

Reflexiones y experiencias acerca del aprendizaje de la Psicología Positiva y los Enfoques Salugénicos

Mariana Gancedo*

Resumen:

En la Primera Cumbre Anual de Psicología Positiva realizada en 1999 -en Lincoln, Nebraska- se proyectaron cinco metas, entre las que se destaca la de elaborar programas que difundieran los conocimientos del emergente movimiento para la formación de futuros psicólogos. En la actualidad, se imparten cursos de Psicología Positiva en las principales universidades de los cinco continentes.

La rápida difusión global es índice del interés despertado -tanto dentro como fuera de la ciencia psicológica- por la Psicología Positiva, último exponente y factor catalizador del llamado Enfoque Salugénico.

La Universidad de Palermo cuenta con una década de experiencia en la enseñanza del Enfoque Salugénico, en general, y más de un lustro en la de la Psicología Positiva, en particular. Ha llegado el momento de revisar algunos aspectos de esa experiencia.

En este trabajo, se cuestiona la importancia de la formación en los modelos mencionados a través de dos vías: a) la reflexión epistemológica, y b) la opinión, reflejada en una encuesta, de alumnos de la carrera de Licenciatura en Psicología que cursaron y aprobaron la asignatura *Enfoques Salugénicos*.

Por razones epistemológicas, y a la vista del análisis preliminar de los resultados de la encuesta, se concluye enfatizando la necesidad de que toda carrera universitaria de psicología incluya en su currícula al menos una asignatura obligatoria relacionada con los conocimientos y prácticas del Enfoque Salugénico y la Psicología Positiva.

Palabras Clave: Psicología Positiva - Enfoques Salugénicos.

* Doctora en Psicología. Titular de la cátedra Modelos y Teorías V, Enfoques Salugénicos, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Palermo. Buenos Aires, Argentina. Email: marianagancedo@fibertel.com.ar

Abstract:

In 1999, the First Positive Psychology Summit was held in Lincoln, Nebraska. The Summit established five goals, one of which was to expand curricula to teach the new movement's findings. Currently, courses in Positive Psychology can be found in renowned universities across the five continents.

This quick global diffusion reflects the great interest that Positive Psychology –the last exponent and catalyst of the Salutogenic Approach- has awakened.

The Universidad de Palermo has been teaching the Salutogenic Approach and Positive Psychology more than 10 years. The aim of this paper is to review this experience by questioning the importance of such models in the professional development of future psychologists.

Two methods were used to conduct the research: a) an epistemological reflection, b) an inquiry to test the opinion of psychology students attending the *Enfoques Salugénicos* (Salutogenic Approach) course at the Universidad de Palermo.

Based on epistemological reasons and on the preliminary analysis of the inquiry results, this article concludes that the academic and professional development of every future psychologist must include solid knowledge about the Salutogenic Approach and Positive Psychology.

Key Words: Positive Psychology - Salutogenic Approach.

Introducción

La Psicología Positiva, liderada por Martin Seligman, tuvo la virtud de catalizar y cristalizar al llamado **Enfoque Salugénico**, tendencia en ciencias sociales que se venía gestando desde hace varias décadas y que centra su interés en la salud y su promoción. Dicho enfoque completa al hegemónico **modelo médico** que tiene como pivote la enfermedad, sus causas, la prevención y la cura.

El aporte fundamental de la Psicología Positiva consistió, entonces, en identificar la tendencia emergente, nombrarla, adaptarla a los cánones ortodoxos de la ciencia, organizarla en una estructura programática e impulsar su investigación y difusión. Con la Psicología Positiva el Enfoque Salugénico se hace *visible*, otorgando así a la psicología un instrumento conceptual que, junto con el tradicional modelo médico, le permite abordar la **totalidad** del psiquismo humano (Gancedo 2008b).

A sólo 11 años del nacimiento de la Psicología Positiva en los Estados Unidos, centenares de psicólogos trabajan identificados con este movimiento en los cinco continentes. Centros de investigación de lugares culturalmente tan dispares como India, Bulgaria, Irlanda, Canadá, Nigeria, Corea o Nueva Zelanda -por nombrar solo unos pocos países- se abocaron a estudiar lo *bueno* y lo *sano* en los seres humanos. El fruto de su trabajo se observa en el cúmulo de investigaciones publicadas en libros, revistas científicas y de difusión general, así como también en el listado de reuniones, congresos, premios, páginas Web e investigaciones en curso que se encuentran bajo el “paraguas” del movimiento a escala global.

La rápida expansión atestigua la urgente necesidad que existía de contar con una psicología más “completa” que aborde científicamente, con igual énfasis, tanto las fortalezas psíquicas como las patologías. A su vez, refleja la demanda social por psicólogos clínicos capacitados para ser promotores de vidas plenas, además de su tradicional rol de agentes de curación de trastornos. «La psicología no es solo el estudio de la debilidad y el daño, es también el estudio de la fortaleza y la virtud. El tratamiento no es solo arreglar lo que está roto, es también alimentar lo mejor de nosotros» (Seligman, 1998, p.1).

Desde los inicios de la Psicología Positiva estuvo presente en sus fundadores, una clara intención de difundir sus conocimientos en el ámbito de la formación universitaria de los psicólogos. Prueba de ello, es que entre las cinco metas que se definen en la Primera Cumbre Anual de Psicología Positiva realizada en Lincoln, Nebraska, en 1999, figura la de **elaborar una currícula para la difusión y la formación profesional en Psicología Positiva** (García Averasturi, 2003).

