



CONTRIBUCIONES DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA AL ÁMBITO DE LA PROFESIÓN DOCENTE

Teresa María Perandones González (TM.Perandones@ua.es)

Asunción Lledó Carreres (asuncion.lledo@ua.es)

Salvador Grau Company (salvador.grau@ua.es)

Departamento de Psicología Evolutiva y Didáctica

UNIVERSIDAD DE ALICANTE

Carretera San Vicente del Raspeig s/n

03690 San Vicente del Raspeig

Alicante

RESUMEN

La Psicología Positiva, entendida como el estudio científico del funcionamiento óptimo humano, ha desarrollado teorías e instrumentos de evaluación sobre los denominados recursos psicológicos positivos (fortalezas y virtudes humanas), cuyas contribuciones presentan implicaciones importantes para la práctica docente. A pesar de ello son muy escasas y dispersas las investigaciones centradas en el ámbito del desarrollo profesional del profesorado que han tenido en cuenta la naturaleza de la eficacia del funcionamiento humano. Para que el profesorado desempeñe con éxito sus funciones, necesita múltiples y variadas competencias, no sólo pedagógicas, sino también de índole personal. En este trabajo se relacionan de manera explícita ambos ámbitos, de modo que se incluye el estudio de las variables personales del docente como factor de incidencia relevante en su práctica profesional. Asimismo, se realizan propuestas de aplicación de los postulados generados dentro del campo de la Psicología Positiva a la práctica docente.

Palabras clave: Psicología Positiva, fortalezas y virtudes humanas, profesión docente.

ABSTRACT

Positive Psychology, understood as the scientific study of optimal human functioning, has developed theories and assessment tools on the so-called positive psychological resources (strengths and virtues), whose contributions have important implications for educational practice. There are very few and scattered publications in the field of professional development that have been taken into account the nature of the effectiveness of human functioning. For teachers to play their roles successfully, they need many different skills, not only pedagogical but also of a personal nature. In this paper we explicitly relate the two areas, so that it includes the study of teacher personality variables as a factor of major effect on their professional practice. It also made proposals for implementing the principles generated within the field of positive psychology to teachers' professional practice.



CONTRIBUCIONES DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA AL ÁMBITO DE LA PROFESIÓN DOCENTE

Keywords: Positive Psychology, strengths and virtues, teaching profession.

INTRODUCCIÓN

Hace poco más de una década, Martin Seligman, junto con otros renombrados psicólogos norteamericanos (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000), tomó la iniciativa de fundar la Psicología Positiva. Esta vertiente de la psicología, denominada positiva, se caracteriza por centrar la atención en el estudio de los aspectos más valiosos, atractivos y deseables del ser humano; en sus fortalezas y virtudes. De esta manera y como se refleja en el editorial titulado "Psicología positiva y optimismo pedagógico" del monográfico dedicado al Optimismo en la Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado publicado en diciembre de 2009, las investigaciones llevadas a cabo en el ámbito de la Psicología Positiva, centradas en el estudio de los aspectos psicológicos positivos del ser humano, desarrollan líneas de investigación vinculadas con: la creatividad, la curiosidad, la apertura mental, la pasión por el aprendizaje, la capacidad para mirar en perspectiva, la autenticidad, el valor, la persistencia, la vitalidad, la bondad, el amor, la inteligencia social, la justicia, la equidad, el liderazgo, el trabajo en equipo, la capacidad para perdonar, la modestia, la prudencia, la autorregulación, la gratitud, la esperanza, el humor, la apreciación de la belleza, la excelencia y la destreza en todos los ámbitos de la vida.

El interés de estudiar el bienestar y la vida satisfactoria, como apunta Hervás (2009), se remontan a la época de la Grecia clásica e incluso antes. Aristóteles (véase Fernández-Aguado, 2009), por ejemplo, escribió en profundidad sobre la eudaimonia (felicidad o plenitud), proponiendo que la felicidad es el propósito de la vida, y vivir de acuerdo a las propias virtudes es la forma de lograr la felicidad. En la disciplina psicológica, autores como Abraham Maslow y Carl Rogers, representantes del movimiento humanista gestado en las décadas cincuenta y sesenta del siglo XX, recuperan una visión positiva del ser humano, lo que supone un claro antecedente de la psicología positiva. Asimismo, no hay que olvidar las valiosas aportaciones de autores como Robert Sternberg, Albert Bandura, Howard Gardner, Carol Ryff o Ed Diener (actual presidente de la International Positive Psychological Association), que han realizado notables contribuciones y dedicado buena parte de su vida académica a profundizar en aspectos positivos del ser humano.

