



*Artículos y Ensayos*

---

**BIENESTAR SOCIAL: LA INCLUSIÓN DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA EN  
LA PSICOLOGÍA SOCIAL**

PABLO TAGORE PALMA SOZA

**RESUMEN**

El presente ensayo propone un puente entre la psicología social y la psicología positiva a partir de los aportes desde el bienestar social. Se enmarcan ambas ramas de la psicología destacando su importancia para el desarrollo de la disciplina. Se plantea como surge el concepto de bienestar social desde las dos tradiciones más importantes de bienestar y como en su definición y campo de acción integra tanto a la psicología social como a la psicología positiva. Finalmente se discute el fortalecimiento del bienestar principalmente en su tradición social como forma de lograr la interdisciplinariedad.

**Palabras claves:** Bienestar social; Psicología social; Psicología positiva.

**SOCIAL WELFARE: THE INCLUSION OF  
POSITIVE PSYCHOLOGY IN SOCIAL  
PSYCHOLOGY**

**ABSTRACT**

The following essay proposes a bridge between Social Psychology and Positive Psychology starting from the contributions of Social Well-Being. Both branches of psychology are characterized, and their importance for the development of the field is highlighted. It is suggested that the concept of Social Well-being has its origins in two of the most important traditions of Well-being. And, how in its definition and its field of action, Social Well-being integrates both Social and Positive Psychology. Finally, the strengthening of Well-being mainly in its social tradition as a way of achieving interdisciplinarity is discussed.

**Key words:** Social Well-being, Social Psychology, Positive Psychology



La psicología como ciencia al igual que otras cuenta con varias ramas o disciplinas y en algunos casos, éstas tienen sus propias escuelas de conocimiento que pueden ser contrarias en términos de sus propuestas paradigmáticas y visiones del ser humano, por tanto se hace de suma importancia la interacción de las diferentes ramas o escuelas de la psicología. Esta tarea no siempre es fácil en la psicología ya que durante toda la historia de la disciplina ha existido una confrontación de paradigmas. En el presente trabajo discutiremos sobre como la psicología positiva se está integrando a distintas ramas de la psicología, en particular discutiremos sobre su incipiente, pero significativo aporte en la psicología social la cual sistematizaremos en un constructo específico como lo es el Bienestar social, se define bienestar social como la valoración que las personas hacen tanto de las tareas y los retos o circunstancias dentro de la sociedad (Keyes, 1998). Este constructo surge desde la tradición del bienestar, que parte en la década de los 70 en sus dos grandes tradiciones, el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo (Blanco y Diaz, 2005). Ambas tradiciones son previas al surgimiento de la psicología positiva como disciplina, pero al surgir ésta calzan perfectamente dentro de lo que entendemos por psicología positiva (Tozzi, Gonçalves y Cesa, 2015). La psicología positiva ha penetrado los campos de interés principales de toda la disciplina psicológica, como en lo clínico, comunitario, psicología de la salud y principalmente psicología de la educación. Sin embargo en psicología social su aporte no parece ser aún claro y definido, es en este punto que el bienestar social surge como el puente que une ambas ramas



de la disciplina. Proponemos entonces en el presente trabajo intentar dilucidar este punto.

La psicología social es una disciplina de la psicología que estudia la forma en que las personas nos influenciamos, pensamos e interrelacionamos unos con los otros (Myers, 2002). En términos concretos es el efecto de las interacciones sociales en los fenómenos psicológicos, tanto en los existentes como en los que emergen de la misma relación. Su principal área de estudio a lo largo de la historia han sido las actitudes (Palma, Gajardo y Moyano, 2011). Actualmente la psicología social se presenta como una disciplina madura, compleja y con definiciones comunes (Cruz y Grey, 2015). La psicología social se sitúa entonces como una de las ramas con mayor desarrollo de la psicología, con una importante y destacada tradición. Podríamos situar dos grandes tradiciones en la psicología social una tradición europea, más sociológica y una tradición norteamericana más psicológica, sin desmedro de muchas otras tradiciones dentro de la psicología social.