En la actualidad, los claustros más prestigiosos del mundo asumen este desafío. Entre las más de treinta universidades norteamericanas que cuentan con departamentos relacionados con la Psicología Positiva, se pueden mencionar a la

de Pensilvania, UCLA, Stanford, Harvard y Yale. En Inglaterra, la Universidad de Cambridge y la de East London son polos de referencia, como lo son también la Universidad Metropolitana de Venezuela, la Universidad Iberoamericana de México y la Universitat Jaume I de Castellón, en España.

En general, los programas de estas universidades -de grado o posgrado- incluyen la información acerca de las últimas investigaciones, la presentación de instrumentos para identificar y evaluar fortalezas y la difusión de las intervenciones que las promueven. También se hace hincapié en el aprendizaje de habilidades para la aplicación de los conocimientos en los diferentes ámbitos de acción y se apunta hacia el desarrollo de las propias capacidades de los estudiantes.

Pueden resultar útiles los testimonios de los docentes pioneros de Psicología Positiva como para vislumbrar la experiencia de enseñar un Enfoque Salugénico:

«Al contrario de otros cursos que dicto, en mis clases de Psicología Positiva se tocan temas de la vida real que son significativos y hasta pueden implicar un cambio en la vida» (Seligman, 2003, p. 72).

«Enseñar Psicología Positiva es una alegría rigurosa (...) Como yo lo veo, el rol de la Psicología Positiva es el de un puente entre la torre de marfil [del conocimiento académico] y la calle [la vida]» (Ben-Shachar, 2007, p. 498).

«Aprender Psicología Positiva nos es un deporte de espectadores» (Peterson, 2006, p. 25).

Estas citas de prestigiosos académicos de las universidades de Pensilvania, Harvard y Michigan respectivamente, reflejan la imposibilidad de enseñar acerca de los aspectos positivos del psiquismo sin que la clase adquiera, por momentos, características vivenciales. Así como por lo general en muchas asignaturas -particularmente en el área de la psicopatología- se recomienda a los alumnos mantener una distancia óptima con los temas abordados, en las materias del Enfoque Salugénico conviene hacer exactamente lo contrario. Se aconseja involucrarse, *pasar por la vida* del alumno cada unidad del *syllabus*.

En Estados Unidos, los docentes de los cursos de Psicología Positiva exigen como requisito académico la presentación de registros vivenciales relacionados con intervenciones específicas realizadas en clase (Haidt, 2004; Peterson, 2006; Seligman, s/f; Lopez, 2006; Snyder & Lopez, 2007).

Martin Seligman dictó cinco cursos a un total de más de 200 estudiantes de grado, con tareas semanales que incluían la realización de ejercicios e informes por escrito. Esto resultó llamativamente exitoso. Seligman no pudo

dejar de mencionar que (...) en 40 años de enseñanza de la psicología nunca había visto semejante cambio positivo en sus alumnos: no era raro que expresiones tales como *cambio de vida* fueran usadas por los alumnos para describir sus vivencias en los ejercicios propuestos (Seligman, Rashid & Parks, 2006, p. 775).

La experiencia con los alumnos llevó a Seligman y sus colaboradores a encarar estudios controlados para probar la efectividad de algunas intervenciones sobre la percepción duradera de felicidad individual y sobre la disminución de síntomas depresivos (Seligman, Steen, Park, & Peterson, 2005; Seligman, Rashid & Parks, 2006).

Hasta el momento no se han realizado estudios que evalúen en los alumnos su percepción acerca de la importancia de un enfoque salugénico en su formación profesional.

Crónica de la enseñanza de los Enfoques Salugénicos y de la Psicología Positiva en la Universidad de Palermo

Entre las universidades del mundo que incluyen la enseñanza de la Psicología Positiva y del Enfoque Salugénico, la Universidad de Palermo (UP) ocupa un lugar de privilegio y liderazgo gracias a la visión y a la labor pionera de la Dra. María Martina Casullo.

Ella es quien estructura el programa de la Licenciatura en Psicología que la UP inaugura en 1999, donde ya se incluía a *Modelos y Teorías V*¹ como materia obligatoria. Bajo este críptico nombre se impartían conocimientos referidos a los enfoques salugénicos tradicionales -como la Psicología Humanística-, y a prácticas relacionadas con la promoción de la salud -como el *counseling* o consultoría psicológica-, siendo Andrés Sánchez Bodas su primer titular. La inclusión de ésta asignatura implicaba audacia: «Cuando hay un pensamiento hegemónico, el tratar de abrir un espacio para un pensamiento alternativo es un atrevimiento» (Casullo, 2006a).

La atracción de Casullo por los enfoques salugénicos no era nueva, tal como ella lo declara en una entrevista, el tema le interesó desde muy joven: « (...), siempre me interesó ayudar a afrontar y mirar hacia adelante. Yo hice mi doctorado en psicología a finales de los 60 en USA. Lo cursé en la línea del *counseling* rogeriano, (...) es una línea que siempre me interesó mucho» (Casullo, 2006b).

1. Los otros cuatro Modelos y Teorías incluyen conocimientos acerca de psicoanálisis freudiano, otros desarrollos psicoanalíticos, psicología cognitiva y psicología sistémica.

