

LA RELACIÓ DE LES FORTALESES PERSONALS AMB L'ÈXIT ACADÈMIC DINS L'ÀMBIT DE LA PSICOLOGIA SOCIAL: DIAGNÒSTIC PER A FUTURES ACCIONS FORMATIVES

Jordi Escartín
Universitat de Barcelona
jordiescartin@ub.edu

Ana Varela-Rey
Universitat de Barcelona
ana.varela@ub.edu

Omar Saldaña Tops
Universitat de Barcelona
omar.saldana@ub.edu

Javier Martín-Peña
Universidad de Zaragoza
jmape@unizar.es

Álvaro Rodríguez-
Carballeira
Universitat de Barcelona
alvaro.rodriguez@ub.edu

Yirsa Jiménez
Universitat de Barcelona
yirsajimenez@ub.edu

Tomeu Vidal
Universitat de Barcelona
tvidal@ub.edu

Resum

Posem suficient atenció a com les característiques personals de l'alumnat influeixen en el seu aprenentatge i adquisició d'habilitats? Una oportunitat esdevé de l'anàlisi de les fortalezes personals, o formes de comportament, pensament i emocions que es tenen com a capacitat natural per gaudir de les coses, i que s'associen a un òptim funcionament. Aquest estudi pretén que l'alumnat de Psicologia Social Aplicada (PSA) de la UB identifiqui les seves fortalezes, les compari amb les que considera necessàries per a la pràctica professional i descobreixi com es relacionen amb l'èxit acadèmic. S'espera que els resultats facilitin la planificació i el desenvolupament d'estratègies d'aprenentatge.

Text de la comunicació

Cada cop més les universitats estan intentant crear cultures d'excel·lència i d'alt rendiment (Oades, Robinson, Green, i Spence, 2011). Aquesta visió i missió institucional comença a veure's reflectida en situacions concretes. Per exemple, abans, durant i després del curs acadèmic, paraules com "competències", "procés d'ensenyament i aprenentatge" o "treball en equip" estan en boca de la majoria del professorat (VPD, 2008), fins i tot d'aquell professorat més novell (Escartín, Ferrer, Pallàs, i Ruiz, 2008). Actualment, els programes docents vinculen de manera més específica competències, assignatures i continguts docents, ampliant el ventall d'activitats formatives en benefici de l'alumnat universitari. Tots aquests esforços per part de la comunitat acadèmica, han ajudat notablement a millorar aspectes desatesos abans de la orientació cap a l'espai europeu dels ensenyaments.

Complementant aquests esforços, la Psicologia Positiva ens mostra els beneficis que els aspectes positius produeixen en les persones (Seligman i Csikszentmihalyi, 2000). La Psicologia Positiva està ajudant a conscienciar sobre els beneficis de la conducta positiva i les fortalezes personals. Existeixen diferents definicions de fortalezes, algunes generals: "*les característiques personals que permeten rendir bé*" (Wood, Linley, Maltby, Kashdan, i Hurling, 2011, p.15) i d'altres més específiques: formes de comportament, pensament i emocions que una persona té de manera natural per gaudir de les coses, i que permeten aconseguir un funcionament òptim (Linley i Harrington, 2006). Les principals fortalezes han estat agrupades en 6 categories (Seligman, Steen, Park, i Alison, 2005): saviesa i coneixement, coratge, humanitat, justícia, moderació i transcendència (taula 1).

Taula 1. Fortaleses Personals (adaptat de Seligman et al., 2005)

