez-Garay. (Ed.), *Bienestar psicológico en las organizaciones: Un análisis desde los sectores económicos y productivos*. (pp.15-41). Cúcuta, Colombia: Ediciones Universidad Simón Bolívar.

DOI:

Referencias

- Agosto, J. y Barja, B. (2017). *Influencias del modelo estético e insatisfacción corporal en adolescentes mujeres de una Institución Educativa Estatal de Lima Este, 2016* (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima.
- Agudelo C. y Vásquez, D. (2017). *El bienestar psicológico, la satisfacción laboral y el compromiso organizacional en los empleados de la biblioteca de una institución de educación superior* (Tesis de grado). Universidad de Antioquia, Medellín.
- Andrade, J., Sanabria, Y., Morales, M., Rodríguez, J. y Oyuela, J. (2013). Prevalencia del síndrome de burnout en personal de enfermería de una clínica de la ciudad de Ibagué. *Psicogente*, 16(29), 170-183. <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/1949>.
- Arboleda, D. (2015). *Estudio de los predictores del bienestar psicológico según el modelo de Ryff en el personal de enfermería de una institución de salud* (Tesis de grado). Pontificia Universidad Católica, Ecuador.
- Ballesteros, B., Medina, A. y Caycedo, C. (2006). El bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia. *Univ. Psychol*, 5(2), 239-258. Recuperado de: <http://sparta.javeriana.edu.co/psicologia/publicaciones/actualizarrevista/archivos/>

V5N203_bienestarpsicologico.pdf.

- Barco, V., Quintero, C., Reyes, A. y Álvarez, Z. (2014). El modelo de la adaptación ante la infertilidad de la pareja. *Revista cubana de enfermería*, 30(4). Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192014000400002.
- Bernal, T., Daza, C. y Jaramillo, P. (2015). Satisfacción con la vida y resiliencia en jóvenes en extraedad escolar. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 8(2), 43-53. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5608875>.
- Blanch, J., Sahagún, M., Cantera, L. y Cervantes, G. (2010). Cuestionario de Bienestar Laboral General: Estructura y Propiedades Psicométricas. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*. 26(2). 157-170.
- Bonilla-Cruz, N. J., Forgiony-Santos, J. y Rivera-Porras, D. (2017). Pedagogía del sentido: Reflexiones sobre la práctica pedagógica para la investigación. En Gómez, J., Aguilar, A. J., Jaimes, S. S., Ramírez, C., Hernández Albarracín, J. D., Salazar, J. P., Contreras, J. C. y Espinosa, J. F. (Eds.), *Prácticas pedagógicas* (p.394-413). Maracaibo, Venezuela: Ediciones Universidad del Zulia. ISBN: 978-980-402-237-1. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2099>.
- Bonilla-Cruz, N. J., Forgiony-Santos, J. y Rivera-Porras, D. (2017). Intervención psicosocial y desarrollo de competencias del psicólogo desde la psicología evolutiva. En Graterol, M. E., Mendoza, M. I., Graterol, R., Contreras, J. C., Espinosa, J. F. (Ed.). *Prácticas pedagógicas*. (p.377-393). Maracaibo, Venezuela: Ediciones Universidad del Zulia. ISBN: 978-980-402-237-1. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2099>.
- Botero, M. (2015). *Fecundidad en la adolescencia: un análisis del CONPES social 147 a partir del modelo de bienestar de Ryff, el enfoque socioecológico del desarrollo humano y el enfoque de derechos* (Tesis de grado). Universidad de los Andes, Colombia.
- Bustos-Ruiz, J. y Chala-Trujillo, M. (2017). Bienestar Psicológico: Ámbito De Actuación Para El Psicólogo Unadista. *Documentos de Trabajo ECSAH*, (1).
- Cabrera-Gómez, C. (2015). Valores corporativos de las instituciones de educación superior de San Juan de Pasto. *Revista UNIMAR*, 33(1). Recuperado de: <http://www.umariana.edu.co/RevistaUnimar/index.php/revista-unimar-vol33no1/880-valores-corporativos-de-las-instituciones-de-educacion-superior-de-san-juan-de-pasto>.