El acceso a un modelo diferente del médico -excluyente en nuestro medio- le permitió sorprenderse del pobre lugar que el incremento del potencial psíquico tenía en psicología. Así, veinte años después, como corolario de sus investigaciones acerca de los factores de riesgo en la adolescencia, incluye en su libro *Adolescentes en riesgo* un capítulo denominado “El riesgo del talento no identificado”. Allí, de alguna manera, señalaba que la omisión de un enfoque salugénico en psicología podía ser iatrogénico (Casullo, 1998), lo que implicaba una interesante paradoja: su inclusión en la formación de futuros psicólogos era también de interés para el modelo médico hegemónico.

Dicho capítulo y sus trabajos en relación al bienestar psíquico, a la teoría del apego y otros, son hitos que la llevan a pensar -en singular paralelo cronológico con el lanzamiento de la Psicología Positiva en los Estados Unidos- sobre la necesidad de que la psicología se avoque al estudio de los factores salugénicos al menos con igual énfasis que a los patológicos.

Casullo demostró una indiscutible sensibilidad para detectar qué era lo que la sociedad de nuestro tiempo le estaba demandando a la psicología. Pero, como cualquiera que la conoció recordará, ella no sólo era una científica de primer orden. También era una ejecutora eficiente. Entonces, no se contentó con incluir al Enfoque Salugénico en la nueva carrera de psicología de la UP. Además, se puso en contacto con Seligman, lideró en distintos ámbitos investigaciones relacionadas con aspectos funcionales del psiquismo, difundió la Psicología Positiva en el Doctorado y en la Maestría de Psicología y Salud de la UP, tejió redes entre los psicólogos iberoamericanos interesados en estos temas y concretó la serie anual de Encuentros Iberoamericanos de Psicología Positiva que se realizan en Buenos Aires desde el 2006. Su última contribución fue la compilación del libro *Prácticas en Psicología Positiva* (2008) publicado el año pasado, poco después de su prematura partida.

Los esfuerzos de Casullo por hacer de la UP un referente de la Psicología Positiva en Iberoamérica, son continuados y profundizados hoy por Alejandro Castro Solano, miembro del Directorio de la International Positive Psychology Association (IPPA) y del Comité Directivo del recién creado Board Latinoamericano. Reconocido investigador y coordinador general del IV Encuentro Iberoamericano de Psicología Positiva que tiene lugar este año, Castro Solano tiene entre sus proyectos la concreción de un Posgrado de Psicología Positiva en la UP.

Retomando la historia de Modelos y Teorías V, luego de la renuncia de Sánchez Bodas y de un breve lapso en el que la materia estuvo orientada hacia lo institucional, en el 2003 se hacen cargo de la cátedra Analía Brizzio, como titular, y Alejandra Carreras, como adjunta. Ese año la materia es bautizada definitivamente como *Enfoques Salugénicos*. Brizzio y Carreras amplían y enriquecen el *syllabus* con contenidos acerca de los últimos desarrollos de la Psicología Positiva,

y con temas relacionados con la Orientación Salugénica de Antonovsky, la teoría del apego, la resiliencia y las intervenciones en crisis.

En el 2006 asume la titularidad quien escribe estas líneas, con la colaboración de Carreras, y la materia adquiere su matriz conceptual actual. Si bien se han hecho cambios en algunos temas y actualizaciones en la bibliografía, la estructura de la asignatura ha sido la misma en los últimos cuatro años (ver Anexo 1: *Syllabus*). Al momento actual se ha incorporado a la cátedra Juan Carlos Lombardini.

Nuestra experiencia docente ha sido similar a la descripta en los testimonios del apartado anterior y puede ser calificada como fascinante y estimulante.

Desde la cátedra se pretende un *aprendizaje significativo*, según la terminología de Carl Rogers (1961/1993), y se enfatiza en la adquisición y desarrollo de competencias -conocimientos, habilidades y actitudes- científicas y profesionales (Peiró, 2003).

La UP está inserta en un contexto cultural universitario en donde el ambiente académico se diferencia claramente del ambiente terapéutico o clínico. Por lo tanto, si bien se proponen intervenciones y ejercicios provenientes de la Psicología Positiva o de otros enfoques salugénicos -como los de algunas corrientes de la psicología humanística-, se optó por dejar a entera libertad de los alumnos la participación en ellos. En igual sentido, se ofrece un espacio para comunicar y compartir las experiencias personales, pero los alumnos deciden libremente su uso. Las obligaciones académicas están referidas exclusivamente a la exposición o aplicación de los conocimientos recibidos en el curso.

Sin embargo, en estos cuatro años al frente de la cátedra, ha sido sorprendente el poder convocante de los temas y la involucración activa de los alumnos sin importar si la dinámica de la clase haya sido teórica, práctica o vivencial. En coincidencia con lo destacado por Seligman, frecuentemente sus devoluciones espontáneas expresan experiencias de crecimiento.

Ante este panorama surge la pregunta sobre la que pivotea el presente artículo: **¿Es esencial² para la formación del psicólogo el aprendizaje de los Enfoques Salugénicos?**

La búsqueda de respuestas se encaró desde dos ángulos: el de la reflexión epistemológica y el de la opinión de los alumnos.

Reflexión epistemológica

La psicología es una ciencia. Mucho antes de las discusiones acerca del método, los objetivos o las aplicaciones, toda ciencia es un **sistema enunciativo**.

2. Entendiéndose esencial como **básica** para el ejercicio de la profesión sea cual fuere el área de acción en la que se inserte el psicólogo.

