
**EFFECTIVIDAD DE LAS INTERVENCIONES BASADAS EN FORTALEZAS DEL
CARÁCTER EN EL BIENESTAR Y DESEMPEÑO LABORAL:
UN META-ANÁLISIS**

**MATÍAS JESÚS CERDA QUIROGA
MACARENA SUSANA RUZ OSSES
PSICÓLOGO**

(MENCIÓN PSICOLOGÍA DEL TRABAJO Y LAS ORGANIZACIONES)

RESUMEN

La Psicología Organizacional Positiva busca desarrollar recursos personales para promover el crecimiento (Miglianico et al., 2020). En este enfoque destaca la aproximación de las Fortalezas del Carácter (Peterson & Seligman, 2004), las que, aun siendo consideradas importantes predictoras del Bienestar y Desempeño Laboral, no cuentan con evidencia que determine la efectividad de sus intervenciones en el contexto organizacional. El presente estudio busca determinar la efectividad de las intervenciones basadas en Fortalezas del Carácter al incrementar el Bienestar y Desempeño Laboral. Para ello, se realizó un meta-análisis enmarcado en las directrices PRISMA “Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analysis” (Page et al., 2021), a través de una búsqueda sistemática de investigaciones científicas publicadas entre enero 2004 y mayo 2021 en las bases de datos Scopus, Web of Science y ProQuest. Se identificaron 594 artículos inicialmente, de los cuales seis estudios cumplieron con los criterios de inclusión para el meta-análisis. Se llevaron a cabo meta-análisis separados para Bienestar Laboral y Desempeño Laboral, donde se obtuvieron las diferencias de medias estandarizadas como medida de tamaño de efecto. Los resultados del meta-análisis apoyaron las hipótesis planteadas, reportando un efecto significativo moderado-bajo para Bienestar Laboral ($d=0.357$), y un efecto significativo moderado para Desempeño Laboral ($d=0.543$). De esta forma, este estudio entrega aportaciones respecto al estudio de las intervenciones basadas en Fortalezas del Carácter, indicios sobre los procedimientos a considerar en su implementación y evidencia sobre su aplicabilidad en las Direcciones de Recursos Humanos.

ABSTRACT

Positive Organizational Psychology seeks to develop personal resources to promote growth (Miglianico et al., 2020). Within this perspective the approach of Character Strengths stands out (Peterson & Seligman, 2004), which despite being considered relevant predictors of work-related well-being and job performance, are found with a lack of studies focused on the effectiveness of their interventions in the work context. The present study aims to determine the effectiveness of Character Strengths-based interventions on enhancing work-related well-being and job performance. A meta-analysis was carried out following PRISMA "Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analysis" guidelines (Page et al., 2021), through systematic searches of scientific investigations published between January 2004 and May 2021 in Scopus, Web of Science and Proquest databases. 593 articles were initially identified, from which six studies met inclusion criteria for the meta-analysis. Separated meta-analysis were conducted for Work-related Well-being and Job Performance, where standardized mean differences were obtained as a measure of size effect. Meta-analysis results supported the stated hypothesis, reporting a significant small to medium effect on Work-related Well-being ($d=0.357$), and a significant medium effect on Job Performance ($d=0.543$). Thus, this study provides valuable contributions to the study of Character Strengths-based interventions, procedure indications to consider in their implementation and evidence of their applicability on Human Resources Management.