

Retos de la psicología positiva y el estudio de las fortalezas humanas al incorporar la dimensión de género

FRANCISCO JAVIER ROBLES OJEDA

*Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México*

Resumen

A quince años de su nacimiento, la psicología positiva ha tenido una expansión importante, lo cual ha incrementado el número de investigaciones desde diversas perspectivas psicológicas. Algunas de sus principales críticas han sido dirigidas a su enfoque individualista y a que una gran parte de sus conceptos es universalista, con poco énfasis en aspectos históricos y sociales. Esto destaca la relevancia del artículo de Ovejero y Cardenal "Fortalezas humanas y género", que promueve la integración de una perspectiva de género en el campo de la psicología positiva. En el presente artículo se abordan algunas recomendaciones para incorporar la perspectiva de género en investigaciones de psicología y se sugieren metodologías de investigación que profundicen en el significado social de los datos emanados de investigaciones donde estos son desglosados por sexo.

Palabras clave: fortalezas, investigación, psicología positiva, perspectiva de género.

Challenges of positive psychology and the study of human strengths to incorporate the gender dimension

Abstract

Fifteen years after his birth positive psychology has had a major expansion, which has increased the number of inquiries from various psychological perspectives. Some of their main criticisms have been directed to an individualistic approach and that a large part of their concepts is universal with little emphasis on historical and social aspects. This article highlights the importance of research of Ovejero and Cardenal "Gender and Human Strengths", which promotes integration of a gender perspective in the field of positive psychology. In this article are mentioned some recommendations for incorporation of a gender perspective in psychology research and research methodologies to deepen the social significance of research data to emerge when the data are broken down by sex suggest addressing.

Key words: Strengths, research, positive psychology, gender perspective.

COMENTARIO

La psicología positiva nace oficialmente en el 2000 y, de acuerdo a Martín Seligman, una de sus principales contribuciones era saldar una deuda histórica que tenía la psicología al haberse enfocado de manera predominante en la erradicación de trastornos psicológicos y descuidar el desarrollo de fortalezas del ser humano (Seligman, 2002). En su nacimiento, el objetivo que se estableció para la psicología positiva era

Dirigir toda correspondencia al autor a: Facultad de Estudios Superiores Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México. Av. de los Barrios 1. Col. Los Reyes Iztacala Tlalpan,
Estado de México C. P. 54090.
Correo electrónico: solucion20@hotmail.com
Sitio web: <https://www.facebook.com/BienAmarConsultoriaPsicologica>

RMIP 2015, Vol. 7, No. 2, 94-99
ISSN-impresa: 2007-0926; ISSN-digital: 2007-3240
www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com
Derechos reservados ©RMIP

estudiar de manera científica al conjunto de aspectos relacionados al bienestar y la sensación de las emociones positivas. A quince años de su nacimiento oficial, esta propuesta psicológica no ha estado exenta de críticas, algunas de ellas referentes a la multiplicidad de enfoques psicológicos en los que se sustentan los psicólogos considerados como positivos, los cuales se han ido incorporando en este campo, principalmente porque una gran parte de sus investigaciones se centra en aspectos relacionados al bienestar y las emociones positivas, sin importar la corriente o fundamento epistemológico o psicológico. Este criterio para considerar a una investigación o propuesta psicológica como parte del campo de la psicología positiva ha llevado a la incorporación de un mayor número de investigaciones sustentadas en una multiplicidad de posturas teóricas —desde las raíces cognitivas iniciales en los trabajos de Martín Seligman, una perspectiva relacionada al humanismo en el modelo de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (2014), o tendencias relacionadas a enfoques budistas como la autocompasión de Kristen Neff—, que si bien han ampliado el campo de aplicación de la psicología positiva, también han imposibilitado que conforme una base sólida y coherente a nivel teórico y epistemológico (Gracia, 2013).