Según sugirió Martin Seligman al presentar el campo de la psicología positiva, en su discurso inaugural pronunciado en la toma de posesión de la presidencia de la American Psychological Association en 1998, en ella se pueden agrupar tres grandes bloques (Seligman, 1999): el estudio de las experiencias y emociones positivas (estados de bienestar psicológico, felicidad, experiencia óptima, satisfacción con la vida, etc.), el estudio de los rasgos positivos o fortalezas psicológicas (p. ej., sentido del humor, valentía, coraje, humildad o resistencia ante la adversidad), y el estudio de las organizaciones positivas (familia, empresa, escuela, barrios, etc.). En los últimos años, muchos autores suelen añadir un elemento más: las relaciones positivas (Peterson, 2006).

La investigación en el área de las emociones positivas ha mostrado cómo éstas producen el efecto de potenciación de diversas habilidades, por ejemplo, el afecto positivo mejora la capacidad para resolver problemas, aumenta la creatividad, favorece la flexibilidad, la ampliación de pensamientos y acciones y la construcción de nuevos recursos para el futuro. (Avia y Vázquez, 1998).

Con respecto a los rasgos de la persona, existen algunas características de personalidad que se consideran valiosas y se denominan fortalezas del carácter (Peterson y Seligman, 2004). Conocer y comprender el origen de las fortalezas del carácter es algo que, pese a su importancia, ha estado relegado de la investigación científica durante mucho tiempo. El proyecto VIA de clasificación de fortalezas ha desarrollado, en los últimos diez años, un intenso trabajo de clasificación y elaboración de un sistema de evaluación de fortalezas que ha tenido la pretensión de ser lo más exhaustivo y universal posible. A través de este proyecto, Chris Peterson y Martin Seligman, junto con la colaboración de otros muchos investigadores, han elaborado una clasificación de 24 fortalezas y varios instrumentos de evaluación (disponibles en la página <http://spanish.authentic happiness.org>). Estas fortalezas son el resultado de la búsqueda de los aspectos más valiosos y deseables del ser humano mediante el empleo de



PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

diferentes procedimientos empíricos. Para que una fortaleza fuera finalmente incluida, además de tener presencia en todas las culturas, tenía que cumplir una amplia serie de condiciones entre las que se encuentra la distintividad, la apariencia de rasgo, la existencia de ejemplos paradigmáticos, la ausencia de un opuesto deseable, entre otros (Shryack, Steger, Krueger y Kallie, 2010). En la tabla 1 aparece una lista de las 24 fortalezas, organizadas en términos de las seis virtudes fundamentales, con una breve definición de cada una.

Tabla 1. Clasificación de Fortalezas VIA (tomado de Peterson y Park, 2009)