- Cabrera-Gómez, C. y León-Vásquez, C. (2016). Nivel de riesgo frente al consumo de sustancias psicoactivas en trabajadores de servicios generales en una universidad de Pasto. Propuesta de una ruta de Zonas de Orientación Laboral para disminución del consumo. *Criterios*, 23 (1), 249-275. Recuperado de: <http://ojseditorialumariana.com/index.php/criterios/article/view/1200>.
- Carrillo-Sierra, S., Forgiony-Santos, J., Rivera-Porras, D., Bonilla-Cruz, N., Montánchez-Torres, M. y Alarcón-Carvajal, M. (2018). Prácticas Pedagógicas frente a la Educación Inclusiva desde la perspectiva del Docente. *Revista Espacios*, 39(17), 15-32. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2167>
- Carrillo-Sierra, S., Rivera-Porras, D., Forgiony-Santos, J., Bonilla-Cruz, N. y Montánchez-Torres, M. (2018). Propiedades psicométricas del cuestionario de inclusión educativa (CIE) en contextos escolares colombianos. *Revista Espacios*, 39(23), 24-36. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2169>.
- Chávez, C. (2017). Estrés, salud y psicopatologías laborales. Síndrome de burnout en profesionales de la educación superior en Ecuador. (Tesis Doctoral). Universidad de Extremadura, España. Recuperado de: http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/6469/TDUEX_2017_Chavez_Orozco.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Contreras, F. y Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Revista Diversitas-Perspectivas en la psicología*, 2 (2).
- Corral, M. (2015). *Inteligencia emocional, estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en el voluntariado de cruz roja: Estudio preliminar para el diseño de acciones formativas* (Tesis doctoral). Universidad de Valencia, España.
- Díaz, M. y Sánchez, M. (2018). *Bienestar psicológico en los internos por delito de violación sexual y tráfico ilícito de drogas del establecimiento penitenciario Pampas de Sananguillo de Tarapoto, 2017* (Tesis Inédita de Licenciatura). Universidad Peruana Unión, Perú.
- Fernández, A., García-Viniegras, C. y Ruiz, A. (2014). Consideraciones acerca del bienestar psicológico. *Revista electrónica de psicología Iztacala*. 17(3), 1108-1147. Recuperado de: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol17num3/Vol17No3Art11.pdf>
- Gable, S. y Haidt, J. (2015). ¿Qué es (y por qué) la Psicología Positiva? *Revista*

- de *Toxicomanías*. (75). Recuperado de: https://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/01_ret_75.pdf
- García, F., Manquién, E. y Rivas, G. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*, 15(3), 87-97. Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psicop/v15n3/art10.pdf>.
- García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En claves del pensamiento*, 8(16), 13-29. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-879X2014000200013yIng=esytIng=es
- García-Alandete, J., Martínez, E., Sellés, P. y Soucase, B. (2018). Meaning in Life and Psychological Well-Being in Spanish Emerging Adults. *Acta Colombiana de Psicología*, 21(1), 196-205. Doi: <https://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2018.21.1.9>
- García-Echeverri, M., Hurtado-Olaya, P., Quintero-Patiño, D., Rivera-Porras, D. y Ureña-Villamizar, Y. (2018). La gestión de las emociones, una necesidad en el contexto educativo y en la formación profesional. *Revista Espacios*, 39 (49), 8-21. Recuperado de: <http://www.revistaespacios.com/a18v39n49/18394908.html>.
- García-Viniegras, C. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592.
- Hernández, M. y Martín, V. (2016). *Bienestar subjetivo, bienestar psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo* (Tesis de grado). Universidad de la Laguna, España.
- Hurtado-Olaya, P., García-Echeverri, M., Rivera-Porras, D. y Forgiony-Santos, J. (2018). Las estrategias de aprendizaje y la creatividad: una relación que favorece el procesamiento de la información. *Revista Espacios*, 39(17), 12-29. Recuperado de: <http://www.revistaespacios.com/a18v39n17/18391712.html>.
- Liberal, R., Escudero, J., Cantalops, J. y Ponseti, J. (2014). Impacto psicológico de las lesiones deportivas en relación al bienestar psicológico y la ansiedad asociada a deportes de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 23, (2) 451-456. Recuperado de: https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2014v23n2/revpsidep_a2014v23n2p451.pdf