Otra crítica mencionada de manera recurrente es que la psicología positiva es un desarrollo de la visión estadounidense basada en el individualismo positivo, y que es justamente a partir de las teorías y las técnicas propuestas por los autores que se ha promovido una política neoliberal basada en la idea de que, a partir de un esfuerzo individual, se pueden incrementar el bienestar psicológico y la sensación de emociones positivas presentes (Cabanas, 2013, Gracia, 2013). De acuerdo a Cabanas (2013), este “individualismo positivo” se basaría en cuatro factores principales: a) autocontrol: implica hacerse cargo de uno mismo, gestionar su propia vida y conseguir todo lo que se propone; b) autoconocimiento: se concibe a las personas con la habilidad para explorar y

comprender las causas de sus comportamientos, pensamientos y emociones; c) autocultivo: implica que el individuo no sólo debe conocer sus potencialidades, cualidades y talentos, sino que debe cultivarlos y desarrollarlos; y d) autodeterminación: implica que el individuo tiene la capacidad para desarrollarse y alcanzar el éxito personal. Todos estos factores, centrados en la propia autocapacidad individual para gestionarlos, invisibiliza los factores sociales que no son concientes en el individuo, lo que nos lleva a otra crítica hacia la psicología positiva: su sesgo a histórico y asocial, ya que parte de la idea de que estos elementos están presentes de manera previa en todos los sujetos —minimizando diferencias culturales y sociales— y sólo hay que poseer el conocimiento adecuado para desarrollarlos.

Debido a estas características que subyacen a la psicología positiva, la gran parte de la investigación emanada de ella no ha profundizado en aspectos socioculturales o bien no los pone en primer plano como determinantes para la felicidad —a pesar de la existencia de algunas investigaciones que han intentado incluir ciertos aspectos de este tipo—; debido a la expansión de este campo a nivel mundial, se han podido hacer comparaciones de diversos aspectos del bienestar psicológico entre distintos países o se ha incrementado el interés en índices globales de felicidad. Sin embargo, de manera predominante, se siguen tomando como referencia parámetros universales de felicidad o intervenciones generales, sin hacer demasiado énfasis en la diversidad cultural e histórica.

La investigación realizada por Ovejero y Cardenal (2015) acerca de las fortalezas humanas y el género tiene como objetivo distinguir las fortalezas personales de acuerdo a la clasificación VIA propuesta por Peterson entre hombres y mujeres de una muestra de personas españolas e identificar sus relaciones con conductas tradicionales de género, las cuales fueron evaluadas a través de un cuestionario de conformidad a conductas asociadas a la masculinidad y femi-

nidad. Como ya se mencionó en el artículo de Ovejero y Cardenal (2015), esta clasificación de fortalezas surge a partir de la revisión de la existencia de determinadas virtudes en diversos contextos culturales —en la investigación, se mencionan la filosofía y tradición china, la griega, la filosofía cristiana e islámica, además de revisiones bibliográficas de personajes históricos e incluso imaginarios— y postula la existencia de un grupo de virtudes y fortalezas relativamente universales. Esta clasificación tampoco ha estado exenta de críticas, centradas principalmente en esta supuesta característica universal. Esto se aprecia en la siguiente cita de Cabanas (2013), donde sintetizan las ideas en contra de la noción universal del instrumento de clasificación VIA:

Los significados suelen ser completamente distintos [...] porque proponen ontologías del ser humano completamente diferentes [...] Es erróneo, por ejemplo, identificar la noción platónica de “sabiduría” con la concepción de “sabiduría” que maneja un psicólogo positivo [...] quien la entiende como una habilidad cognitiva [...] [y] Platón [...] con la capacidad del alma para mirar en la dirección correcta y apreciar el orden externo del cosmos [...] Los psicólogos positivos reifican las virtudes de tal modo que parece que siempre, a lo largo de la historia natural, hubieran “estado ahí”, negando que [...] no pueden ser sino históricos, culturales y políticos. Se niega que lo que en cada tiempo y lugar se consideran virtudes y fortalezas, características deseables en las personas, pueda re-negociarse, re-interpretarse, criticarse (pp. 260-261).

