

Reflexiones sobre las fortalezas humanas desde la perspectiva de género

LUZ DE LOURDES EGUILUZ ROMO

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

Universidad Nacional Autónoma de México

Resumen

En la investigación de Ovejero y Cardenal (2015) que nos ocupa se busca conocer las fortalezas humanas desde una perspectiva de género. El estudio de las fortalezas humanas es algo que la psicología tradicional no había tomado en cuenta hasta que las investigaciones de Seligman y Peterson (2004), realizadas en diferentes culturas con tradiciones religiosas y formas de vida muy singulares, dieron oportunidad de clasificar y definir 24 fortalezas humanas, que son valoradas en todas las tradiciones, y que hacen que la vida valga la pena vivirse. Ovejero y Cardenal (2015) en su artículo añaden la visión de género, una forma de mirar la realidad bastante actual, que permite ampliar, además, el uso de métodos cualitativos.

Palabras clave: fortalezas humanas, psicología positiva, enfoque de género.

Reflections on human strengths from the gender perspective

Abstract

The research made by Ovejero and Cardenal (2015) seeks to know the human strengths from a gender perspective. The study of human strengths is something that traditional psychology had not taken into account until Seligman

and Peterson (2004) carried out investigations in different cultures with different religious traditions and unique life forms. Such research gave opportunity to categorize and define 24 human strengths, that are valued in all traditions, and which make life worth living. Ovejero and Cardenal (2015) in their article add the vision of gender, a way of looking at current reality that also allows to extend the use of qualitative methods.

Key words: human strengths, positive psychology, gender perspective.

REFLEXIONES SOBRE LAS FORTALEZAS HUMANAS DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO

Desde hace varios años (Seligman & Csikszentmihalyi; 2000, Seligman, 2002) se escucha hablar en distintos contextos de la psicología positiva, no sólo como una alternativa diferente a la psicología tradicional que se ha dedicado a detectar y trabajar con los problemas humanos, sino como una forma de atender y evaluar las cosas buenas que mejoran nuestro rendimiento, aumentan nuestra felicidad o nos hacen más fuertes ante las circunstancias de la vida; además de proporcionar la sensación de que la vida vale la pena vivirse (Casullo, 2008).

A continuación comentaré sobre el artículo que lleva por título: “Las fortalezas humanas desde la perspectiva de género: un estudio exploratorio en población española” (Ovejero & Cardenal, 2015).

Dirijase toda correspondencia a la autora a: Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México, av. de los Barrios, núm. 1, Col. Los Reyes, Iztacala, Tlalnepantla, Estado de México, C. P. 54090.
Correo electrónico: lileguez@hotmail.com
Sitio web: www.iztacala.unam.mx

RMIP 2015, Vol. 7, No. 2, 104-106
ISSN-impresa: 2007-0926; ISSN-digital: 2007-3240
www.revistamexicanadeinvestigacionenpsicologia.com
Derechos reservados ©RMIP

Primeramente me gustaría señalar que el estudio de las fortalezas humanas es bastante novedoso en el panorama de la psicología general, ya que el tema aparece hace un poco más de tres lustros, cuando Martin Seligman y Christopher Peterson realizaron estudios transculturales con el fin de encontrar qué era lo que la gente de diferentes culturas y distintas creencias religiosas del mundo valoraba y apreciaba como algo bueno, algo por lo que había que luchar con la finalidad de conseguir ser una mejor persona. Al cabo de unos años este estudio, ya sistematizado, permitió encontrar una serie de fortalezas humanas que han facilitado el desarrollo de una psicología enfocada en los rasgos positivos (Peterson & Seligman, 2004).

Se podría decir que las fortalezas del carácter son como los aspectos psicológicos que definen las virtudes, y a su vez las virtudes como las características nucleares del carácter. Según estos investigadores, las fortalezas de carácter son 24, agrupadas temáticamente en seis grandes categorías, a saber: 1) sabiduría o conocimiento, 2) humanidad, 3) coraje, 4) trascendencia, 5) moderación o contención y 6) justicia.

No todas las personas tienen estas seis fortalezas igualmente desarrolladas, por ello los investigadores han propuesto que todos deberíamos conocer nuestro mapa de fortalezas con la intención no sólo de saber un poco más sobre nosotros mismos, sino de potenciar aquellas que se encuentren menos desarrolladas. De las 24 fortalezas, según Peterson, Park y Seligman (2005), cinco están relacionadas directamente con la satisfacción con la vida. Estas son:

- Gratitud
- Optimismo
- Entusiasmo
- Curiosidad
- Capacidad de amar y de ser amado

Estas fortalezas, de practicarse todos los días, según los autores, permiten conseguir una vida llena de felicidad, compromiso y significado, siendo esto el objetivo primordial de “una vida que florece”.

El artículo de Ovejero y Cardenal (2015) está muy bien estructurado en cuanto al marco teórico, donde se define con bastante claridad el significado de las fortalezas y virtudes humanas, así como las características que diferencian cada fortaleza, de modo que puedan distinguirse de otras habilidades humanas, exponiendo una serie de criterios muy útiles para su identificación.