- Lupano, M. y Castro, A. (2016). Perfiles de organizaciones positivas. Análisis de características percibidas según variables individuales, organizacionales y de resultado. *Escritos de Psicología*, 9(2), 1-11. Recuperado de: <http://scielo.isciii.es/pdf/ep/v9n2/informe1.pdf>
- Manrique, K., Martínez, M. y Turizo, Y. (2008). *Estudio correlacional entre el bienestar psicológico, subjetivo y social y el fatalismo, el trauma y las cogniciones irracionales postraumáticas, en personas adultas, desplazadas por la violencia sociopolítica, radicadas en la ciudad de barranquilla* (Tesis de grado). Universidad del Norte, Barranquilla.
- Marín-Escobar, J. y Donado, E. (2012). La responsabilidad social organizacional una mirada desde el desarrollo humano. *Revista digital Ariadna psicológica*, 1 (2), 5-28. Recuperado de: http://issuu.com/ariadnapsicologica/docs/revista_ariadna2_ltima_version_2.
- Marín-Escobar, J., Marín-Benítez, A. y Maury-Mena, S. (2016). La administración y la gerencia en las organizaciones educativas. *Tejidos sociales Revista virtual* 1(2), 111-128. Recuperado de: <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/tejsociales/article/view/2770/3008>.
- Marín-Escobar, J., Maury-Mena, S., Maury-Romero, D. y Pacheco-Gutiérrez, E. (2017). Capítulo 12 - Relación entre la inteligencia emocional autopercebida y la conducta prosocial autoreportada. *En Educación, Desarrollo y Representaciones Sociales: Estudios Interdisciplinarios del Caribe* (p.305-332). Universidad Simón Bolívar y Corporación Universitaria del Caribe: CECAR. ISBN: 978-958-5430-20-4. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co:8080/bitstream/handle/123456789/2203/Educaci%C3%B3n%20desarrollo%20y%20representaciones%20sociales.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page=306>.
- Maslow, A. (2016). *El hombre autorrealizado: Hacia una psicología del Ser*. [Traductor Ribé, R.]. Recuperado de: https://books.google.es/books?id=hYw-8YHKTskCydq=necesidades+b%C3%A1sicas+del+ser+humano+y&lr=es&source=gbs_navlinks_s.
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E. y Meléndez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe>.
- Meneses, M., Ruiz, S. y Sepúlveda, M. (2016). *Revisión de las principales*