Este descuido en los aspectos contextuales que presenta de origen la psicología positiva aumenta el valor de las investigaciones en esta área que pretenden ahondar en aspectos interculturales y sociales de temáticas de la psicología positiva, como la de Ovejero y Cardenal (2015) acerca de fortalezas humanas y género; empero, es importante hacer algunas consideraciones al

término género al realizar investigaciones. Una perspectiva de género o feminista —de la cual deriva la primera perspectiva— hace un énfasis fuerte en los aspectos históricos y sociales que determinan el actuar, pensar y sentir de las personas de acuerdo al sexo que la sociedad les asigna. En el caso del artículo ya mencionado, se distinguen dos áreas principales relativas a la perspectiva de género; a) entender las diferencias de género en las fortalezas de una población española; y b) la relación de las fortalezas con tendencias masculinas y femeninas.

¿Qué implica realizar una investigación desde una perspectiva de género? Es importante aclarar la distinción entre análisis de datos por sexo y género, ya que es común —en las investigaciones basadas en paradigmas científicos más objetivos, cuantitativos y que no profundizan en los significados culturales— asumir que se está realizando un análisis de género cuando en realidad se están reportando principalmente diferencias de sexo. De acuerdo a ONU-Mujeres (2011), reportar diferencia de datos desglosados por sexo se remite solamente a presentar información estadística cuantitativa de las diferencias encontradas entre hombres y mujeres, lo cual es diferente a realizar un análisis de género de dichos datos, que implicaría considerar aspectos políticos, sociales, culturales y legislativos que inciden en las diferencias estadísticas puramente cuantitativas por sexo, además de asumir una postura crítica que permita visibilizar los orígenes socioculturales e históricos de lo que una sociedad entiende como femenino y masculino (Lamus, 2015). En el artículo propuesto por Ovejero y Cardenal (2015) se aporta un primer paso al interesarse por las diferencias de género con respecto a las fortalezas humanas, pero es importante que futuras investigaciones ahonden en los aspectos socioculturales y políticos ya mencionados que inciden en la actitud de hombres y mujeres en una sociedad determinada. Los estudios de la psicología positiva que aspiren a comprender diferencias entre hombres y mujeres

desde una perspectiva de género podrían enriquecerse si se apoyan en estudios precedentes que analizan el rol de la cultura como diferenciador entre ambos sexos.

Otro aspecto a considerar al incorporar el concepto de género es la ideología patriarcal. En general, las sociedades occidentales se basan en una ideología patriarcal, donde el orden social se fundamenta en relaciones inequitativas entre hombres y mujeres, dando mayor valor a virtudes asociadas a los hombres (masculinas) en detrimento de las relacionadas con la mujer (femeninas). En estas sociedades, las instituciones educativas, gubernamentales y familiares son las principales transmisoras de esta ideología a través de una imposición directa o indirecta (Fernández & Duarte, 2006).

El instrumento VIA, que es el eje central para evaluar las fortalezas, está conformado por seis virtudes: sabiduría y conocimiento (fortalezas cognitivas); coraje (fortalezas emocionales); humanidad (fortalezas interpersonales); justicia (fortalezas cívicas); templanza (fortalezas de protección a excesos); y trascendencia (fortalezas espirituales) (Peterson & Seligman, 2004). De acuerdo a los estereotipos rígidos de género, este grupo de seis fortalezas estaría más asociado a los rasgos femeninos que a los masculinos. Entre las virtudes más asociadas a los rasgos femeninos se podrían ubicar las de humanidad, justicia, templanza y trascendencia, así como algunas emocionales —sobre todo las relacionadas a emociones que no demuestren agresividad—; mientras que las virtudes de sabiduría y conocimiento, así como las emocionales relacionadas con agresividad —como incluso lo manifiesta el nombre coraje— estarían más asociadas con los rasgos masculinos.

Por otra parte, las escalas utilizadas para indagar el grado de masculinidad-feminidad, referentes a la conformidad con las normas culturales —tanto de hombre como de mujer—, son reflejo de los estereotipos rígidos de género. En el caso de la mujer, aspectos como valorar

las relaciones de amistad, cuidado de niños, delgadez, fidelidad sexual, modestia, relaciones románticas, estilo hogareño, inversión en la imagen o apariencia; mientras que en el caso de los hombres se conforma por el deseo de ganar, control emocional, conductas de riesgo, actitud violenta, poder sobre las mujeres, dominancia, aventuras emocionales, independencia, primacía del trabajo, desprecio a la homosexualidad, desdén hacia los homosexuales y búsqueda de posición social.