A través de estos particulares sistemas enunciativos que llamamos ciencia, los seres humanos perseguimos, generamos, seleccionamos, articulamos, conservamos y difundimos -en procesos de retroalimentación morfogénicos y morfostáticos- **conocimiento**, expresado en enunciados.

La psicología, entonces, es un sistema enunciativo de conocimientos acerca de su objeto: el psiquismo humano.

Los sistemas enunciativos son *abiertos*, están en continua comunicación con los macro sistemas -sociales, políticos, económicos, etcétera- en los que están insertos. A su vez, estos sistemas contienen subsistemas, cada vez más específicos, en los que se generan cambios que afectan y son afectados por otros subsistemas, por la totalidad del sistema y por los sistemas mayores incluyentes.

De ahí se sigue que el sistema enunciativo de la psicología contiene subsistemas enunciativos que, en interacción con otros sistemas y subsistemas de distinto orden, expresan en enunciados conocimientos **específicos** en relación al psiquismo.

Cuando la psicología nace como ciencia a fines del siglo XIX, adopta y adapta las características propias de su entorno y, consecuentemente, por razones que han sido explicitadas en otras investigaciones (Gancedo, 2008a), durante buena parte de su historia se organiza sobre la base del llamado **modelo médico**. Dicho modelo culturalmente hegemónico tiene su especificidad en la enfermedad, el trastorno, la disfuncionalidad, el problema. El subsistema de la psicología *informado* por el modelo médico, alrededor del cual giró esta ciencia durante casi un siglo, se conoce como **psicopatología**. Así, el objetivo general de la psicología se transformó principalmente, en la práctica, en el estudio del psiquismo humano **enfermo**, sus causas, curación, pronóstico y prevención.

La perspectiva histórica nos permite hoy ver el reduccionismo en el que se incurrió al tomar la parte -el *subsistema* enunciativo de la psicopatología- por el todo -el *sistema* enunciativo de la psicología-. Resulta evidente también, que la *visión monocular* que permite este modelo único deja en la oscuridad toda una parte del universo mental: la del buen funcionamiento psíquico. La mayoría de las teorías que explican al psiquismo se elaboraron desde la óptica del modelo médico, ya que era la única forma de “mirar” conocida explícitamente. Como muestra basta la confesión del propio Sigmund Freud:

La patología de la vida anímica es el terreno en el cual nos sentimos seguros; allí hacemos nuestras observaciones, allí logramos nuestras convicciones; por el momento sólo osamos formular juicios sobre lo normal, en tanto que lo podemos inferir a través de los aislamientos y las deformaciones de su expresión patológica (1927/1996, p.2999).

Como consecuencia de lo anteriormente expuesto, en las universidades - instituciones culturales conservadoras, generadoras y difusoras del conocimiento- se construyeron las currícula siguiendo la lógica del modelo médico, ubicando a la psicopatología como eje central de la formación de los psicólogos.

A mediados del siglo XX, desde las ciencias sociales en general y también desde la psicología, comienza a emerger el **enfoque salugénico**. A partir de cambios culturales, sociales, políticos y económicos, se intuye que no basta con evitar o paliar el malestar, hace falta **también** optimizar los recursos. Este nuevo enfoque - que en psicología, en un principio, se percibe fragmentado- finalmente adquiere características explícitas y visibles, como ya se dijo, con la irrupción de la Psicología Positiva, cuyo objetivo principal es investigar y promover los aspectos *positivos* del psiquismo.

Sin embargo, este aporte no resulta suficiente. Así como el modelo médico *moldea* en psicología al subsistema enunciativo de la psicopatología, el Enfoque Salugénico debería decantar a su vez en un subsistema enunciativo.

A la Psicología Positiva le corresponde completar la tarea, cumpliendo así con lo que Alex Linley et al. (2006) denominan *objetivo meta-psicológico* del movimiento, y que no es otro que «compensar lo que se percibe como un desequilibrio en el foco de la investigación y de la práctica en psicología» (p.6). Esta misión estaría en consonancia con la opinión de algunos psicólogos de la Psicología Positiva quienes consideran que esta corriente **está destinada en el futuro a desaparecer y fundirse en el gran río de la psicología** (Lazarus, 2003; Diener, 2003; Vazquez, 2006; King, 2003; Casullo, 2008; Gancedo, 2008c).

En suma, el modelo médico y el enfoque salugénico son macro-modelos, meta-teorías de las ciencias sociales. Lejos de oponerse, se presentan como dos *ojos* que permiten obtener una *visión binocular*.

En psicología, al enfoque salugénico le resta un mismo destino que al modelo médico: sedimentar en un subsistema enunciativo, para el que se propone el nombre de **Psicoeología**³ y que se define como *el subsistema enunciativo de la psicología que estudia los aspectos funcionales y saludables del psiquismo, promotores del bienestar psíquico* (Gancedo, 2008a).

3. El término Psicoeología tiene su origen en las implicaciones de las siguientes palabras de Abraham Maslow (1954): «Recientemente, he dado forma a la descripción especulativa de una utopía psicológica, en la que todos los hombres son psíquicamente sanos: la llamo Eupsiquia» (p. 348). Se sigue que al estudio de la salud o bienestar psíquico podría denominarse *eupsicología*. Pero, si bien el prefijo *eu* enfatiza el punto de vista ontológico, la prioridad lógica y semántica le corresponde al prefijo *psico* y así conviene estipular el término *psicoeología* que se propone.