Por otro lado la psicología positiva es una rama emergente de la psicología que surgió formalmente aproximadamente en el año 1999 con Seligman en su conferencia en la APA (American Psychological Association) (Seligman, 1999). Esta rama de la psicología plantea la idea de tomar en cuenta lo bueno del ser humano considerándolo tan importante como lo malo, sin negar por cierto el sufrimiento humano (Park, Paterson y Sun, 2013). A diferencia de la psicología social es una rama nueva y aún sin un fuerte columna de conocimiento, sin



embargo los temas que trata se basan en el conocimiento previo de la psicología tradicional algunos con una extensa tradición, esta forma de abordar la psicología no se pueden dejar de lado dada su importancia para la comprensión del ser humano.

La psicología positiva como rama emergente no está exenta de detractores, cuestionando su novedad y rigurosidad científica, muchos de estas acusaciones son más pasionales que racionales (Vasquez, 2013). Quitando por supuesto los argumentos irracionales que son comunes a la resistencia al cambio en ciencias y al miedo a lo nuevo, fenómeno que se ha repetido dentro de la historia de las ciencias en general, la verdad es que encontramos en la psicología positiva más bien una disciplina con sólidas bases en la evidencia de otras ramas de la psicología, con un enfoque genuino , novedoso y con rigurosidad en su estudio, claro que siempre hay excepciones en lo sistemático de la adquisición del conocimiento fenómeno que no es propio de esta rama y más bien es un problema de la psicología y otras ciencias en general. La psicología positiva no es una ciencia suave, no es el que todos estemos felices y despreocupados es un enfoque tan serio como los demás existentes en la psicología, es más los psicólogos positivos no niegan lo negativo en las personas solo lo ven como una oportunidad para desarrollar habilidades y fortalezas (Park, Peterson y Sun, 2013). Por tanto la psicología positiva es un nuevo enfoque, tomando obviamente elementos del conocimiento acumulado y dándole otro enfoque. Dentro de sus principales campos de estudio tenemos: emociones positivas y satisfacción con la



vida, el optimismo y el pensamiento positivo, los rasgos positivos, las relaciones positivas, el propósito y el significado de la vida, la amabilidad y la generosidad entre otros (Park, Peterson y Sun, 2013).

Dentro de las temáticas de estudio de la psicología positiva el estudio del bienestar es uno de los más destacados en sus vertientes del bienestar subjetivo y psicológico (Blanco y Diaz, 2005). Keyes en 1998 interesado en como el bienestar lleva a una buena vida no le bastó la explicación mayoritariamente individual del bienestar predominante y plantea que el bienestar también está relacionado con el desenvolvimiento social de las personas, es decir que cómo me siento en sociedad finalmente impacta en mi bienestar.

En concreto la psicología positiva en su desarrollo del bienestar, incluye un “bienestar social” el cual es un indicador reconocido como un componente importante de la salud de las personas (Shapiro y Keyes, 2008). A pesar de la fuerte concepción teórica planteada por Keyes al momento de hablar de bienestar social no hay una sola definición que sea aceptada, y más bien hay una serie de conceptos o definiciones similares pero no idénticas, incluso significando distintas cosas desde diversas disciplinas (Trapero, 2009).

¿Cómo puede entonces el bienestar social servir como la conexión propuesta entre la psicología positiva ya la psicología social clásica?, para dar respuesta a esta pregunta hay que entender que si bien el bienestar social da cuenta de diversos temas sociales en diversas disciplinas se ha relacionado con temas, económicos, políticos y políticas publicas entre otros. Un término que ha



sido tan indistintamente utilizado y mal aplicado como calidad de vida. Fue Keyes en 1998 que le dio al bienestar social una definición y un tratamiento científico, basado en la tradición del bienestar, usando el conocimiento empírico ya recogido tanto por el bienestar subjetivo y psicológico es que logró volver a situar al bienestar social como un componente importante tanto en el funcionamiento psicosocial como en la tradición del bienestar ahora al alero de la psicología positiva.

