Consulte nuestra página web: **www.sintesis.com**
En ella encontrará el catálogo completo y comentado

NO fotocopies el libro

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sigs. Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Psicología de la Salud Ocupacional

Directora:
Marisa Salanova

EDITORIAL SINTESIS

Traducción del prefacio: Alma Rodríguez-Sánchez

Diseño de cubierta: Verónica Rubio

Reservados todos los derechos. Está prohibido, bajo las sanciones penales y el resarcimiento civil previstos en las leyes, reproducir, registrar o transmitir esta publicación, íntegra o parcialmente, por cualquier sistema de recuperación y por cualquier medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o por cualquier otro, sin la autorización previa por escrito de Editorial Síntesis, S. A.

© Marisa Salanova (dir.)

© EDITORIAL SÍNTESIS, S. A.
Vallehermoso, 34. 28015 Madrid
Teléfono 91 593 20 98
http://www.sintesis.com

ISBN:978-84-975666-2-9
Depósito Legal: M. 46.987-2009

Impreso en España - Printed in Spain

Relación de autores

Directora y autora:

Marisa Salanova
Catedrática del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Prefacio:

Wilmar Schaufeli
Catedrático del Departamento de Psicología Social y de las Organizaciones. Universidad de Utrecht. Holanda.

Autores:

Edgar Bresó
Profesor del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Eva Cifre
Profesora del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Mario del Líbano
Investigador del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Joan Franco
Profesor del Departamento de Derecho del Trabajo. Universitat Jaume I. Castellón.

Esther Gracia
Investigadora del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Rosa Grau
Catedrática del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Susana Llorens
Profesora del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Laura Lorente
Investigadora del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Isabel Martínez
Profesora del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Alma M. Rodríguez-Sánchez
Investigadora del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Mercedes Ventura
Investigadora del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

María Vera
Investigadora del Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Castellón.

Índice

Prefacio 13

Introducción 17

Parte I
Aspectos conceptuales de la Psicología de la Salud Ocupacional

1. ***La salud ocupacional desde la perspectiva psicosocial: aspectos teóricos y conceptuales*** 27
Marisa Salanova, Isabel M. Martínez, Eva Cifre y Susana Llorens

1.1. Introducción 27
1.2. Objeto de estudio: la salud ocupacional desde la perspectiva psicosocial 30
1.2.1. Estrés y salud psicosocial, 30. *1.2.2. Hacia una concepción de organización saludable,* 36.
1.3. Historia de la Psicología de la Salud Ocupacional 38
1.3.1. Psicología de la Salud Ocupacional en Estados Unidos, 39. *1.3.2. Psicología de la Salud Ocupacional en Europa,* 40. *1.3.3. El papel de las instituciones, revistas científicas y organizaciones profesionales en el desarrollo de la disciplina,* 43.
1.4. La investigación y la intervención profesional en Psicología de la Salud Ocupacional 46
1.4.1. Tipología de la investigación, 47. *1.4.2. Tipología de la intervención profesional,* 49. *1.4.3. Aspectos éticos en la investigación y en la intervención profesional,* 53.

1.5. Una mirada hacia el futuro... 56
1.5.1. Desarrollo teórico e investigación futura, 57. *1.5.2. Avances futuros en la práctica profesional,* 58.

2. ***Modelos teóricos de salud ocupacional*** 63
Susana Llorens, Mario del Líbano y Marisa Salanova

2.1. El papel de los modelos teóricos en la explicación de la salud ocupacional 63
2.2. Modelos de pérdida de recursos 65
2.2.1. Modelo de estrés y coping, 65. *2.2.2. Modelo de conservación de recursos,* 69.
2.3. Modelos de ajuste-desajuste 72
2.4. Modelo "vitamínico" 75
2.5. Modelos de demandas-recursos 78
2.5.1. Modelo de demandas-control, 79. *2.5.2. Modelo de demandas-recursos laborales,* 82. *2.5.3. Modelo RED (Recursos, Experiencias y Demandas),* 85.
2.6. Hacia una integración de los modelos teóricos 88
2.7. Práctica: Siete estudios de caso 90

Parte II
Demandas y recursos laborales y personales

3. ***Demandas y recursos del ambiente de trabajo*** 97
Eva Cifre, Marisa Salanova y Mercedes Ventura

3.1. El ambiente de trabajo: fuente de estrés y de salud 97
3.2. Las demandas laborales: potenciales estresores 100
3.2.1. Las demandas de tarea, 101. *3.2.2. Las demandas sociales,* 104. *3.2.3. Las demandas organizacionales,* 106. *3.2.4. Las demandas extra-organizacionales: el conflicto familia-trabajo,* 108.
3.3. Los recursos laborales: los ingredientes básicos de la salud ocupacional 110
3.3.1. Los recursos de tarea, 111. *3.3.2. Los recursos sociales,* 112. *3.3.3. Los recursos organizacionales,* 113. *3.3.4. Los recursos extra-organizacionales,* 114.
3.4. Los obstáculos y los facilitadores del desempeño y su relación con la salud psicosocial 115