Dado que no se habla de competencia sino de “completud”, resulta evidente que es necesaria la formación de los psicólogos en **ambos enfoques** -modelo médico y enfoque salutígeno- que decantan en psicología en dos subsistemas enunciativos esenciales: la **psicopatología** y la **psicoeología** respectivamente.

Como conclusión:

- a) A la Psicología Positiva, que tuvo el importantísimo papel de hacer visible al enfoque salutígeno en psicología, le resta un trabajo epistemológico profundo en pos de integrar el conocimiento de todas aquellas corrientes que pertenecen a dicho enfoque para que finalmente fragüen en el subsistema enunciativo de la psicoeología.
- b) La respuesta a la pregunta inicial, encarada desde un punto de vista epistemológico, parecería indicar que el subsistema enunciativo de los conocimientos psicológicos del enfoque salutígeno (psicoeología) merece estar incluido de manera obligatoria en las currícula de las licenciaturas en psicología.

La opinión de los ex-alumnos

Como ya se dijo, no se ha realizado hasta el momento un sondeo de la opinión de los alumnos acerca de la importancia que le atribuyen al enfoque salutígeno en general, y a la Psicología Positiva en particular, en su formación profesional. Se encaró, entonces, una investigación de tipo exploratorio con ese **objetivo general**.

Los **objetivos específicos** fueron: a) indagar acerca de los “beneficios” o “utilidades” que los alumnos de la Licenciatura en Psicología de la UP señalaran por la adquisición de los conocimientos de la materia *Enfoques Salutígenos*; y b) explorar cuales fueron los temas del *syllabus* percibidos como más “útiles” o “beneficiosos”.

El **instrumento** fue una breve encuesta de 4 preguntas. La primera estandarizada, las otras tres abiertas (ver Anexo 2: Encuesta).

Participantes: Se decidió trabajar con ex-alumnos que tuvieran una distancia cronológica suficiente desde la finalización de la cursada como para asegurar cierta perspectiva en la evaluación de las posibles utilidades o beneficios. En consecuencia, se seleccionaron aquellos que hubieran completado la cursada al menos 6 meses antes del momento de responder la encuesta (junio 2009). Resultó un universo de 180 ex-alumnos que cursaron y aprobaron la materia en los años 2006, 2007 y 2008.

Debido a la dificultad para acceder en forma directa al universo⁴, se decidió realizar la encuesta vía mail sobre la población de ex-alumnos cuyos correos electrónicos estuvieran disponibles.

Quedó una **muestra** de 56 ex- alumnos que respondieron la encuesta. El 75% eran mujeres (n = 42) y el 25% eran varones (n = 14). La edad promedio era de 30 años. La mayor proporción de participantes se encontraba entre los 18 y 27 años: 48,21%.

Tabla 1 | Distribución de la muestra según edad

Edad	%
18-27	48,21
28-37	28,57
38-47	14,28
48-57	8,92.

Tabla 2 | Distribución de la muestra según año de cursada

Año	n	%
2006	11	19,6
2007	20	35,7
2008	25	44,6

Procesamiento de datos: a través de herramientas de estadística descriptiva y del método de análisis de contenido.

4. La materia se incluye en la currícula del segundo año de la carrera. Dadas las características de flexibilidad de elección de materias por cuatrimestre, la presencia numerosa de alumnos extranjeros -regulares o de intercambio- también de argentinos provenientes de las provincias, y la existencia de tres comisiones por asignatura (mañana, tarde y noche), la población de los cursos no es uniforme, vale decir, no se forman grupos estables que cursan los diferentes años y materias en forma conjunta. Al momento de realizar la encuesta, muchos ex-alumnos ya no estaban en la universidad. Las causas más frecuentes fueron: graduación, cambio de carrera o de universidad, abandono de los estudios, retorno a sus provincias o países de origen.

Pregunta N°1: En una escala en formato de Likert en 5 opciones de respuesta (1: de ninguna utilidad o beneficio, 2: de poca utilidad o beneficio, 3: de regular utilidad o beneficio, 4: de bastante utilidad o beneficio, 5: de mucha utilidad o beneficio), el 78,57% de los encuestados consideró que los contenidos de la materia Enfoques Salugénicos les habían resultado “de mucha utilidad o beneficio” (opción 5), y el restante 21,42% que les habían resultado “de bastante utilidad o beneficio” (opción 4).

Pregunta N°2: ¿Cuál/cuáles utilidades o beneficios nombraría?

Las utilidades o beneficios nombrados pueden agruparse en dos grandes categorías: **profesionales**, 82,14%, y **personales**, 51,78%.

El 44,64% de los encuestados mencionó exclusivamente beneficios profesionales, el 14,28 % mencionó exclusivamente beneficios personales, y el 37,5 % mencionó beneficios tanto profesionales como personales.

Entre los **beneficios profesionales** se mencionan:

1. La adquisición de una visión integral de:

- a) *la tarea de la psicología*: (apertura a un nuevo paradigma que completa el panorama tradicional en cuanto a conocimientos y prácticas en Psicología).
- b) *la idea de hombre y su psiquismo*: (ampliación y enriquecimiento conceptual al poder incluir en el propio modelo antro-psicológico los aspectos funcionales del psiquismo (fortalezas, potencialidades, sentido vital, libertad, proyecto, etcétera).

