

Equilibrio, Armonía y Belleza: una visión emic del Bienestar Subjetivo en el Trabajo.

Msc. María Presentación Lugo¹

¹ Universidad Nacional Experimental de Guayana: (UNEG) Venezuela.

Cursante del doctorado en Ciencias de la Salud en el Trabajo Universidad de Guadalajara

RESUMEN

La presente investigación se ha desarrollado en el escenario académico de una universidad venezolana (UNEG¹). Su propósito es describir la percepción de bienestar subjetivo relacionado con el trabajo en el docente universitario. Se asume la metodología cualitativa con diseño de estudio de caso, participaron los docentes con escalafón de ordinario, en las categorías desde asistente hasta titular, la muestra fue homogénea y propositiva de 20 docentes. Se utilizó la entrevista en profundidad y para el análisis de los datos se realizó mediante la herramienta del Atlas Ti. Se evidencia en los resultados una valoración afectiva y cognitiva en la percepción del docente donde el equilibrio y la armonía son elementos para sentirse a gusto y bien con el trabajo con tendencia hacia la satisfacción por la experiencia y por los logros en los estudios de quinto nivel, entre otros.

ABSTRACT

This research was developed in the academic setting at a Venezuelan university (UNEG¹). Its purpose is to describe the perception of subjective well-being related to work in university teaching. It was assume the qualitative methodology with case study design, participated with ranks and insignia of regular, teachers in categories from up to titular Wizard; the sample was homogeneous and purposeful 20 teachers. The interview was used in depth and the data analysis was performed using the tool of the Atlas Ti. It is evident in the results of an affective

and cognitive valuation in the perception of teaching, where the balance and harmony are elements to be comfortable and work well with the trend towards satisfaction for the experience and achievements in studies of fifth level and others.

INTRODUCCIÓN

Es oportuno este escenario académico y científico, para compartir la experiencia que ha conducido a describir la visión emic de los docentes universitarios, como es el caso de una universidad experimental ubicada en el sur de Venezuela sobre el bienestar subjetivo en el trabajo y cómo desde la salud ocupacional puede ser estudiada desde la perspectiva que se plantea en el presente estudio, en el cual emergen nociones que perciben los docentes sobre el bienestar.

Equilibrio, armonía y belleza, una trilogía de términos que describe en cierta manera al bienestar desde la visión de los informantes, por quienes lo han vivido en las diferentes esferas de la vida y en especial desde el trabajo.

Desde la visión de los informantes, en este caso los docentes universitarios, se expresa que el equilibrio y la armonía confluyen en su significado, ambos connotan belleza; para que exista armonía debe haber un equilibrio en las proporciones de una totalidad o un todo, en el hogar, la familia, en la sociedad, en el trabajo, en la naturaleza, en nuestro cuerpo. La armonía y el equilibrio te hacen sentir

bien, es decir, es hacer un balance en nuestras vidas en el que te permita ser feliz y vivir con tranquilidad, lo cual nos aproxima a un equilibrio.

Subyace pues, que la belleza forma parte de esa armonía y equilibrio, es un ideal imaginario, perfecto para la vida de las personas y por ende, la del trabajador. La belleza como percepción se convierte en una experiencia de placer o satisfacción, se presenta ante los ojos de quien la mira, la siente y la vive. Está implícito desde adentro de quien mira, sentimientos positivos que son valorativos, que se generan a partir de la experiencia subjetiva con su entorno y consigo mismo. Por lo que, el equilibrio, la armonía y belleza le son atribuidas a la noción de bienestar desde la visión de los informantes.

En el presente estudio se plantea como propósito central describir la percepción de bienestar subjetivo relacionado con el trabajo en el docente universitario y comprenderlo desde una visión emic.

A efecto de éste artículo se desarrollará una aproximación que ha permitido categorizar las percepciones de bienestar subjetivo relacionado con el trabajo del docente universitario.

Cuando hablamos de la visión emic se está siendo referencia a la manera cómo percibe el docente universitario al bienestar, es decir, desde adentro, de su sentir, de lo vivido, en función de su experiencia y del significado que le atribuye. En este sentido, Torres, (2007) plantea que en el campo de la antropología la visión del concepto emic "permite acceder a la información que se encuentra más allá de las apariencias que presentan las pautas de interacción, las costumbres y creencias, lo cual conlleva a entender el sentido que éstas pueden tener para la gente que las vive".

Describir y comprender desde adentro del docente universitario, su visión emic del problema, es mirar desde adentro.