El bienestar social que definimos a partir de Keyes cuenta con la particularidad de evaluar la percepción del bienestar social desde una perspectiva individual, contando con una serie de dimensiones que dan cuenta de cómo las personas evalúan su propio funcionamiento social (Keyes y Shapiro, 2004). El bienestar social está compuesto de cinco dimensiones; aceptación social, contribución social, actualización social, coherencia social (Reiling, Beramendi y Delfino, 2011).

Si bien el estudio del bienestar social dentro de la tradición de bienestar es menor en comparación al estudio del bienestar subjetivo y psicológico poco a poco se abre camino al integrar el concepto social que dejan fuera las otras tradiciones. Se ha comprobado ya la relación del bienestar social con el bienestar subjetivo y psicológico (Zubieta, Fernandez y Sosa, 2012) Lo cual no es extraño cuando consideramos que los tres si bien difieren en su enfoque todos aportan al bienestar como concepto global (Reiling, Beramendi y Delfino, 2011). Si observamos la composición del bienestar social tanto en su definición como en



sus dimensiones se aprecia la unión entre la tradición de bienestar y por tanto psicología positiva con la psicología social, pues el funcionamiento de las personas en relación a otros es parte inherente del alcance del estudio de la psicología social sin embargo en la literatura no parece ser tan claro este cruce y más bien los conceptos de psicología social positiva son ajenos y muy poco frecuentes no encontrándose hasta la fecha una interdisciplinariedad establecida. Sin embargo hay intentos de definir este nuevo campo interdisciplinar principalmente basados en conformación de teorías que incluyan modelos clásicos de la psicología social unidos al bienestar a partir de la del bienestar social (Taylor, Black, Donovan, Ishida y Judson, 2014). Existe también una aproximación al bienestar social por parte de la psicología social al relacionarla con ciertas tradiciones olvidadas de la psicología social como lo son la alienación y la anomia (Muratori, Delfino y Zubieta, 2011). También encontramos intentos de unir la psicología positiva con la psicología social en términos de la conducta pro social como término eminentemente de la psicología social y con implicaciones a sus vez en la psicología positiva (Arias, 2015).

Estos intentos de lograr la anhelada interdisciplinariedad y por fin llegar a una psicología social positiva aún son escasos y aislados, los autores solo esbozan el cruce entre psicología social y positiva pero aún no se establece la conexión clara. Sin embargo parece ser que la unión de la psicología positiva con la psicología social efectivamente pasa por el estudio del bienestar, específicamente por el bienestar social.



El desafío entonces para lograr la ansiada unión interdisciplinaria viene dado en primer término en el fortalecimiento de la tradición social del bienestar la cual ha sido notablemente menos desarrollada que las otras dos lo que dejó fuera en sus inicios la importancia social del bienestar de las personas (Díaz, Blanco y Durán, 2011). En este recuperar el componente social de las personas es donde la psicología social entra y debiera penetrar con fuerza a la hora de hacer suyo un área de estudio que le es propia, a su vez la psicología positiva debiera inmiscuirse en la psicología social en lo que le ha adquirido como propio como es el bienestar.

Dentro de esta misma línea queda el desafío a posteriori de una vez conformada la interdisciplinaria el de construir y fortalecer empíricamente un modelo estructurado de bienestar con un sustento teórico y estadístico fuerte (SEM). Si bien hay intentos de lograrlo dejan siempre fuera a uno de los componentes del bienestar, principalmente el social (Keyes, Dov y Ryff, 2002; Díaz, Blanco y Durán, 2011).

En definitiva están aún en deuda dos cosas fundamentales, por un lado la anhelada unión entre la psicología social y la psicología positiva la que a todas luces parece ir por el camino del bienestar social (Taylor, Black, Donovan, Ishida y Judson, 2014; Muratori, Delfino y Zubieta, 2011). Este bienestar entonces ha de ser desarrollado en mayor medida de tal forma de por lo menos lograr el nivel de desarrollo de los otros lo que permita tener un sustento teórico fuerte que permita lograr la inclusión de la psicología positiva en la psicología social, como una





necesaria unión que se ha dado en otras áreas de la psicología (educación, organizacional, clínica, entre otras), pero que ha sido muy esquiva por razones que escapan a esta revisión. Por tanto resulta urgente lograr el puente de unión y fomentar la aparición de la psicología social positiva.