Es interesante ver cómo los resultados de la presente investigación, donde se relacionan las fortalezas con las escalas de conformidad a rasgos masculinos y femeninos, corroboran los hallazgos planteados por las corrientes feministas, la perspectiva de género e investigaciones culturales de sociedades masculinas y femeninas, las cuales han afirmado que asumir un estereotipo clásico y rígido de masculinidad estaría asociado con puntajes menores en la mayoría de las fortalezas personales, mientras que asumir o estar de acuerdo con rasgos femeninos las aumentaría. Estos hallazgos concuerdan con la aseveración de que aquellas sociedades que se alejan de una ideología patriarcal —emparentada con conductas machistas y tradicionalmente masculinas— tienden a tener relaciones más equitativas, lo que, a su vez, sugeriría el desarrollo de las fortalezas personales, de acuerdo a los resultados planteados en el artículo de Ovejero y Cardenal (2015; Fernández & Duarte, 2006).

Sería un error asumir que estos resultados afirmarían que, en general, todos los hombres tienden a tener puntajes menores en fortalezas y todas las mujeres mayores puntajes. Lo que se tendría que asumir es que la masculinidad hegemónica tradicional limitaría la preferencia por dichas fortalezas y su posterior desarrollo. ¿Qué entendemos por masculinidad hegemónica? Bonino (2002) menciona que en primer término, al hacer referencia a lo masculino o femenino, se hace mención a lo que es correcto al ser hombre o mujer. En el caso de la masculinidad, haría

referencia al estereotipo masculino moderno, que se mantiene en la mayoría de las sociedades por lo menos desde la época del Renacimiento y que de acuerdo a Bonino (2002) se sustenta en las siguientes creencias: autosuficiencia prestigiosa, belicosidad heroica, respeto al valor de la jerarquía, superioridad de lo masculino sobre lo femenino y de los hombres sobre las mujeres. Sin embargo, en la mayoría de las culturas a lo largo de la historia, se han encontrado maneras de ser hombre y mujer que difieren de esta visión hegemónica, a lo que se ha denominado modelos alternativos de masculinidad. Por lo menos durante la época moderna, la asunción de la masculinidad hegemónica eclipsó la visibilización de estos modelos alternos de género. Es importante tomar en cuenta la existencia de ellos para incorporarlos a las futuras investigaciones que pudieran realizarse a partir de datos como los aportados por Ovejero y Cardenal (2015).

Asimismo, se han identificado diferencias entre la asunción de características patriarcales en diversas naciones. De acuerdo al modelo de Hofstede (en Paez & Fernández, 2005) en relación con las virtudes, las culturas masculinas valoran los desafíos y el reconocimiento; presentan un alto estrés laboral; predominan en ellas las creencias individuales frente a las grupales, así como valores materialistas y de subsistencia; el trabajo remunerado es central; mientras que en las culturas femeninas se valoran la cooperación y las buenas relaciones; presentan un bajo estrés laboral; predominan las decisiones grupales, así como los valores de bienestar y calidad de vida; y tienen una valoración moderada del trabajo remunerado.

En los resultados de la investigación del artículo-objetivo (Ovejero & Cardenal, 2015) se encontraron diferencias con los encontrados en otros países. Se deberían contemplar los hallazgos acerca de las diferencias entre los países considerados masculinos y femeninos para comprender estos resultados de una manera más amplia; por ejemplo, de acuerdo al modelo

ya mencionado de Hofstede, países como Japón, Austria, Venezuela, Italia, Suiza y México (puntajes por encima de 60) son considerados naciones con culturas altamente masculinas, mientras que países como Chile, Costa Rica, Holanda y Escandinavia (puntajes por debajo de 30) muestran una cultura altamente femenina. El caso de España, país donde se realizó la investigación de Ovejero y Cardenal (2015), presenta puntajes moderados (42), por lo que no se podría catalogar con una tendencia fuerte hacia la masculinidad o la feminidad. Esto podría explicar las diferencias encontradas por las autoras en correspondencia con otras investigaciones previas; por ejemplo, al mencionarse que en sus resultados no se encontraron diferencias entre hombres y mujeres en la virtud de coraje, mientras que investigaciones de otros países reportan diferencias en esta virtud en favor de los hombres.