UNA VISIÓN CONCEPTUAL DEL BIENESTAR

Plantear una mirada desde el Bienestar nos conduce a indagar el concepto de bienestar. En este sentido el diccionario de la lengua española (2005) lo define como "un estado o situación de satisfacción o felicidad: siempre busca su bienestar", "estado o situación del que tiene buena posición económica y una vida desahogada...". El concepto de bienestar está referido "a las actitudes y comportamientos que mejoran la calidad de vida y nos ayudan a llegar a un estado de salud óptima." (Lopateguí, 2000).

El concepto de bienestar ha sido objeto de estudio desde diversas perspectivas teóricas, ya que ha sido identificado como bienestar psicológico, equilibrio emocional y como uno de los principales componentes de la calidad de vida y de la salud mental positiva (Torres, 2007). Otros autores lo han relacionado con la felicidad, satisfacción vital, bienestar social, el optimismo, todos de alguna manera hacen referencia a la visión del concepto de bienestar Subjetivo.

Diener, Suh, Lucas y Smith, citado en Cuadra y Florenzano (2003), han planteado que el bienestar subjetivo es un área de la psicología positiva de interés científico, que pretende indagar mediante la investigación "lo que las personas piensan y sienten acerca de sus vidas y a las conclusiones cognoscitivas y afectivas que ellos alcanzan cuando evalúan su existencia". (p.85)

En la actualidad existen algunos consensos en relación a los elementos teóricos que abordan el estudio del bienestar subjetivo:

1-El bienestar tendría una dimensión básica y general que es subjetividad.

2-El bienestar estaría compuesto por dos facetas: una centrada en los aspectos afectivos emocionales (estados de ánimo del sujeto) y otra centrada en los aspectos cognitivos valorativos (evaluación de satisfacción que hace el sujeto de su propia vida) (Cuadra y Florenzano: 2003, p. 84-85).

En el estudio del bienestar subjetivo existen varias teorías: La Teoría de la Autodeterminación de Ryan y Deci (2000), el Modelo Multidimensional del bienestar subjetivo basado en el desarrollo humano de Ryff (19892, 1989b; Ryff Keyes 1995), el Modelo de Acercamiento a la Meta, considera las diferencias individuales y los cambios de desarrollo en los marcadores de bienestar, los investigadores que han abordado esta línea están Oishi 2000, Diener y Fujita 1995, entre otros. El Modelo Universalista del Bienestar que predice que la autonomía y las relaciones de calidad serán índices de bienestar a través de la cultura trabajado en este modelo Diener y Diener, 1995; Kwan y Cols. 1997 entre otros, citado en (Cuadra y Florenzano; 2003, p.90).

En este sentido, (Orama, Santana & Vergara, 2006) plantean que el bienestar subjetivo “lleva implícita la vivencia personal, subjetiva... está compuesto por otras influencias como la satisfacción de necesidades de diversas naturaleza” (p. 35)

Lo importante que está implícito la vivencia personal y su relación con las satisfacciones de las personas, en las cuales podemos incluir el trabajo como elemento a estudiar e investigar en la percepción que tiene el docente, del bienestar y su trabajo. Se asumió la metodología cualitativa con diseño de estudio de caso, se utilizó la entrevista en profundidad, para efecto de la investigación el universo está representado por los docentes universitarios de la UNEG, que para el semestre 2008-I se tienen registrado 497 docentes (docentes activos y contratados), en el Sistema Integrado de Personal de la Dirección de Recursos Humanos, de la Universidad Nacional Experimental de Guayana.

Para la selección de los participantes fue basada en los siguientes criterios que se utilizaron para la escogencia de los sujetos de la investigación, estando determinados por los siguientes elementos:

-De origen laboral: El docente que participó en la muestra presenta un escalafón de ordinario, dedicación exclusiva, en las categoría de asistente, agregado, asociado, titular, y así como el de mayor

antigüedad en la categoría, estar activo en la docencia y cumpliendo función de investigación y extensión.

-Organizacional: El docente debe estar laborando en cualquiera de las sedes de la universidad y pertenecer a cualquiera de los departamentos académicos de la institución.

Para efecto de la investigación se trabajó con una muestra propositiva conformada por 20 docentes universitarios con mayor antigüedad dentro de la categorías del escalafón universitario, cumpliendo con todas las características señaladas anteriormente y que de acuerdo a lo que plantea Rice y Ezzy (1999), se asume el muestreo propositivo por conveniencia.