Ahora bien, el objetivo propuesto inicialmente por las autoras de encontrar las diferencias que pudieran existir en cuanto al género, considero que se queda corto, por eso ampliaron el estudio al contemplar también las normas de género y su relación con las fortalezas humanas. Se podría esperar que entre más grande sea la diferencia de los roles ejecutados por hombres y mujeres, habría de encontrarse una mayor diferencia en el desarrollo de ciertas fortalezas y no otras. Estas diferencias tienen que ver con la puesta en marcha de comportamientos característicos de la cultura prevalente en cada país.

Es común que muchas de las investigaciones sobre la diferenciación de géneros sólo se ocupen de hacer la cuantificación dividiendo a la población por sexos (femenino/masculino) sin tomar en cuenta aspectos más profundos que tienen que ver con la cultura del país o de la región de donde se ha tomado la muestra. Por ejemplo en México, no es lo mismo ser hombre o mujer en algunos de los estados del norte del país (Sonora, Chihuahua, Coahuila o Nuevo León), que serlo en otros estados del sur (Oaxaca, Yucatán, Campeche), donde hasta la complexión física es distinta al comparar a hombres o mujeres del norte con hombres o mujeres del sur de la República Mexicana. Sí, fisiológica y psicológicamente somos distintos, no cabe duda, pero además considerando que el género es algo que se construye social y culturalmente, había que darle al género un mayor peso, no solo dividir por sexos. El género como bien señala Mabel Burin (2000) se refiere a los roles sociales que desempeñan los

hombres y las mujeres, así como las relaciones de poder entre ellos, sin olvidar las relaciones que ambos mantienen con el ambiente en el que habitan.

Considero adecuado el empleo que se ha hecho de la metodología en esta investigación, tanto para el caso de la selección del diseño como para detectar la existencia de relaciones entre género y fortalezas, donde se ha empleado una correlación de Pearson. Los resultados demuestran que las mujeres españolas de la muestra empleada presentan un perfil donde las fortalezas tales como el amor por el conocimiento, la imparcialidad, la gratitud, la capacidad amorosa y la generosidad son más altas; mientras que en el grupo de hombres destacan la generosidad, la capacidad de amar, el juicio crítico y el amor por el conocimiento como fortalezas más relevantes. Sin embargo, como las mismas autoras reconocen, en el campo de las fortalezas humanas, al ser nuevo, puede existir aún mucho por descubrir.

Al hacer las autoras una comparación con las diferentes investigaciones que se han hecho en distintos países, con culturas también distintas y con poblaciones diferentes, permitieron dar a la investigación una trascendencia más amplia que si se trabajara solamente con población española.

A pesar de los datos presentados y las correlaciones realizadas entre fortalezas humanas y normas de género, se puede sospechar que la relación entre unas y otras no sea lineal, por lo que sería interesante seguir profundizando en el tema.

Algo que considero sumamente valioso del artículo es el apartado titulado como “limitaciones”, donde las autoras reconocen que podrían mejorarse ciertos rubros tales como: la muestra seleccionada en esta investigación, que se hizo muy reducida por los cuestionarios que no se contestaron; lo que lleva a que se cuestione también la extensión del protocolo de los cuestionarios utilizados; también se cuestionó la fiabilidad de los cuestionarios de género que se

aplicaron, dado que se percibe la necesidad de ir más allá de la dimensión masculino-femenino.

La reflexión que hacen las autoras sobre su propia investigación permite que los lectores que deseen replicar o ampliar los temas expuestos tomen en cuenta todo ello, lo que permitirá obtener datos más certeros sobre las fortalezas humanas, las diferencias entre las fortalezas de hombres y mujeres, y las normas de género prevalecientes en las distintas culturas.

Otro acierto más del escrito es la cantidad de referencias empleadas tanto para construir la parte teórica, como para dar consistencia a los datos encontrados. Las autoras consultan y refieren 72 artículos, lo cual hace suponer en las investigadoras un amplio conocimiento del tema, además de permitir a los lectores poder consultar otros artículos sobre los temas tratados.

REFERENCIAS

- Casullo, M. M. (comp.) (2008). *Prácticas en Psicología Positiva*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Burín, M., & Meler, I. (2000). *Varones. Género y subjetividades masculinas*. Buenos Aires: Paidós.
- Ovejero B. M., & 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.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Washington, D. C.: American Psychological Association & Oxford University Press.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2005). “Orientation to Happiness and Life Satisfaction: The Full Life versus the Empty Life”. *Journal and Happiness Studies*, 6(1), 25-41.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). “Positive Psychology: An Introduction”. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M. E. P. (2002). *La auténtica felicidad*. Barcelona, España: Javier Vergara.

Recibido el 1 de diciembre de 2015
Revisión final 17 de diciembre de 2015
Aceptado el 18 de diciembre de 2015