<i>Clasificación de fortalezas VIA</i>	
1.	Sabiduría y conocimiento <ul style="list-style-type: none">• Creatividad: pensar en formas nuevas y productivas de hacer las cosas.• Curiosidad: tener interés sobre todas las experiencias que están teniendo lugar.• Apertura de mente: pensar en las cosas con profundidad y desde todos los ángulos.• Amor al aprendizaje: buscar el desarrollo de nuevas destrezas, temas y cuerpos de conocimiento.• Perspectiva: ser capaz de proporcionar sabios consejos para otros.
2.	Coraje <ul style="list-style-type: none">• Autenticidad: decir la verdad y presentarse a uno mismo de una forma genuina.• Valor: no amedrentarse ante la amenaza, el desafío, la dificultad o el dolor.• Persistencia: finalizar lo que uno empieza.• Vitalidad: acercarse a la vida con excitación y energía.
3.	Humanidad <ul style="list-style-type: none">• Bondad: hacer favores y ayudar a los demás.• Amor: valorar las relaciones cercanas con los demás.• Inteligencia social: ser consciente de los motivos y sentimientos de uno mismo y los demás.
4.	Justicia <ul style="list-style-type: none">• Justicia: tratar a todo el mundo de la misma forma de acuerdo a las nociones de justicia y equidad.• Liderazgo: organizar actividades de grupo y conseguir que sucedan.• Trabajo en equipo: trabajar bien como miembro de un grupo o equipo.
5.	Contención <ul style="list-style-type: none">• Capacidad de perdonar: perdonar a aquellos que nos han hecho daño• Modestia: dejar que los logros propios hablen por sí mismos.• Decir cosas de las que luego uno se podría arrepentir.• Autorregulación: regular lo que uno siente y hace.
6.	Trascendencia <ul style="list-style-type: none">• Apreciación de la belleza y la excelencia: percibir y apreciar la belleza, la excelencia o la destreza en todos los ámbitos de la vida.• Gratitud: ser consciente y agradecido de las buenas cosas que suceden.• Esperanza: esperar lo mejor y trabajar para lograrlo.• Humor: gusto por la risa y la broma; generar sonrisas en los demás.• Religiosidad: tener creencias coherentes sobre un propósito más alto y un sentido en la vida.



CONTRIBUCIONES DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA AL ÁMBITO DE LA PROFESIÓN DOCENTE

En cuanto a la aplicación del estudio de las fortalezas, la propuesta no plantea que una persona deba cultivar todas o la mayoría de ellas, ni siquiera sugieren que las personas deban mejorar en las que tengan una puntuación muy baja. El modo de aplicación del estudio de las fortalezas consiste en poner en práctica y aplicar aquellas fortalezas que uno de forma natural ha desarrollado, es decir, sus fortalezas principales. Aquí no se trata de detectar deficiencias para intentar reducirlas, sino que se destacan los recursos de las personas para aprovecharlos. Favorecer que la persona tome conciencia y aplique sus fortalezas, más que destacar y trabajar en sus debilidades, implica confiar en que muchas de esas debilidades se reducirán como consecuencia de centrar el crecimiento de la persona sobre sus cualidades naturales. La aplicación de esta perspectiva, extremadamente importante y novedosa, es un recurso de suma utilidad que comportaría numerosos avances en el estudio de la eficacia docente.

El estudio de las bases del bienestar psicológico o lo que habitualmente solemos llamar felicidad, es relevante, en primer lugar, porque la felicidad es una de las principales metas vitales de las personas, y en segundo lugar, por las consecuencias que conlleva. La investigación ha mostrado como el bienestar psicológico no sólo aporta beneficios a nivel individual, sino también, a nivel social y comunitario (Lyubomirsky, King y Diener, 2005).

Partiendo de la premisa de que sin optimismo, la tarea educativa pierde su sentido más hondo, porque es imposible que pueda educar alguien que ha perdido la confianza en sí mismo y en el ser humano con el que trabaja, en el presente artículo, se analizará la incidencia de los postulados que promueve la psicología positiva en el ámbito del profesorado. De manera que, reconociendo las dificultades que la tarea docente plantea, se toma distancia del discurso del dramatismo, la desolación, el pesimismo, la impotencia, y la queja, para dibujar un entorno educativo donde se considere el aprendizaje del optimismo y del resto de las fortalezas humanas.

Desarrollo de la cuestión planteada

Hargreaves (1998) afirma con contundencia, en uno de sus artículos dedicado al tema de las emociones de los profesores, que “las emociones están en el corazón de la enseñanza”. Desde el preciso instante en que el profesor se presenta en el aula ante su alumnado se desencadenan una sucesión de relaciones interpersonales que implican un contagio inevitable de emociones. Dichas relaciones llevan aparejados ciertos intercambios de influencias que conviene conocer y regular, pues en cada momento del aula hay sonrisas, preocupaciones, desencantos o ilusiones, tanto en el profesor como en el alumnado (Vaello, 2009).

Fortalezas del carácter y competencias socioemocionales como el autocontrol, la resiliencia (capacidad de superar adversidades saliendo fortalecido de las mismas), el control del nivel de ansiedad o el equilibrio emocional, son herramientas indispensables tanto para prevenir problemas propios como para optimizar la capacidad de influencia sobre los estudiantes y mantener un nivel óptimo de satisfacción profesional y personal (Allender, 2001).