RESULTADOS

En ésta primera aproximación del estudio se obtuvieron dieciséis categorías producto del análisis cualitativo, para lo cual se asumió a diferentes autores, Taylor y Bogdan, 1996); Rodríguez, Gil y García, 1999). Se utilizó el criterio temático para la segmentación de los datos a fin de ir separando las unidades de análisis, se identificaron y se clasificaron las unidades, lo cual permitió categorizar y codificar los datos, organizándolos en función del criterio temático, ésta categorización condujo a clasificar conceptualmente las unidades que eran cubiertas por un mismo tópico.

A continuación se presentan las dieciséis categorías producto de este análisis:

CATEGORIAS
Conocimiento/Bienestar
Percepción/Bienestar
Evaluación/Bienestar
Atribución/Bienestar
Trayectoria De Vida Laboral
Desempeño Laboral
Satisfacción Laboral
Significado De Vida/Trabajo Docente
Ejemplificación De Vida/Trabajo Docente
Emociones Vividas
Logros Y Sufrimientos
Percepción Bienestar/Praxis Docente
Situaciones Laborales/Sentido Bienestar
Indicios/Sensación De Bienestar
Concepción/Salud Mental
Implicación Bienestar/Salud Mental

Por consiguiente se presentan los resultados aportados por los sujetos informantes en relación a la Categoría **CONOCIMIENTO/BIENESTAR**, ésta categoría se ha definido como la “Noción que tiene el docente universitario sobre su visión del concepto de

bienestar”. En esta categoría temática se agrupa todo el contenido expresado por los docentes en relación a la visión que tienen ellos sobre el conocimiento de Bienestar, veamos un resumen en el cual se detallan las evidencias aportadas por los informantes:

09DL “Bienestar, es una palabra compuesta estar bien y a gusto, comfortable contigo mismo o los ambientes donde uno se encuentre, sino tener sensación de equilibrio, armonía, belleza entre los parámetros, actitudes, tus afectos”.	Equilibrio Armonía Belleza Estar bien y a gusto
-08OJ “Bueno para mí el criterio de bienestar es cuando tu sistema está armónico, es un sistema con armonía a nivel de salud física, tu sistema corporales están funcionando coherentemente desde el punto de vista emocional están bien, están en una tendencia al equilibrio, pero si cuando no hay desestabilización o aspectos que te están pesando y no hacen funcionar el sistema también es calidad de vida.”	Sistema con armonía Tendencia al equilibrio Calidad de vida
11WME “...para mí bienestar es sentirme bien, cómo estás con lo que haces, con lo que tiene, yo lo asocio a la calidad de vida, a mayor calidad de vida mayor es el bienestar que puedo sentir ya que tengo todo cubierto, tiene que ver con todo lo económico, con lo psicológico, con todo, uno no genera mucho en los ingresos pero si se siente bien”.	Estar bien A gusto Sensación de equilibrio
12BD “Bienestar para mí, lo traduzco por la palabra estar bien, en armonía con la institución, con la política, con las actividades, eso no quiere decir que va a estar siempre feliz, sino que toma a los problemas como un trance y no como una desgracia, es una tarea de tu hacer, hay gente que dice que problemas tengo y se lo llevan a la casa, lo que hay que hacer, eso es cuando uno trabaja con bienestar en el trabajo”.	Sentirme bien Armonía institucional
15RZ “Bienestar, es satisfacción espiritual, económica, nutricional y es social, dentro de un espacio o dentro de tu rol de vida, lograr un absoluto bienestar es eso, bajo mi óptica”.	Satisfacción espiritual