6 Categories	24 Fortaleses
Saviesa i coneixement	1. Curiositat, interès per el món 2. Amor pel coneixement i l'aprenentatge 3. Judici, pensament crític, mentalitat oberta 4. Ingeni, originalitat, intel·ligència pràctica 5. Perspectiva
Coratge	6. Valentia 7. Perseverança i diligència 8. Integritat, honestat, autenticitat 9. Vitalitat i passió per les coses
Humanitat	10. Amor, vincle, capacitat d'estimar i ser estimat 11. Simpatia, amabilitat, generositat 12. Intel·ligència emocional, personal i social
Justícia	13. Ciutadania, civisme, lleialtat, treball en equip 14. Sentit de la justícia, equitat 15. Lideratge
Moderació	16. Capacitat de perdonar, misericòrdia 17. Modèstia, humilitat 18. Prudència, discreció, cautela 19. Autocontrol, autoregulació
Transcendència	20. Apreciació de la bellesa i l'excel·lència, capacitat per sorprendre 21. Gràtitud 22. Esperança, optimisme, projecció cap al futur 23. Sentit de l'humor 24. Espiritualitat, fe, sentit religiós

Segons Linley (2007), el desenvolupament i la pràctica de les fortaleses millora directament el benestar i la salut. Altres autors senyalen l'augment indirecte de l'atenció, el pensament creatiu i el pensament holístic (Fredrickson i Branigan, 2005). És en aquest sentit, en el context educatiu, també pot potenciar l'aprenentatge de l'alumnat.

Actualment existeixen poques investigacions que s'hagin interessat per la relació entre les fortaleses de l'alumnat universitari i el seu rendiment acadèmic. Una excepció es l'estudi de Lounsbury, Fisher, Levy i Welsh (2009), on es va concloure que les fortaleses de l'alumnat universitari estarien relacionades amb el seu rendiment acadèmic. Tot i així, una de les limitacions d'aquest estudi és que no van emprar variables objectives com el rendiment acadèmic assolit, sinó l'autopercepció del rendiment.

La identificació de les pròpies fortaleses per part de l'alumnat, és un pas previ a la seva utilització conscient en el seu procés d'aprenentatge. Des del punt de vista de l'alumnat, conèixer les pròpies fortaleses, pot beneficiar-lo en tres direccions.

1. Permet prendre consciència de les pròpies fortalezes i del procés de desenvolupament dels seus atributs de manera positiva enfront les diferents oportunitats formatives (Sushok i Hulme, 2006).
2. Permet el reconeixement de la necessitat de companys i companyes amb fortalezes complementàries davant determinats objectius o reptes d'aprenentatge, afavorint positivament el treball en equip i els resultats d'aquest. El desenvolupament de les fortalezes personals implica desenvolupar unes "ulleres de fortalezes" (Clifton, Anderson, i Schreiner, 2006, p. 73). Aquestes ajuden a detectar les fortalezes dels seus companys i companyes i impulsar aspectes de cohesió, com la tolerància i l'apreciació per les diferències. Tot això, afavoreix un clima positiu a les aules que millora l'aprenentatge i enforteix la vitalitat del professorat (Walker, 2011).
3. Dins d'un àmbit concret, es poden comparar les pròpies fortalezes amb aquelles més importants i/o necessàries per a la pràctica professional. Així, es potencia una reflexió personal positiva vers quines fortalezes l'alumnat ha de desenvolupar.

Es per aquests motius, que la finalitat de la present investigació va ser examinar les fortalezes de l'alumnat universitari. Posteriorment, es va analitzar com es relacionen a les diferents tasques associades amb el rendiment acadèmic. Específicament, l'estudi va constar d'un disseny de 3 etapes. En la primera etapa, es va facilitar que l'alumnat identificés les seves pròpies fortalezes, amb especial èmfasi, tal i com recomana Seligman, et al. (2005), en les 5 més destacables. A la segona etapa, es va promoure que els alumnes reflexionessin individualment i en grup sobre les 5 fortalezes més necessàries per a la pràctica professional del psicòleg social aplicat i les comparessin amb les seves pròpies. Finalment, a la tercera etapa, encara en procés, s'està analitzant la relació existent entre les fortalezes principals dels alumnes i els seus resultats en les diferents activitats d'aprenentatge realitzades al llarg del curs per aconseguir amb l'avaluació continuada.