3.5. Hacia una visión positiva de las demandas laborales: las demandas retadoras 117
3.6. Conclusiones 119
3.7. Práctica: Estudio del caso de Dolores, la profesora "quemada" por su trabajo 121

4. ***Recursos personales: inteligencia emocional y afrontamiento*** 123
Isabel M. Martínez y Marisa Salanova

4.1. El papel de los recursos personales en el control del estrés 123
4.2. Inteligencia emocional 125
4.2.1. Modelos representativos de inteligencia emocional, 126. *4.2.2. Evaluación de la inteligencia emocional,* 132. *4.2.3. Inteligencia emocional y trabajo emocional,* 134.
4.3. Proceso de afrontamiento como recurso personal 136
4.3.1. Respuestas de afrontamiento y tipologías, 138. *4.3.2. Selección y eficacia de las respuestas de afrontamiento,* 140. *4.3.3. Evaluación del afrontamiento,* 141. *4.3.4. Nuevos desarrollos en el estudio del afrontamiento,* 143.
4.4. Conclusiones 145
4.5. Práctica: Dos estudios de caso 147

5. ***Recursos personales: las creencias de eficacia*** 149
Marisa Salanova, Laura Lorente y María Vera

5.1. Delimitación conceptual de las creencias de eficacia 149
5.1.1. La teoría social cognitiva, 149. *5.1.2. Concepto de autoeficacia,* 151. *5.1.3. Concepto de eficacia colectiva percibida,* 152. *5.1.4. Creencias de eficacia y otros conceptos autorreferenciales,* 153.
5.2. Creencias de eficacia y salud ocupacional 155
5.3. Creencias de eficacia y espirales de ganancias 156
5.3.1. Engagement *en el trabajo y creencias de eficacia,* 157. *5.3.2. El concepto de espirales de ganancias,* 158. *5.3.3. Espirales de ganancias entre creencias de eficacia,* engagement *y desempeño en el trabajo,* 160.
5.4. Medida y evaluación de las creencias de eficacia 161
5.5. Cómo incrementar las creencias de eficacia en el trabajo 164

5.5.1. Logros en el desempeño: proporcionar experiencias de éxito, 164. *5.5.2. Información vicaria: observación de los logros o fracasos de los demás,* 166. *5.5.3. La persuasión verbal: reforzado socialmente por otros,* 166. *5.5.4. Estados emocionales: sentirse bien,* 167.
5.6. Autoeficacia y sobre-confianza: ¿el "lado oscuro" de la autoeficacia? 168
5.7. Práctica: Creación de una escala de autoeficacia específica 171

Parte III
Factores contextuales en el estudio de la salud ocupacional

6. ***El papel de la calidad organizacional en la salud psicosocial*** 177
Rosa Grau, Esther Gracia y Marisa Salanova

6.1. Introducción 177
6.2. Calidad organizacional 178
6.3. Calidad de servicio 185
6.3.1. Organizaciones de servicios, 185. *6.3.2. Concepto y dimensiones de la calidad de servicio,* 186.
6.4. Salud psicosocial y calidad de servicio 190
6.4.1. Consecuencias en el rendimiento orientado al servicio, 191. *6.4.2. Consecuencias en el afecto de los clientes,* 193.
6.5. Práctica: Estudio de un caso organizacional 194

7. ***La prevención de riesgos laborales de origen psicosocial*** 197
Joan Franco y Marisa Salanova

7.1. La prevención de riesgos psicosociales en el marco de la salud ocupacional 197
7.1.1. Comparación con las demás disciplinas preventivas, 198. *7.1.2. Análisis de la importancia de los riesgos psicosociales y de la necesidad de respuesta jurídica,* 199.
7.2. La ley y la prevención de riesgos psicosociales en España 201
7.2.1. Especial referencia a la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, 204. *7.2.2. Análisis de la principal normativa de desarrollo,* 209.