2. La incorporación de herramientas para poder abordar al ser humano de una manera más completa (nuevos modelos clínicos que trabajan desde la salud, intervenciones sobre fortalezas y potencialidades).

En la Tabla 3 se enumeran los **beneficios personales** mencionados en las encuestas, los cuales se agruparon por categorías generales. Se recuerda que cada encuestado podía enumerar un número ilimitado de “beneficios” o “utilidades”. A su vez, se consigna en la tabla la frecuencia relativa de dichas categorías en la muestra.

Tabla 3 | **Beneficios personales**

Temas	%
-Aprendizaje de vida en general (dar sentido a experiencias cotidianas, integración del proyecto vital, etcétera)	35,71
-Autoconocimiento e identificación de las propias fortalezas	32,14
-Crecimiento	21,42
-Superación positiva de obstáculos (crisis, enfermedad, adversidad, etcétera)	21,42
-Mejoramiento en las relaciones interpersonales	14,28
-Mayor bienestar psíquico	14,28

Pregunta N° 3: ¿Cuál/cuáles temas de la cursada recuerda como más útiles o beneficiosos?

En la Tabla 4 figuran los temas nombrados como más útiles o beneficiosos así como también, la frecuencia relativa en la muestra.

Tabla 4 | **Temas más útiles o beneficiosos**

Temas	%
Resiliencia	41
Enfoque Centrado en la Persona (Carl Rogers)	39,28
Capital psíquico, Virtudes y fortalezas del carácter	30
<i>Flow</i>	26,78
Sentido de Coherencia (Antonovsky)	19,64
Sentido del humor	16
Creatividad	16
Teoría de Abraham Maslow	12,5
Teoría del apego (Bowlby) y sus desarrollos	12,5
Teoría de Victor Frankl	10,71
Emociones positivas	10,71
Felicidad y disfrute	10,71
Intervenciones en crisis	10,71
<i>Counseling</i>	7,14
Optimismo	3,57

Pregunta N°4: ¿Considera importante para la formación de futuros psicólogos tener conocimientos sistemáticos acerca de los Enfoques Salugénicos? ¿Por qué?

El 100 % de los encuestados respondió que consideraba importante en la formación de futuros psicólogos tener conocimientos sistemáticos acerca de los Enfoques Salugénicos.

El 75 % de los encuestados enfatizó la respuesta utilizando uno o más de los siguientes recursos: signos de exclamación (35%); mayúsculas o resaltador (25%); adjetivos como “muy importante”, “importantísimo”, “fundamental”, “necesario”, “ineludible”, etcétera (24%); expresiones como “obvio”, “por supuesto”, “es clave”, “más bien”, etcétera (33%).

Al dar las razones de esta importancia, en la mayoría de los casos se reitera y refuerza las utilidades o beneficios mencionados en la Pregunta 2.

Discusión: El análisis del contenido de las respuestas de la encuesta se haya todavía en proceso. Los datos elaborados hasta el momento permiten concluir provisoriamente que los alumnos perciben a los contenidos del Enfoque Salugénico como de bastante o mucha utilidad considerándolos importantes para su formación profesional básica, a una distancia de 6 meses a 3 años de terminada la cursada.

El 82,14 % enfatizó los beneficios profesionales que reporta completar su formación con un modelo que ayuda a identificar los aspectos saludables del psiquismo y propone herramientas para su promoción. En la mayoría de las respuestas incluidas en ese porcentaje queda clara la necesidad de contar con lo que se podría llamar una “doble visión”, tanto desde el modelo médico como desde los enfoques salugénicos, para el ejercicio de la profesión del psicólogo en cualquier área de trabajo en la que se inserte. Apuntan en la misma dirección la totalidad de respuestas afirmativas, y el énfasis puesto en ellas, a la Pregunta N° 4.

El 51,78 % mencionó utilidades personales. Llama la atención que un porcentaje tan alto de ex -alumnos mencionara los beneficios directos que percibieron en sus vidas privadas después de cursar y aprobar *Enfoques Salugénicos*, ya que las preguntas apuntaban primariamente a la percepción de utilidad o beneficio de los *contenidos* de la materia en su formación profesional. Por otra parte, si bien las preguntas eran lo suficientemente neutras como para no promover la mención de beneficios personales, tampoco los excluían. Queda pendiente una investigación que explore si la sola exposición a los contenidos de la materia pueda influir en la calidad de vida de los alumnos.

Los beneficios personales que informaron los encuestados giran en torno a las dimensiones del bienestar psíquico postuladas por Carol Ryff (1989): autonomía, autoaceptación, competencia, crecimiento, propósito vital y relaciones personales significativas. Cabe mencionar que los trabajos de Ryff y su teoría no formaban parte de la bibliografía.

Es de destacar, por otra parte, que en psicología clínica muchos autores consideran que el trabajo sobre el propio *self* del psicólogo, o sea, la auto-involucración en el propio bienestar psíquico, es condición esencial para una mayor eficacia profesional (Rogers 1961/1993; Mearns & Thorne, 1991; Yalom, 2003). Dado que en la encuesta realizada no se exploran específicamente los futuros campos de acción de los encuestados, este aspecto queda abierto para posteriores investigaciones.

Los temas mencionados como más útiles o beneficiosos abarcan prácticamente el *syllabus* completo. Se destacan *Resiliencia* y *el Enfoque Centrado en la Persona* de Carl Rogers. La mención a la totalidad de los temas sugiere que, más que los tópicos individuales, lo que se percibe como útil o beneficiosos es el Enfoque Salugénico en general. Sin embargo, la evidente preferencia por los dos temas citados merece ser explorada en el futuro con mayor detenimiento.