- teorías de bienestar psicológico* (Tesis de grado). Universidad de Antioquia, Colombia. Recuperado de: http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/517/3/MenesesVictoria_2016_RevisionPrincipalesTeoriasBienestarPsicologico.pdf.
- Millán, A., García-Álvarez, D. y D'aubeterre, M. (2014). Efecto de la Inteligencia Emocional y Flujo en el Trabajo Sobre Estresores y Bienestar Psicológico: Análisis de Ruta en Docentes. *Revista Colombiana de Psicología*, 23 (1). 207-228. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4763778>.
- Moreno-Riascos, G., Ramírez-Delgado, J., Rengifo-Nasner, A., y Cabrera-Gómez, C. (2017). Relación entre orientación laboral y satisfacción con la vida. *Revista UNIMAR*, 35(2). Recuperado de: <http://ojseditorialumariana.com/index.php/unimar/article/view/1530>.
- Moreta, R., Gabior, I. y Barrera, L. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud y Sociedad*, 8(2), 172-184. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/4397/439752880005/>.
- Nuván-Hurtado, I., Rivera-Porras, D., Carrillo-Sierra, S., Forgiony-Santos, J., Bonilla-Cruz, N. y Rozo-Sánchez, A. (2018). Diferencias en la calidad psicométrica de test construidos mediante la estrategia pedagógica audiovisual y las estrategias pedagógicas tradicionales. *Revista Espacios*, 39 (25), 7-27. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2310>.
- Oblitas, L., Turbay, R., Soto, K., Crissien, T., Cortes, O., Puello, M. y Ucrós, M. (2016). Incidencia de Mindfulness y Qi Gong sobre el Estado de Salud, Bienestar Psicológico, Satisfacción Vital y Estrés Laboral. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 99-113. Doi: 10.15446/rcp.v26n1.54371.
- Peña, E., Lima, S., Bueno, G., Aguilar, M., Keyes, C. y Arias, W. (2017). Reliability and validity of the Mental Health Continuum (MHC-SF) in the Ecuadorian contexts. *Ciencias Psicológicas*, 11(2), 223-232. <https://dx.doi.org/10.22235/cp.v11i2.1499>.
- Pineda, C., Castro, J. y Chaparro, R. (2018). Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en adultos jóvenes colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 16(1), 45-55.
- Rivas, L. (2009). Evolución de la teoría de la organización. *Revista universidad*

- y empresa, 11(17). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=187214467001>
- Rivera-Porras, D. (2017). Prácticas pedagógicas: Desarrollo humano y construcción de sentido. En Hernández, J. D., Garavito, J. J., Torrado, R. A., Salazar, J. P., Espinosa, J. F. (EDS). Encrucijadas pedagógicas: Resignificación, emergencias y praxis educativa (p.339-363). Maracaibo, República Bolivariana de Venezuela: Ediciones Astro Data, S.A. ISBN: 978-980-402-240-1. Recuperado de: <http://35.172.172.128/handle/123456789/2106>.
- Rivera-Porras, D., Berbesi-Carrillo, Y. M. y León-Ramírez, M. (2018). Georreferenciación y su influencia en el Liderazgo Organizacional: Una mirada desde el desarrollo de las habilidades directivas. *Revista Espacios*, 39(34), 2-19. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2308>.
- Rivera-Porras, D., Carrillo-Sierra, S. M., Forgiony-Santos, J., Bonilla-Cruz, N. J., Hernández-Peña, Y. y Silva-Monsalve, G. (2018). Fortalecimiento del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo en el Ámbito Psicosocial desde la Perspectiva del Marco Lógico. *Revista Espacios*, 39(28), 31-44. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2307>.
- Rivera-Porras, D., Carrillo-Sierra, S. M., Forgiony-Santos, J., Nuván-Hurtado, I. L. y Rozo-Sánchez, A. (2018). Cultura organizacional, retos y desafíos para las organizaciones saludables. *Revista Espacios*, 39(22), 27-40. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2165>.
- Rivera-Porras, D., Hernández-Lalinde, J., Forgiony-Santos, J., Bonilla-Cruz, N. y Rozo-Sánchez, A. (2018). Impacto de la motivación laboral en el clima organizacional y las relaciones interpersonales en los funcionarios del sector salud. *Revista Espacios*, 39(16), 17-35. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2168>.
- Rivera-Porras, D., Rincón-Vera, J. y Flórez-Gamboa, S. (2018). Percepción del Clima organizacional: Un análisis desde los Macroprocesos de una ESE. *Revista Espacios*, 39(19), 5-14. Recuperado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/123456789/2166>.
- Robbins, S. (2004). *Comportamiento Organizacional* [Versión Electrónica]. Recuperado de: <https://bit.ly/2SZphKV>