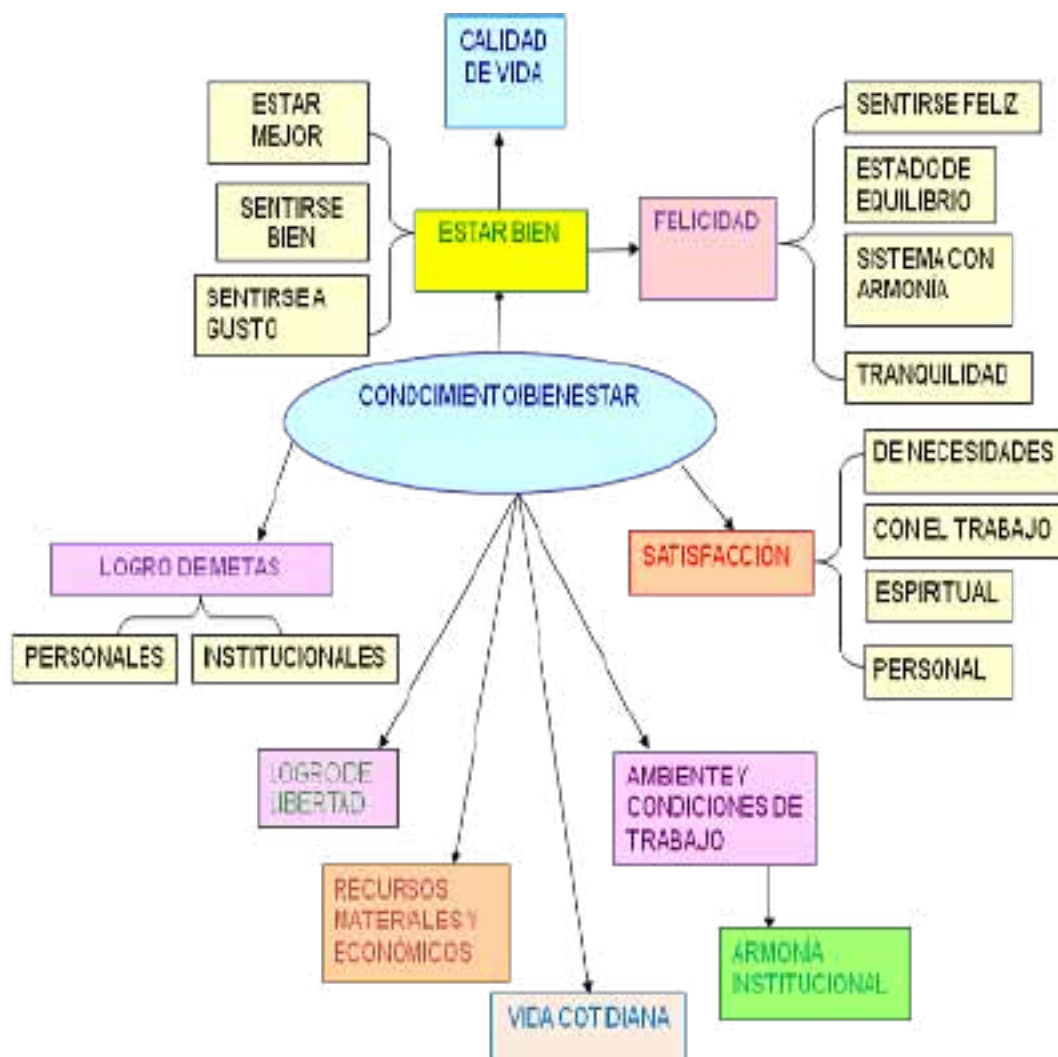
16AJ "Bienestar es tranquilidad y si me pregunta en relación a mi trabajo te diré que es la tranquilidad que yo tengo en mi sitio de trabajo y para conseguir ésta tranquilidad, yo tengo que conseguir esas condiciones mínimas, en cuanto al espacio físico, cubículo, ambiente adecuado para yo poder atender a los estudiantes y poderles ofrecer asesorías y contar con herramientas tecnológicas para yo poder transmitir la información".	Satisfacción de necesidades Recursos materiales y económicos
18GF "Yo entiendo por bienestar, en este caso para mí, poder uno satisfacer las necesidades que más lo agobian y poseer objetos de unos factores intangibles que también satisfacen necesidades, bueno esta satisfacción entre esas necesidades, obtención de vivienda, este, dinero para criar a los hijos, para educarlos, este dinero para tener opción a recreación, viajes, recreación, vacaciones y para finalizar, no estar estresados cada quince y último, buscando como pagar las deudas acumuladas".	Ambiente y condiciones de trabajo Satisfacción de necesidades
02DE "Bienestar es algo así como sinónimo de satisfacción, de metas logradas, trabajo alcanzado, aprecio del entorno con respecto a mi persona, eso me da a mí un nivel de bienestar que me hace sentir satisfecho, conforme con lo que hago, con mi trabajo, con la familia, mi salud, todo eso me da un nivel de bienestar, entonces, eso es lo que entiendo por bienestar".	Metas logradas Satisfacción Vida cotidiana

Lo anteriormente señalado permite tener una visión emic de lo expresado y sentido por los docentes, en relación al conocimiento que tienen sobre el bienestar, por lo que se evidencia que los docentes universitarios han expresados, sentimientos valorativos y cognitivos en relación a lo que ellos entienden por la noción de bienestar, reflejando en sus significados una carga emocional productos de la situación presente que viven cuando han introducido el elemento

económico, y el elemento ambiente y condiciones de trabajo, asociado a la satisfacción de necesidades.