Conclusión

Gracias al impulso de la Psicología Positiva, nuevas generaciones de psicólogos están incorporando los conocimientos y las habilidades del enfoque salugénico. Surge, entonces, la pregunta acerca de la importancia de esta inclusión en la formación básica de los futuros profesionales de la psicología.

En el presente artículo se buscó una respuesta tanto a nivel teórico como en la percepción de los propios ex -alumnos de la materia *Enfoques Salugénicos* de la UP, institución pionera en la enseñanza de estos contenidos.

Desde un punto de vista epistemológico, se dedujo el carácter esencial de una formación que permite completar el espectro del estudio de la realidad psíquica. La psicología se define como la ciencia que estudia el psiquismo humano. El modelo médico permitió el avance en el conocimiento de los trastornos psíquicos y decantó en el subsistema enunciativo que lleva el nombre de *Psicopatología*, piedra angular en la currícula básica de cualquier licenciatura en psicología.

El Enfoque Salugénico, por su parte, otorga el modelo o aparato conceptual adecuado para investigar acerca de los aspectos funcionales del psiquismo. A la Psicología Positiva, responsable de la definitiva cristalización del Enfoque Salugénico en psicología, le resta completar su objetivo *meta-psicológico* (Linley et al., 2006) contribuyendo a sentar las bases de un subsistema enunciativo -reverso conceptual de la psicopatología- que estudie el bienestar psíquico y para el que se propone el nombre de *Psicoeulogía*.

La incorporación de ambos modelos o enfoques permite completar el abordaje del objeto de la psicología, de lo anterior se sigue que todo psicólogo debe estar formado en ambos pilares esenciales de la psicología: la Psicopatología y la Psicoeulogía.

En relación a la opinión de los ex -alumnos de *Enfoques Salugénicos*, el análisis preliminar de la encuesta realizada sugiere que éstos se inclinan fuertemente a considerar los contenidos de la materia como lo suficientemente “útiles” o “beneficiosos” como para justificar la obligatoriedad de dicha asignatura en la formación de futuros psicólogos.

Como conclusión podría aventurarse que, al ser educado también en este nuevo enfoque, el psicólogo amplía sus posibilidades de servicio a la comunidad aportando una *visión binocular* que le permite abordar la totalidad del psiquismo humano en cualquier área en la que se inserte. El nuevo siglo, con sus nuevas demandas, necesita profesionales capaces de trabajar tanto desde la enfermedad como desde la salud.

Resta recoger el guante y estar a la altura de la tarea de formar profesionales que cuenten con todas las herramientas necesarias para contribuir al desarrollo y al bienestar humano.

Bibliografía:

Ben-Shachar, T. (2007). Giving Positive Psychology Away. En C. R. Snyder & Sh. J. Lopez. *Positive Psychology: the scientific and practical explorations of human health*. London: Sage publications.

Casullo, M. M. (1998). *Adolescentes en riesgo. Identificación y orientación psicológica*. Buenos Aires: Paidós SAICF.

Casullo, M. M. (2006a). La prevención no da rédito político. Reportaje realizado por F. Mangiapane & R. Gómez Vecchio -CyT- Instituto Leloir para *Semana Profesional*. Disponible en red en: www.semanaprofesional.com. Recuperado 2-4-07

Casullo, M. M. (2006b). El siglo XXI está convocado a integrar modelos. Reportaje realizado por C. Duek para *El Psitio*. Disponible en red en: www.elpsitio.com. Recuperado 2-4-07

Casullo, M. M (2008). (comp.). *Prácticas en Psicología Positiva*. Buenos Aires: Lugar.

Diener, E. (2003). What is positive about Positive Psychology: The Curmudgeon and Pollyana? En *Psychological Inquiry*. Vol. 14, N° 2, pp. 115-120.

Freud, S. (1927/1996). *El Humor*. En S. Freud. (Trad. L. López-Ballesteros y de Torres). *Obras completas*. (Vol. 3, pp. 2997-3000). Madrid: Biblioteca Nueva.

Gancedo, M. (2008a). *Hacia una Psicoeulogía*. Tesis doctoral. Universidad de Palermo.