- Romero, A., Brustad, R. y García, A. (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2(2). 31-52.
- Ryan, M. y Deci, E. (2000). La teoría de la autodeterminación y la facilitación de la motivación intrínseca, el desarrollo social y el bienestar. *American Psychological Association*, 1(55). Recuperado de: https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SpanishAmPsych.pdf.
- Salvatore, M. (2016). Felicidad en el trabajo. *Papeles del psicólogo*, 37(2), 143-151. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/778/77846055007/>.
- Sanín, J. y Salanova, M. (2014). Satisfacción laboral: el camino entre el crecimiento psicológico y el desempeño laboral en empresas colombianas industriales y de servicios. *Universitas Psychologica*, 13 (1).
- Seligman, M. (2016). *Florecer: La nueva psicología positiva y la búsqueda del bienestar*. Recuperado de: <https://bit.ly/2UcvK50>
- Sheldon, K. y King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56(3), 216-217. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.216>.
- Spiendler, S., Carlotto, M., Ogliari, D. y Giordani, K. (2015). Estressores ocupacionais em psicólogos clínicos brasileiros. *Psicogente*, 18(33), 104-116. <http://doi.org/10.17081/psico.18.33.59>
- Terán, G., Montenegro, B., García, V., Realpe, I., Villareal, F. y Fernández, A. (2017). Diagnóstico de las variables del comportamiento organizacional en farmacias de Sangolquí, Ecuador. *Revista Cubana invest Bioméd.* 36(1).
- Tomás, J., Galiana, L., Gutiérrez, M., Sancho, P. y Oliver, A. (2016). Predicción del bienestar hedónico y eudaimónico en envejecimiento con éxito. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 6(3), 167-176. Recuperado de: <https://www.formacionasunivep.com/ejihpe/index.php/journal/article/view/177/138>.
- Torres-Salazar, P. y Melamed-Varela, E. (2016). Fundamentos teóricos de la cultura desde la óptica de las organizaciones. *Desarrollo Gerencial*, 8(1), 143-164. DOI: <https://doi.org/10.17081/dege.8.1.1411>
- Uribe, A., Ramos, I., Villamil, I. y Palacio, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra

escolarizada de adolescentes. *Psicogente*, 21(40), 186-221. Doi: <https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3082>.

Véliz, A., Dorner, A. y Ripoll, M. (2017). Bienestar psicológico y nivel de sedentarismo de pescadores artesanales de la Región de Los Lagos, Chile. *Humanidades Médicas*, 17(2), 323-337. Recuperado de: <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v17n2/hmc06217.pdf>.

Villota-Jurado, M. y Cabrera-Gómez, C. (2015). Clima laboral y engagement: estudio de una organización de San Juan de Pasto. *Revista UNIMAR*, 33(1). Recuperado de: <http://www.umariana.edu.co/ojs-editorial/index.php/unimar/article/view/911>.

El Bienestar psicólogo en los últimos años ha ido tomando fuerza al interior de las organizaciones, puesto que se encuentra estrechamente relacionado a la felicidad, calidad de vida y salud mental de los individuos determinando su funcionamiento óptimo, dentro de su estudio incluye dimensiones sociales, psicológicas y subjetivas llevando de esta forma a las personas a funcionar de un modo positivo, visto de otro modo es aquel desarrollo personal que permite desarrollar y fortalecer las habilidades individuales y la realización del potencial propio, facilitando la productividad de las organizaciones, debido a que el bienestar psicológico se relaciona con la forma en que las personas afrontan los retos de la vida, de que forma los manejan, los superan y aprenden de ellos. Debido a lo anterior, a continuación se profundiza teóricamente acerca del bienestar psicológico en las organizaciones, además, se hace énfasis en el sector de administración pública y defensa, sector educativo y sector de transporte; Además, se toman estudios de caso producto del proyecto de investigación titulado “Bienestar psicológico, satisfacción laboral y felicidad en el trabajo: Un análisis desde los sectores económicos y productivos de Cúcuta - Norte de Santander” del semillero de investigación en Psicología, Organización, Gestión y Riesgos – PSICORGER.