¿Qué podría aportar la perspectiva de género a estos hallazgos de fortalezas? En primer lugar, se destacan los riesgos de asumir una visión patriarcal rígida y extrema, lo cual concuerda con una masculinidad exacerbada. Estos hallazgos podrían conducir a la realización de propuestas de intervención donde —desde la visión de la psicología positiva— se cuestione la visión que se tiene de las fortalezas, por ejemplo: ¿que ciertos grupos de hombres no consideren valiosas ciertas fortalezas estaría asociado con asumir que tienen cualidades inherentes a lo femenino? ¿Cómo crear intervenciones para valorar esas fortalezas asociadas a lo femenino? ¿Cómo evitar asimismo asumir que un estereotipo tradicional femenino es el adecuado o que pudiera ser el normativo para un mayor desarrollo de las fortalezas? ¿Cómo incluir y valorar a diferentes masculinidades y feminidades?

A nivel metodológico, se sugiere incorporar diseños de investigación cualitativa con el fin de superar la mera descripción de datos segmentados por género y enriquecerla con la comprensión profunda del significado social que provoca

que hombres y mujeres de determinada sociedad asuman o tengan preferencia por ciertas virtudes.

¿Qué podría incorporar la psicología positiva de visiones más culturales y sociales como la perspectiva de género? La perspectiva de que determinados conceptos pueden variar de acuerdo al contexto histórico y social, en especial centrándonos en el tema de la presente investigación (Ovejero & Cardenal, 2015), e indagar acerca de las diferencias de las virtudes contempladas en la clasificación VIA, haciendo una revisión y cuestionando la universalidad de ellas. En conclusión, los hallazgos del artículo de Ovejero y Cardenal introducen una variedad de datos que pudieran conducir a enriquecer el campo hasta el momento más individualista que ha tenido la psicología positiva en la actualidad.

REFERENCIAS

- Bonino, L. (2002). "Masculinidad hegemónica e identidad masculina". *Dossiers Feministes 6: Mites, de/construccions i mascarades*, 6, 7-35.
- Cabanas, E. (2013). "La felicidad como imperativo moral. Origen y difusión del individualismo "positivo" en el capitalismo neoliberal y sus efectos en la construcción de la subjetividad". Tesis doctoral. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Fernández, R. y Duarte, A. (2006). "Preceptos de la ideología patriarcal asignados al género femenino y masculino, y su refracción en ocho cuentos". *Educación*, 30(2), 145-162.
- Gracia, E. (2015). *Panorámica actual de la psicología positiva*. Recuperado de <http://bit.ly/1l0davr>
- Lamus, D. (2015). *Guía para la investigación cualitativa y de género*. Colombia: Universidad Autónoma de Bucaramanga.
- ONU-Mujeres (2011). *Principios para el empoderamiento de las mujeres*. ONU.
- Ovejero B., Ma., & Cardenal, V. C. (2015). "Las fortalezas humanas desde la perspectiva de género: un estudio exploratorio en población española". *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 7(2), 72-92.
- Paez, D., & Fernández, I. (2005). "Masculinidad-Femineidad como dimensión cultural y del autoconcepto" (pp. 195-207). En D. Paez, *Psicología social, cultura y educación*. Madrid: Pearson.
- Peterson, C., & Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues. A handbook and classification*. New York: Oxford.
- Ryff, C. D. (2014). "Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of Eudaimonia". *Psychotherapy Psychosomatics*, 83, 10-28.
- Seligman, M. (2002). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Zeta-De bolsillo.

Recibido el 17 de noviembre de 2015.

Revisión final 25 de noviembre de 2015.

Aceptado el 27 de noviembre de 2015.