- Gancedo, M. (2008b). Historia de la Psicología Positiva. Antecedentes, aportes y proyecciones. En: M. M. Casullo (comp.). *Prácticas en Psicología Positiva*. Pp. 11-38. Buenos Aires: Lugar.
- Gancedo, M. (2008c). Psicología Positiva: Posible futuro y derivaciones clínicas. *Psicodebate* 9. Pp.15-26.
- García Averasturi, L. (2003). La Psicología Positiva: del modelo de reparación al modelo de crecimiento. En: *Hojas informativas del Colegio oficial de Psicólogos de Las Palmas. N°56, E II, mayo 2003*. Disponible en red en: <http://www.cop.es/delegaci/palmas/biblio/psicot/psicot08.pdf>. Recuperado 2-7-09.
- Haidt, J. (2004). Flourishing (Positive Psychology) Syllabus. University of Virginia. Disponible en red: <http://people.virginia.edu>. Recuperado 15-7-2006.
- King, L. A. (2003). Some Truth Behind the Trombones? En *Psychological Inquiry*. Vol. 14, N° 2, pp. 128-131
- Lazarus, A. (2003). Does the positive psychology movement have legs? Commentaries on “Does positive psychology movement have legs?” *Psychological Inquiry*, 2003, Vol. 14, N° 2, pp. 32-52.
- Linley, A.; Joseph, S.; Harrington, S. & Wood, A. M. (2006). Positive psychology: Past, present, and (possible) future. En: *The Journal of Positive Psychology*, January 2006, 1 (1): 3-16.
- Lopez, Sh. (2006). Teaching Positive Psychology: An engaging experience. Disponible en red: <http://teachpsych.org/resources/e-books/eit2006/eit06-9.pdf>. Recuperado 15-7-2009.
- Maslow, A. (1954/1963). *Motivación y Personalidad*. Barcelona: Sagitario.
- Mearns, D. & Thorne, B. (1991). *Person-centered counseling in action*. London: Sage.
- Peiró, J. M. (2003). La enseñanza de la Psicología en Europa. Un Proyecto de Titulación Europea. *Papeles del Psicólogo*. N° 86, pp. 25-33.
- Peterson, Ch. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Rogers, C. (1961/1993). *El Proceso de convertirse en Persona*. México: Paidós.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.

Seligman, M. (1998). Building human strength: psychology's forgotten mission. En *APA Monitor*. Vol. 29. N°1. Enero 1998. Disponible en red en: <http://www.apa.org/monitor/jan98/press.html> . Recuperado 15-5-05

Seligman, M. (2003). *Authentic happiness* (2nd edition). London: Nicholas Brealey.

Seligman, M. (s/f). La Psicología Positiva va a la Universidad. Disponible en red en: <http://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/newsletter.aspx?id=51> . Recuperado 3-9-06

Seligman, M., Steen, T. A., Park, N. & Peterson, Ch. (2005). Positive Psychology Progress. Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*. Vol. 60, N°5, 410-421.

Seligman, M, Rashid, T. & Parks, A. C. (2006). Positive Psychotherapy. *American Psychologist*. Vol. 61, N° 8, 774-788.

Snyder, C. R. & Lopez, Sh. (2007). *Positive Psychology. The scientific and practical explorations of human strengths*. Thousand Oaks, California/ London/ New Delhi: Sage.

Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. *Papeles del Psicólogo. Revista del Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de España*. Vol. 27 (1). Pp. 1-2.

Yalom, I. (2003). *El don de la terapia*. Buenos Aires: Emecé.

Anexo 1

Syllabus. Modelos y Teorías V: Enfoques Salugénicos

U. N° 1: Introducción al Enfoque Salugénico

- Características de los *Enfoques Salugénicos* y diferencias con la orientación hacia el estudio de lo patológico *-modelo médico-*.
- Conceptos de *prevención y promoción*. Concepto de *salud y normalidad*.
- La Orientación Salugénica de Antonovsky. *Sentido de Coherencia* (SOC). Componentes del concepto.

U. N° 2: Psicología Humanística

- *Psicología humanística y existencial*. Fundamentos filosóficos y psicológicos. Perspectiva histórica. Idea de hombre e idea de ciencia. Representantes y teorías principales: Maslow, Frankl, Moreno, Pearls.
- *Carl Rogers y el Enfoque Centrado en la Persona*. Teoría de la personalidad y de la terapia.

U. N° 3: Psicología Positiva

- Antecedentes, historia. Fundamentos y principales representantes.
- *El estudio del bienestar psíquico*. Corrientes hedonista y eudaimónica. Bienestar subjetivo. Satisfacción Vital.
- *Las emociones positivas*. Teoría de las emociones. Teorías de la construcción-ampliación de Fredrickson. Concepto de *Flow*.
- *Fortalezas y virtudes del carácter*. Características de la clasificación. Capital Psíquico.

U. N° 4: Temas de la Psicología Positiva

- *Teoría del apego* de Bowlby. Derivaciones de la teoría del apego: relaciones amorosas, relaciones filiales. El amor.
- *Resiliencia*. Evolución del término. Conceptualización como capacidad y como proceso. Noción de adversidad. Pilares de la Resiliencia.
- *Creatividad*. Diferentes abordajes. Teorías cognitivas, sistémicas y experienciales.

U. N° 5: **Aplicaciones Prácticas de los Enfoques Salugénicos**

- *Aportes desde la Psicología positiva*: Intervenciones para incrementar fortalezas (Peterson y Seligman). Propuestas de algunos modelos clínicos.
- *Counseling*: El asesoramiento: origen y desarrollos. Metas del asesoramiento. Características del asesor, su rol y función. Características del asesorado.
- *Intervenciones en crisis*

Anexo 2

Encuesta para ex-alumnos de Enfoques Salugénicos:

Edad:

Año de cursada:

- 1) Los contenidos de la materia Enfoques Salugénicos le resultaron:
 - 1- de ninguna utilidad o beneficio
 - 2- de poca utilidad o beneficio
 - 3- de regular utilidad o beneficio
 - 4- de bastante utilidad o beneficio
 - 5- de mucha utilidad o beneficio
- 2) ¿Cuál/cuáles utilidades o beneficios nombraría?
- 3) ¿Cuál/cuáles temas de la cursada recuerda como más útiles o beneficiosos?
- 4) ¿Considera importante para la formación de futuros psicólogos tener conocimientos sistemáticos acerca de los Enfoques Salugénicos? ¿Por qué?