Existen corrientes pedagógicas que en las últimas décadas han fomentado fortalezas, como el humor, en la labor docente y han señalado numerosos beneficios como: establecer una mejor relación con los estudiantes, reducir el estrés y la ansiedad, gestionar el conflicto, proporcionar una recompensa emocional que motive la participación y el estudio, y comunicar la materia más eficazmente, estimulando la atención, la creatividad y la memoria (Hamachek, 1999; Jáuregui y Fernández-Solís, 2009; Tamblyn, 2006).

La tarea educativa presupone una relación interpersonal fluida y cercana. Se trata de una tarea comunicativa, de un intercambio continuo de ideas, conocimientos, emociones y comportamientos que requiere del docente una mente despierta, abierta y flexible. En este sentido, tomar en consideración las fortalezas del carácter, tiene una gran relevancia, puesto que es fundamental que los docentes se sientan realizados, con plenitud de sentido y con una experiencia vital satisfactoria, puesto que nadie puede llevar a otros hasta donde él mismo no ha llegado.



PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

Además de las fortalezas del carácter, las emociones positivas tienen un marcado calado en la competencia profesional. Así por ejemplo, la alegría guarda relación con la implicación del profesional en su trabajo y en la mejora de la relación con las personas sobre las que ejerce su acción profesional (Fredrickson, 2002). En esta línea, Bazarra, Casanova y García-Ugarte (2004) afirman que cuanto más feliz sea un docente más se implicará en la enseñanza. Cuanto más se implique en ella, más fácilmente conseguirá los objetivos propuestos y, por ello, el centro en el que desarrolle su tarea profesional aumentará su nivel de calidad. Esta idea se puede expresar mediante el gráfico recogido en la Figura 1.

Figura 1. Efecto de la alegría en la calidad docente (adaptado de Hué, 2008)



El esquema representado de Alegría-Implicación-Calidad, es respaldado por Zehm y Kottler (1993) cuando señalan que los maestros comprometidos apasionadamente aman de manera absoluta lo que hacen y por tanto, buscan constantemente formas más eficaces de llegar a sus alumnos, de dominar los contenidos y los métodos de su oficio y sienten como misión personal aprender tanto como puedan sobre el mundo, sobre los demás, sobre ellos mismos, y ayudar a los demás a hacer lo mismo.

La propuesta que desde la psicología positiva plantea identificar las fortalezas personales y desarrollarlas en lugar de centrarse en las debilidades, es de relevante aplicación en la profesión docente. Cualquier profesor tiene, tanto en su perfil profesional como en el personal, puntos fuertes y débiles. Unos tienen mayor capacidad de controlar la clase, otros tienen más facilidad para motivar a su alumnado, otros establecen espontáneamente relaciones cordiales con compañeros y estudiantes, mientras que otros transmiten rigor académico y seriedad. Por tanto, cada docente, ha de revisar cuáles son sus fortalezas para potenciarlas y disfrutarlas.

Tal y como señala Marchesi (2007), es preciso analizar los factores protectores y dinamizadores de la actividad docente que favorecen el bienestar de los profesores. Bastantes de ellos no dependen de los docentes: la valoración y el apoyo social, los recursos disponibles, el contexto sociocultural de sus alumnos y la colaboración de los diferentes agentes educativos. Pero hay otros, especialmente los relativos a sus competencias y disposiciones personales, que han de ser cuidados tanto por los propios profesores como por los responsables educativos: el fortalecimiento en las competencias profesionales, el equilibrio emocional y el compromiso moral. Las Administraciones educativas han de ser conscientes de que el desarrollo profesional de los docentes y la calidad de la enseñanza dependen en gran medida de que los profesores se sientan comprendidos, valorados y apoyados, y han de poner los medios para lograrlo. Los profesores, a su vez, deben de reconocer que el acierto en su actividad profesional y su satisfacción en ella, dependen en gran medida del cultivo de sus fortalezas y de su equilibrio emocional, por lo que han de estar atentos a su cuidado (Marchesi, 2004)