En este orden de ideas, se presenta un resumen de lo expresado por los docentes universitarios, a partir de los códigos que conjugaron a formar la categoría CONOCIMIENTO/BIENESTAR mediante el siguiente diagrama o mapa conceptual de esta categoría:

Diagrama o mapa conceptual de la categoría CONOCIMIENTO/BIENESTAR



En este diagrama o mapa conceptual de la categoría CONOCIMIENTO/BIENESTAR, se representa la visión cognitiva que tienen los informantes sobre el conocimiento de bienestar. Se refleja que en su visión emic, el bienestar es para ellos “Estar bien” lo cual conlleva a (Sentirse a gusto, a estar mejor y sentirse bien), es “Calidad de Vida”, ven al bienestar como “Felicidad” en relación a la felicidad expresan (Sentirse feliz, estado de equilibrio, sistema con armonía y tranquilidad), la “Satisfacción” la ven como parte del bienestar y en ella ha surgido tipologías relacionadas con (De necesidades, con el trabajo, personal y espiritual),

bienestar para ellos es “Logro de Metas” en la cual han incluido (logro de metas personales e institucionales), han vivenciado como bienestar y felicidad el “Logro de Libertad”, (“es el logro de la libertad y la felicidad, uno es libre cuando logra lo que ha aspirado”), “los recursos materiales y económicos” lo han incluido en su visión de bienestar y la han relacionado tanto a nivel personal (referida a los ingresos económicos) así como institucional, “Ambiente y condiciones de trabajo” y la “Armonía Institucional” son dos componentes de la visión de bienestar, ambos tienen una relación social e institucional que va relacionada con el escenario

académico donde laboran los informantes, otro elemento importante que subyace en la noción de bienestar es "Vida cotidiana" ya que en su mayoría aportaron un significado al bienestar con la cotidianidad del hacer docente y su relaciones en los diferentes ámbitos donde se desenvuelve el docente universitario.

BIENESTAR SUBJETIVO EN EL TRABAJO

Al plantear anteriormente una visión conceptual de bienestar desde la perspectiva emic, invita a seguir pensando en el área laboral y en el acto de trabajar, lo que conlleva a preguntarse ¿Qué es lo que contribuye en el trabajador a sentirse en bienestar? y ¿Cómo percibe ese trabajador ese bienestar?.

Desde la visión del trabajador en su experiencia universitaria expresan que han sentido bienestar: "En todas mis relaciones laborales he sentido bienestar", "En el apoyo a los estudiantes en su trabajo de investigación y en apoyo de los colegas en áreas de investigación", "El tiempo que estuve en la coordinación de postgrado de mucho aprendizaje, compartía en grupos", "Haciendo el trabajo de campo en las comunidades, trabajando con grupos focales de estudiantes...el otro momento es la escena docente", "Dar clases en otras universidades en representación de la universidad en universidades extranjeras bajo la figura de convenios...", "En un aula de clase yo me siento bien, cuando investigo aquí en la parte de mi función como consultora jurídica, yo me siento bien...".

Y en cuanto a cómo percibe el trabajador su bienestar expresan: "Mi bienestar no se corresponde con mis expectativas...", "Desde el punto de vista, del bienestar económico para el trabajo que uno hace, la formación que uno tiene sobre todos los postgrados que uno ha hecho...no compensa con el salario y los demás beneficios que uno tiene, me siento inconforme...", "Mi bienestar es malo, si es malo porque, después de 21 años continua ese estrés diario por la poquísima satisfacción con el

poquísimo valor de bienestar...no llena mis expectativas de vida...", "Dentro de mi sitio de trabajo me siento cómodo...es una remuneración muy poca para el tiempo que le dedica a la universidad...", "Yo tengo bienestar en todo sentido, yo me siento bien, mi felicidad se basa en mi relación con la familia, compañeros de trabajo...", "yo considero que tengo bienestar, si tengo calidad de vida, me siento bien con la familia, con mi trabajo...".