En segundo término resulta también de suma importancia y urgencia el estudio a partir de modelos estadísticos avanzados (SEM) y con un fuerte sustento teórico de un modelo de bienestar que dé cuenta de las tres tradiciones y posiblemente nuevas como el bienestar espiritual (Hasanshahi y Mazaheri,2015). El desafío está hecho, es tiempo de ponerse a fortalecer el bienestar social, crear la interdisciplinaria y fortalecer el bienestar como constructo.



## Referencias

- Gallegos, W. A. (2015). Conducta Prosocial y Psicología Positiva. *Av.psicol.* 23(1),37-47.
- Cruz, J. E., & Javela, L. G. (2015). Una aproximación al Paradigma Dominante de la Psicología Social en una muestra de los manuales publicados desde el año 2000. *Acta colombiana de psicología*, (12), 39-58.
- Díaz, D., Blanco, A., & Durán, M. M. (2011). La estructura del bienestar: el encuentro empírico de tres tradiciones. *Revista de Psicología Social*, 26(3), 357-372.
- Hasanshahi, M., & Mazaheri, M. A. (2016). The Effects of Education on Spirituality through Virtual Social Media on the Spiritual Well-Being of the Public Health Students of Isfahan University of Medical Sciences in 2015. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery*, 4(2), 168-175.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social psychology quarterly*, 121-140.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*, 82(6), 1007.
- Keyes, C. L., & Shapiro, A. D. (2004). *Social well-being in the United States: A descriptive epidemiology. How healthy are we*, 350-372.
- Muratori, M., Delfino, G. I., & Zubieta, E. M. (2013). Percepción de anomia, confianza y bienestar: la mirada desde la psicología social. *Revista de Psicología (PUCP)*, 31(1), 129-150.



- Myers, G. (2002). *Introducción a la psicología social*. En *Psicología social* (p. 3-35) México: Mc Graw Hill.
- Palma, P. Gallardo, I., & Moyano, E. (2011). *Efectos de la comparación social sobre el cambio de actitudes (Tesis de Maestría)*. Extraído de <http://dspace.utalca.cl/handle/1950/10281>.
- Park, N., Peterson, C., & Sun, J. K. (2013). La psicología positiva: investigación y aplicaciones. *Terapia psicológica*, 31(1), 11-19.
- Raleig, M. V., Beramendi, M., & Delfino, G. (2011). Bienestar Psicológico y Social en jóvenes universitarios argentinos. *Revista de Psicología (1669-2438)*, 7(14).
- Shapiro, A., & Keyes, C. L. M. (2008). Marital status and social well-being: Are the married always better off?. *Social Indicators Research*, 88(2), 329-346.
- Seligman, M.E.P. (1999). The presidents address. APA.1998. Annual Report. *American Psychologist*, 54, 559-562.
- Trapero, J. B. P. (2009). La medición del bienestar social: una revisión crítica. *Estudios de Economía aplicada*, 27(2), 299-324.
- Taylor, S. A., Black, H. G., Donovan, L. A. N., Ishida, C., & Judson, K. (2014). THE RELATIONSHIP BETWEEN EUDAIMONIC WELL-BEING AND SOCIAL WELL-BEING WITH MILLENNIALS. *Journal of Consumer Satisfaction, Dissatisfaction & Complaining Behavior*, 27.
- Vázquez, C. (2013). La psicología positiva y sus enemigos: una réplica en base a la evidencia científica. *Papeles del psicólogo*, 34(2), 91-115.



**Revista Borromeo N° 7– Septiembre 2016**

<http://borromeo.kennedy.edu.ar>

[revistaborromeo@kennedy.edu.ar](mailto:revistaborromeo@kennedy.edu.ar)

ISSN 1852-5704

Zubieta, E., Fernández, O., & Sosa, F. (2012). Bienestar, valores y variables asociadas. *Boletín de Psicología*, 106, 7-27.