Desenvolupament i disseny metodològic

Els participants del present estudi van ser els alumnes de l'assignatura Psicologia Social Aplicada (PSA) del grau de Psicologia de la Universitat de Barcelona, impartida en el primer semestre del curs 2012-2013. Dels 94 alumnes matriculats a l'assignatura, el 87% van completar adequadament el conjunt de tasques sol·licitades. El qüestionari "*The values in Action (VIA) inventory*" de Seligman, Park i Peterson (2004) va ser utilitzat per mesurar les fortalezes de l'alumnat. El qüestionari VIA complet conté 240 ítems que representen 24 fortalezes. El VIA empra una escala tipus *Likert* amb un rang que oscil·la entre l'1 = totalment en desacord i el 5 = totalment d'acord, i mesura el grau en que un o una estudiant posseeix cadascuna de les 24 fortalezes. La versió reduïda validada, de 24 ítems, i en castellà, va ser finalment aplicada. El rendiment acadèmic s'obté a partir de les qualificacions dels participants en 2 treballs individuals, 1 treball en grup i 1 examen de resposta múltiple; aquests tres indicadors es troben en consonància amb els principis de l'avaluació continuada i de l'EEES.

En primer lloc, i fora de l'aula, es va sol·licitar als participants que s'autoadministressin la versió breu en espanyol del qüestionari VIA disponible al lloc web del Centre Virtual de Psicologia Positiva (<http://spanish.authentic happiness.org/default.aspx>). Cada persona va rebre un informe amb les seves 24 fortalezes jerarquitzades, una descripció de cadascuna d'elles i exemples i suggeriments d'ús i aplicació. De manera individual, se'ls va demanar que reflexionessin individualment sobre les seves pròpies fortalezes a partir dels seus resultats i

que seleccionessin i jerarquitzessin les 5 fortalezes més rellevants per a la pràctica professional dins de l'àmbit de la PSA.

En segon lloc, en una sessió presencial, es va organitzar als participants en petits grups i se'ls va demanar: a) posar en comú les seves 5 fortalezes més destacables, incidint en com les poden utilitzar en el seu procés d'aprenentatge; b) posar en comú les fortalezes necessàries per a la pràctica professional dins l'àmbit de la PSA; c) arribar a un consens, primer en els petits grups i després amb la resta de companys, sobre les 5 fortalezes més rellevants per a la professió; i d) comparar les fortalezes consensuades amb les fortalezes personals de cadascú.

En tercer lloc, un cop finalitzat el semestre acadèmic, es van recollir els resultats de les diferents activitats d'avaluació de l'assignatura per ser relacionades amb les fortalezes personals dels participants (treball en procés d'elaboració).

Conclusions

La identificació de les pròpies fortalezes per part de l'alumnat fou un pas previ i necessari per generar un major aprofundiment a la reflexió grupal. Aquesta valoració es coherent amb la consideració de Lingley i Harrington (2006) que assenyalen com la identificació de les pròpies fortalezes permet reconèixer la necessitat de companys i companyes amb fortalezes complementàries. Per assolir determinats objectius o reptes d'aprenentatge, la conscienciació afavoreix positivament el treball en equip, essent una de les característiques principals de la tasca dels professionals de la psicologia (social). També, va augmentar la tolerància i la cohesió (Oades et al., 2011). A més, a les diferents oportunitats formatives, l'alumnat va poder aprofitar la relació entre les seves fortalezes i el procés d'aprenentatge (Sushok & Hulme, 2006).

En suma, l'estudi ens permet aportar consideracions per a estudiants i professorat dins de l'àmbit de la Psicologia Social. L'estudiant té la possibilitat de conèixer instruments de mesura amb aplicació a la seva futura activitat professional. També, contribueix al seu autoconeixement i posicionament personal. I al professorat li permet conèixer altres perspectives per incrementar la creativitat i la innovació per a promoure experiències positives d'aprenentatge (Walker, 2011).

Bibliografia

- Clifton, D. O., Anderson, E. C., i Schreiner, L. A. (2006). *StrengthsQuest: Discover and develop your strengths in academics, career, and beyond, 2nd edition*. Washington, DC: The Gallup Organization.
- Escartín, J., Ferrer, V., Pallàs, J., i Ruiz, C. (2008). *El docente novel, aprendiendo a enseñar*. Barcelona: Octaedro.
- Fredrickson, B. L. i Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires. *Cognition & Emotion*, 19, 313-332.
- Linley, P. A. (2007). *Average to A+: Realizing strengths in your self and others*. Caventry, UK: CAPP Press.