En función de lo anterior se puede decir, que para el caso del trabajador el bienestar subjetivo acerca de su trabajo va estar relacionado con la valoración y juicios a partir de su experiencia y la manera cómo este pueda interpretarla a la vez que sea capaz de expresar esa interpretación como producto de una relación laboral con su entorno y donde un tercero, llámese investigador pueda aprehender la esencia del contenido a fin de comprender desde adentro del sujeto, es decir desde una visión emic sus sentimientos, emociones y satisfacciones que pueda tener en relación a su actividad laboral.

En este sentido, se aprecia disconformidad con el bienestar económico del docente universitario, el ingreso que percibe es valor adquisitivo que se ha desvalorizado en el tiempo y se agudiza cada vez más fuerte en estos tiempos de crisis que vive el país y toda la región latinoamericana, lo que evidencia que no ha cubierto las expectativas del trabajador a pesar de sentirse bien laborando en el escenario académico.

CONCLUSIONES

Es importante concluir, que este estudio representa una valoración cualitativa y una mirada desde la salud ocupacional, en este sentido, la salud ocupacional actualmente está asumiendo la perspectiva cualitativa por investigadores en el área y en especial en la región latinoamericana.

Por lo tanto, el trabajador como sujeto de investigación es una fuente rica de un mundo de significaciones producto de su lenguaje cotidiano, de sus

pensamientos, acciones e interacción con su entorno laboral, social, familiar y de redes sociales que están sujetos a estudiar el comportamiento humano, desde adentro del sujeto como objeto de investigación.

Cabe considerar, por otra parte que la salud ocupacional al ser estudiada desde la academia a través de líneas de investigaciones que aborden áreas de estudio desde lo cualitativo, es una opción que permite a los investigadores adentrarse en la subjetividad del trabajador, en sus apreciaciones relacionadas a cómo ve ese trabajador su praxis laboral, cómo se siente, qué expectativas tienes, cómo se relaciona con su entorno laboral, desde lo psicológico, social, lo humano, su salud integral, su cotidianidad, entre otros elementos importante que son abordados desde otras perspectivas metodológicas.

El trabajador lo podemos abordarlo desde una perspectiva emic que permita descubrir, describir e interpretar las significancias vividas por el trabajador relacionadas con su trabajo.

La perspectiva cualitativa como alternativa emergente en investigación, últimamente se ha fortalecido en Latinoamérica en estudios relacionados con la salud ocupacional en trabajadores de diferentes sectores laborales.

Es importante señalar, que en este artículo se ha presentado una aproximación de resultado de una categoría como lo es la del CONOCIMIENTO/ BIENESTAR de las dieciséis que resultaron producto del análisis cualitativo.

En este estudio se pudo evidenciar que las descripciones que emergieron del análisis de los datos, en relación a la noción que tiene el docente universitario sobre el bienestar es una construcción producto de una visión holística del conocimiento de bienestar relacionándolo con calidad de vida, felicidad asociada con estar bien y a gusto, sentirse feliz, sistema con armonía.

Desde la visión emic de los trabajadores, en este caso los docentes universitarios, subyace que el equilibrio, la armonía y la belleza confluyen en una triada que connotan la esencia del bienestar; para que exista armonía y equilibrio, el sujeto debe sentirse bien y percibirse estar bien en todas sus facetas de la vida con su trabajo, con la familia, consigo mismo, con su entorno. Mientras que la belleza representa esa percepción desde adentro del sujeto ante la experiencia de satisfacción o placer que le produce su trabajo, está ante los ojos de quien mira, observa, siente y la vive con esa pasión al estar en contacto con los estudiantes en un aula, con compañeros de trabajo con el entorno laboral e institucional ●

BIBLIOGRAFÍA

- Cuadra H. y Florenzano R. El Bienestar Subjetivo: Hacia una psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 2003; Vol. XII, N° 1:83-96.
- Lopateguá C., Edgar. *Salud y Bienestar*. [En Red] <http://www.saludmed.com/bienestar/cap.1/sal-bien-html> [12/04/2008 06:25: 15 p. m]
- Orama A., Santana S. y Vergara A. El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de salud y trabajo* 2006; (1-2). 34-9.
- Torres T., Aranda C., Pando M. Y Salazar J. *Dimensiones conceptuales del bienestar de personas con padecimientos crónicos*. Respyn 8,4, Oct-Dic. 2007. [serie en red] <http://www.uanl.mx/publicaciones/respyn/viii/4/articulos/bienestar.htm>(1of 8)[08/04/2008 04:34:29 p. m]