Queda claro que las emociones ocupan un papel determinante en la satisfacción profesional de los docentes, por tanto, es necesario preocuparse por su bienestar emocional. Esta evidencia no es una ocurrencia de psicólogos ni pedagogos o de personas que son sensibles a la dimensión afectiva de la existencia. Es una necesidad que procede del sentido mismo de la actividad docente y de la constatación de que la fuerza de la educación reside en gran medida en el encuentro, en la comunicación, en



CONTRIBUCIONES DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA AL ÁMBITO DE LA PROFESIÓN DOCENTE

la complicidad, en los proyectos compartidos, en la sensibilidad, en los logros alcanzados y en la preocupación por los otros. Es difícil que el profesor establezca estos vínculos sin que al mismo tiempo se perciba a sí mismo satisfecho y viva en un razonable equilibrio emocional. Hay que sentirse bien para educar bien (Immordino-Yang y Damasio, 2007; Klaassen, 2002; Gilman, Huebner y Furlong, 2009).

CONCLUSIONES

La profesión docente es apasionante, pero al mismo tiempo, compleja y exigente, pues para desempeñarla con éxito se necesitan múltiples y variadas competencias no sólo profesionales, tales como conocimientos pedagógicos y teóricos sobre la materia que se imparte, sino también personales, como pueda ser una actitud de compromiso moral y de equilibrio emocional (Korthagen, 2004).

De acuerdo con Fernández-Domínguez (2009), la preparación del profesorado no puede ser exclusivamente técnica, sino que es necesario caminar hacia una formación integral de los profesionales de la educación de todos los niveles del sistema educativo. En este sentido no podemos quedarnos en la mera transmisión de contenidos, sino que es necesario ir más allá y trabajar para formar a un profesorado comprometido, reflexivo, crítico, flexible, tolerante, emocionalmente sano, entusiasmado, positivo y feliz.

La investigación ha de contribuir al desarrollo de propuestas para formar a un profesorado con tales características, por lo que son necesarios más estudios rigurosos que ayuden a esclarecer y responder científicamente a la influencia que ejerce el cultivo de las fortalezas y virtudes personales en la calidad y eficacia del profesorado. Esta escasez de trabajos al respecto la constata Robert L. Fried al comenzar el Prólogo del libro de Christopher Day, *Pasión por enseñar* (Day, 2006), diciendo: "Como autor que ha escrito sobre la "pasión" en la enseñanza y el aprendizaje, me he sentido a menudo como un exiliado, un vagabundo por la periferia de la Academia, un estudioso demasiado harapiento y de mirada demasiado delirante como para ser invitado a la amable conversación académica" (p. 11). Asimismo, en palabras de Fernández-Berrocal y Extremera (2009) "más allá de la investigación, es trascendental que los educadores nos arriesguemos de forma inteligente en esta aventura colectiva hacia una escuela positiva en una sociedad más feliz" (p. 105).

A lo largo del presente trabajo, se han reunido algunas de las evidencias empíricas, relativas a lo que un enfoque centrado en psicología positiva aplicada a la profesión docente, podría llegar a ser. Se ha visto, a su vez, la necesidad de desarrollar líneas futuras, tanto en la investigación como en la práctica educativa. Para finalizar, recurrimos a una cita de Sabater (1997) que transmite con su habitual lucidez y precisión, las ideas fundamentales que se han pretendido reflejar en el presente trabajo:

Como individuos y como ciudadanos tenemos perfecto derecho a verlo todo del color característico de la mayor parte de las hormigas y de gran número de teléfonos antiguos, es decir, muy negro. Pero en cuanto educadores no nos queda más remedio que ser optimistas, ¡ay! Y es que la enseñanza presupone el optimismo tal como la natación exige un medio líquido para ejercitarse. Quien no quiera mojarse, debe abandonar la natación; quien sienta repugnancia ante el optimismo, que deje la enseñanza y que no pretenda pensar en qué consiste la educación. Porque educar es creer en la perfectibilidad humana, en la capacidad innata de aprender y en el deseo de saber que la anima, en que hay cosas (símbolos, técnicas, valores, memorias, hechos...) que pueden ser sabidos y que merecen serlo, en que los hombres podemos mejorarnos unos a otros por medio del conocimiento. De todas estas creencias optimistas puede uno muy bien descreer en privado, pero en cuanto intenta educar o entender en qué consiste la educación no queda más remedio que aceptarlas. Con verdadero pesimismo puede escribirse contra la educación, pero el optimismo es imprescindible para estudiarla... y para ejercerla (pp. 18 y 19).



PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

REFERENCIAS

- Allender, J. S. (2001). *Teacher self: The practice of humanistic education*. Lanham: Rowman & Littlefield.
- Avia, M. D., y Vázquez, C. (1998). *Optimismo inteligente. Psicología de las emociones positivas*. Madrid: Alianza.
- Bazarra, L., Casanova, O., y García-Ugarte, J. (2004). *Ser profesor y dirigir profesores en tiempos de cambio*. Madrid: Narcea.
- Day, C. (2006). *Pasión por enseñar*. Madrid: Narcea.
- Fernández-Aguado, J. (2009). *Ética a Nicómaco*. Madrid: LID Editorial.
- Fernández-Berrocal, P., y Extremera, N. (2009). La inteligencia emocional y el estudio de la felicidad. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 85-108.
- Fernández-Dominguez, M. R. (2009). Construyendo nuestra felicidad para ayudar a construirla. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 231-269.
- Fredrickson, B. L. (2002). Positive emotions. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 120–134). Oxford: Oxford University Press.
- Gilman, R., Huebner, S., y Furlong, M. J. (Eds.). (2009). *Handbook of positive psychology in schools*. New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Hamachek, D. (1999). Effective teachers: What they do, how they do it, and the importance of self-knowledge. In R. P. Lipka y T. M. Brinthaupt (Eds.), *The role of self in teacher development* (pp. 189–224). Albany, NY: State University of New York Press.
- Hargreaves, A. (1998). The emotional practice of teaching. *Teaching and Teacher Education*, 14(8), 835–854.
- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23, 3), 23-41.
- Hué, C. (2008). *Bienestar docente y pensamiento emocional*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Immordino-Yang, M. H., y Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: the relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, Brain and Education*, 1(1), 3–10.
- Jáuregui, E., y Fernández-Solís, J. D. (2009). Risa y aprendizaje: el papel del humor en la labor docente. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 203-215.
- Klaassen, C. A. (2002). Teacher pedagogical competence and sensibility. *Teaching and Teacher Education*, 18(2), 151–158
- Korthagen, F. A. J. (2004). In search of the essence of a good teacher: towards a more holistic approach in teacher education. *Teaching and Teacher Education*, 20(1), 77–97.
- Lyubomirsky, S., King, L. A., y Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
- Marchesi, A. (2004). *Qué será de nosotros, los malos alumnos*. Madrid: Alianza.
- Marchesi, A. (2007). *Sobre el bienestar de los docentes. Competencias, emociones y valores*. Madrid: Alianza.
- Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Peterson, C., y Park, N. (2009). El estudio científico de las fortalezas humanas. En C. Vázquez y G. Hervás (Eds.), *La ciencia del bienestar. Fundamentos de una psicología positiva* (pp. 181-207). Madrid: Alianza
- Peterson, C., y Seligman, M.E.P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford: Oxford University Press.
- Savater, F. (1997). *El valor de educar*. Barcelona: Ariel.
- Seligman, M. E. P. (1999). The President's address. APA 1998 Annual Report. *American Psychologist*, 54, 559-562.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.



CONTRIBUCIONES DE LA PSICOLOGÍA POSITIVA AL ÁMBITO DE LA PROFESIÓN DOCENTE

Shryack, J., Steger, M. F., Krueger, R. F., y Kallie, C. S. (2010). The structure of virtue: An empirical investigation of the dimensionality of the virtues in action inventory of strengths. *Personality and Individual Differences*, 48(6), 714-719.

Tamblyn, D. (2006). *Reír y aprender*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Vaello, J. (2009). *El profesor emocionalmente competente. Un puente sobre "aulas" turbulentas*. Barcelona: Graó.

Zehm, S. J., y Kottler, J. A. (1993). *On being a teacher: The human dimension*. California: Corwin Press

Fecha de recepción: 14 de febrero 2010

Fecha de admisión: 19 de marzo 2010