- Linley, P. A. i Harrington, S. (2006). Strengths coaching: A potential-guided approach to coaching psychology. *International Coaching Psychology Review*, 1, 37-46.
- Lounsbury, J. W., Fisher, L. A., Levy, J. J., i Welsh, D. P. (2009). An investigation of character strengths in relation to the academic success of college students. *Individual Differences Research*, 7(1), 52-69.
- Oades, L. G., Robinson, P., Green, S., i Spence, G. B. (2011). Towards a positive university. *The Journal of Positive Psychology*, 6(6), 432-439.
- Rashid, T. i Afroze, A. (2005). *340 Ways to Use VIA Character Strengths*. Unpublished manuscript, University of Pennsylvania.
- Seligman, M. E. P. i Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M.E P, Park, N., i Peterson, C. (2004). The Values In Action (VIA) classification of character strengths. *Ricerche di Psicologia*, 27(1), 63-78.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., i Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.
- Sushok, F. i Hulme, E. (2006). What's right with you: helping students find and use their personal strengths. *About campus*, September-October, 2-8.
- VDP (Vicerectorat de Política Docent).(2008). *Glosari Acadèmic i docent de la Universitat de Barcelona*. Normatives i Documents.
- Walker, C. J. (2011). Classroom assessment techniques for promoting more positive experiences in teaching and learning. *The Journal of Positive Psychology*, 6(6), 440-445.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Kashdan, T. B., i Hurling, R. (2011). Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time: A longitudinal study and the development of the strengths use questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 15-19.

Qüestions i/o consideracions per al debat

Prenent aquesta recerca com un primer abordatge exploratori d'avaluació, hi ha algunes consideracions a tenir en compte. En primer lloc, com percepció l'alumnat l'exercici de reflexió sobre les pròpies fortaleces personals, tant a nivell individual com grupal, partint d'una eina empírica? En el cas de la Psicologia (Social), l'ús i l'aprenentatge d'instruments validats és habitual. Alhora, podem veure si les seves fortaleces són similars a les desitjables en l'assignatura.

En segon lloc, i de cara a futures investigacions, caldrà identificar les fortaleces més fortament relacionades amb els programes docents i dissenyar activitats individuals i col·lectives per desenvolupar-les. Algunes bases prèvies pel disseny d'activitats podrien ser les "340 Ways to Use VIA Character Strengths" (Rashid i Anjum, 2005). En aquest sentit,

professorat i alumnat podrien involucrar-se en la posada en marxa d'activitats per potenciar les fortalezes. Tot i així, per a verificar l'aprenentatge aconseguit, aquesta avaluació hauria de ser comparada amb un grup control on no s'hagi aplicat l'activitat de les fortalezes.

En tercer lloc, la reflexió realitzada per l'alumnat sobre les fortalezes més rellevants per a l'activitat professional, poden donar-nos una idea de la visió prèvia que es té de la professió. Alhora, aquest resultat es podrien confrontar amb les fortalezes que un grup de psicòlegs professionals valori que un psicòleg o psicòloga ha de tenir a l'activitat professional. D'aquesta forma, s'incentiva una reflexió personal i col·lectiva, així com s'apropen el món acadèmic i professional.

En quart lloc, el desenvolupament d'una metodologia per a la identificació d'un eix comparatiu entre les pròpies fortalezes i les fortalezes òptimes per a l'exercici professional, podria esdevenir una eina per a l'orientació de l'alumnat d'educació secundària, abans de l'elecció de la seva futura formació professional.

Finalment, l'ampliació i adaptació dels resultats obtinguts, no només poden tenir una continuïtat en assignatures similars (ex., Psicologia Social i Ciències Socials en general) i en altres universitats (com la Universidad de Zaragoza), sinó també en el seguiment de l'alumnat i les seves fortalezes al llarg del grau.