7.3. Síntesis analítica de la problemática derivada de la situación 211
7.3.1. Estado actual de la cuestión, 213. *7.3.2. Perspectivas de futuro,* 214.
7.4. Práctica basada en un caso real 218

8. ***Factores psicosociales y salud en muestras pre-profesionales*** 221
Edgar Bresó y Marisa Salanova

8.1. Introducción 221
8.2. Los estudiantes también "trabajan" 221
8.2.1. El concepto de trabajo y su significado, 222. *8.2.2. El trabajo del estudiante,* 223. *8.2.3. Modelos de bienestar psicológico en el trabajo aplicados a contextos educativos,* 224.
8.3. El estudio del estrés, bienestar psicológico y desempeño de los estudiantes 224
8.3.1. Obstáculos y facilitadores del desempeño, 226. *8.3.2. Bienestar psicológico:* burnout *y* engagement *académico,* 227.
8.4. El poder predictivo de la autoeficacia en el desempeño académico 229
8.5. Evaluación de los factores psicosociales y de la salud 231
8.5.1. Evaluación de los obstáculos y facilitadores del desempeño, 231. *8.5.2.* Burnout *y* engagement *académico,* 233. *8.5.3. Autoeficacia académica,* 234. *8.5.4. Desempeño académico,* 234.
8.6. Intervención en factores psicosociales y salud 235
8.7. Líneas futuras en el estudio del bienestar y la salud psicosocial en estudiantes universitarios 237
8.8. Práctica 239
Anexo 8.1. *Maslach Burnout Inventory (Student Survey)* 242
Anexo 8.2. *Utrecht Work Engagement Scale (Student Survey)* 243

Parte IV
Apéndice

9. ***Hacia una Psicología de la Salud Ocupacional*** **más positiva** 247
Marisa Salanova, Susana Llorens y Alma Rodríguez-Sánchez

9.1. Psicología Positiva: la emergencia de un nuevo paradigma 247
9.2. Concepto y *statu quo* de la Psicología Positiva 249

9.3. Críticas a la Psicología Positiva 251
9.4. ¿Qué es la Psicología de la Salud Ocupacional Positiva? 256
9.5. Las organizaciones saludables 257
9.5.1. Prácticas organizacionales saludables, 259. *9.5.2. Capital psicológico positivo,* 260. *9.5.3. Resultados organizacionales saludables,* 265. *9.5.4. Metodología WONT para el desarrollo de organizaciones saludables,* 267.
9.6. La intervención profesional en el marco de la Psicología de la Salud Ocupacional Positiva: la amplificación de la salud 268
9.7. El futuro de la Psicología Positiva y de la Psicología de la Salud Ocupacional Positiva 275
9.8. Práctica 280

Bibliografía 285

Prefacio

Hace exactamente una década, en 1999, pasé tres meses sabáticos en el equipo de investigación WONT, dirigido por Marisa Salanova en la Universitat Jaume I de Castellón. Por muchas razones fue un acontecimiento extraordinario para mí. No sólo ése era mi primer sabático –y mi estancia más larga en España hasta el momento– sino que también me encontré con un joven, ambicioso y prometedor grupo de investigación que acababa de formarse un par de años antes. El equipo aspiraba a desarrollar un novedoso programa de investigación internacional y también tenía grandes planes para poner de actualidad a la Psicología de la Salud Ocupacional en España. Este último objetivo debía ser alcanzado mediante la investigación aplicada, consultoría, y formación de estudiantes y posgraduados universitarios.

Ahora, diez años después, este libro avala que casi todas las ambiciones del equipo WONT han sido alcanzadas. Su programa de investigación ha producido un enorme número de publicaciones (internacionales) científicas que han hecho que se avance en el estudio de la Psicología de la Salud Ocupacional. Además, diversas herramientas y metodologías que pueden aplicarse en la práctica han sido desarrolladas y probadas. Y finalmente, un gran número de estudiantes, incluyendo los de licenciatura, de posgrado y de doctorado, han sido formados en Psicología de la Salud Ocupacional y ahora aplican su conocimiento a la práctica.

Así pues, creo que la publicación de este libro es un hito que no sólo indica la madurez de una rama relativamente joven de la Psicología, sino también del equipo WONT de la Universitat Jaume I. A mi entender, este libro es el primer libro de texto exhaustivo sobre Psicología de la Salud Ocupacional escrito por un equipo de profesionales que trabaja conjuntamente y no de forma diseminada desde sus respectivos centros o instituciones. Esto es muy importante, ya que significa que el libro presenta una visión coherente en Psicología de la Salud Ocupacional en lugar de una interpretación fragmentada del tema como normalmente es el caso de los volúmenes que se suelen editar. De hecho, el libro no se debe interpretar como un volumen editado al que contribuyeron diversos autores, cada uno con su propia idiosincrasia. Por el contrario, el libro proporciona al lector el punto de vista del equipo WONT sobre Psicología de la Salud Ocupacional tal y como se ha desarrollado en la investigación, docencia, y práctica durante la última década. Dicho esto, ¿cuáles son las características de este punto de vista?