

CÀTEDRA D'INNOVACIÓ SOCIAL DE LA UNIVERSITAT DE LLEIDA

Liderada per la Universitat de Lleida i amb el suport de l'Obra Social La Caixa, la Diputació de Lleida i l'Ajuntament de Lleida, el dia 10 d'abril del 2014 el Consell de Govern de la UdL aprova la creació de la Càtedra d'Innovació Social, una càtedra universitat-empresa.

La Càtedra d'Innovació Social de la Universitat de Lleida **pretén generar nou valor en l'acció social del territori** a partir de la recerca i la formació, mitjançant el diàleg i la reflexió, la participació social i la transferència de coneixements. A més d'aspirar a ser un **espai de reflexió acadèmica**, pretén esdevenir un **instrument que promoció el diàleg social compartit** entre agents socials, professionals i societat, establint noves sinèrgies entre universitat, entitats i empreses.

A través de la **psicologia positiva** promou dues **LÍNIES PRINCIPALS DE RECERCA: Benestar i organitzacions saludables i Models d'atenció a les persones**; i mitjançant aquestes impulsa activitats de formació i consultoria amb la intenció d'abraçar l'espectre més ampli de la societat.

Des del seu inici la càtedra ha realitzat diferents investigacions partint de les dues línies de recerca, i ha difós el coneixement científic amb la participació en diferents jornades, congressos i simposis d'àmbit nacional i internacional, i amb la publicació de múltiples articles d'investigació. En quant a la transferència, la càtedra ha aproximat el coneixement a la societat a través de l'organització i coordinació de múltiples activitats, en format jornada, tallers, formacions, accions puntuals.

Cal destacar, que amb la Càtedra s'ha consolidat la Jornada INNSOC. Una jornada que es realitza anualment des del 2015, on s'aproxima al ciutadà coneixements relacionats amb el binomi innovació social i benestar i felicitat.

BENESTAR I ORGANITZACIONS SALUDABLES

La psicologia positiva ha protagonitzat durant l'última dècada una redirecció científica en l'estudi del funcionament humà, afavorint la proliferació d'estratègies destinades a millorar el benestar de les persones. En els projectes que realitzem entorn a la Felicitat i la Psicologia Positiva com a recerca científica, prenem en consideració variables àmpliament estudiades i les posem en pràctica a través d'activitats, amb l'objectiu de **despertar la consciència de les persones i ampliar el seu coneixement respecte a la convergència entre la cerca de la felicitat i l'acompliment dels objectius personals i/o professionals**. Cada

vegada més la felicitat es considera una mesura adequada pel progrés social i un dels objectius de les polítiques públiques. La felicitat és una demanda actual que té cada cop més importància en el desenvolupament de la ciutat, les empreses i la vida personal amb l'objectiu d'assolir unes organitzacions saludables.

Investigacions i pràctiques innovadores: **Descobreix les teves fortalezes i #ContagiaFelicitat.**

DESCOBREIX LES TEVES FORTALESES

El projecte sorgeix com una resposta innovadora als nous reptes socials que les institucions educatives i empreses han de fer front. **Es fomenta principalment en teories de la Psicologia Positiva que posen l'accent en el creixement de les persones a partir de les seves fortaleeses, i de la importància que això suposa per a la productivitat i la felicitat de les persones en contextos organitzacionals.**

Pretenem acompanyar a les persones en el seu procés d'autoconeixement i orientar-les durant el seu període formatiu i de desenvolupament professional. El que es pretén es realitzar un **procediment de detecció i desenvolupament de les fortaleeses** (s'analitzen un total de 24 fortaleeses i 6 virtuts) per tal d'assolir uns resultats diferents als actuals. Els participants poden **potenciar allò que saben fer i els hi permet millorar el seu rendiment al seu lloc de feina, les relacions socials i/o rendiment acadèmic**. Per poder-ho fer, se'ls hi passa un qüestionari on poden descobrir quin és el seu perfil (quines són les seves quatre fortaleeses més importants, nivell d'intel·ligència emocional, nivell d'adquisició de la competència de treball en equip, nivell de benestar, felicitat i nivell de satisfacció personal), i a través d'unes **sessions de coaching personalitzades o en grup** se'ls hi facilita la informació d'aquest, així com estratègies per poder-lo potenciar i millorar.

Per poder complir els objectius, en ocasions les sessions es complementen amb **tècniques de gammificació innovadores** (Lego serious play, Points of you, Toobeez, Cartes de fortaleeses HEX, Paquet de desenvolupament organitzacional positiu, Mind maps i teràpia assistida amb cavalls) que ajuden a treballar aspectes a millorar dins dels grups de persones i de les organitzacions, incideixen en temes de treball en equip, comunicació, resolució de conflictes o desenvolupament d'idees innovadores per l'empresa.

Instruments i eines de medició de les fortaleeses: Intel·ligència emocional percebuda (TMMS-24: Trait Meta-Mood Scale, Escala de satisfacció con la vida (SWLS: Life Satisfaction Scale), Escala de benestar subjetivo (OLS: Overall Life Satisfaction), Cuestionario de Fortalezas de Carácter (VIA-IS: Values in Action Inventory of Strengths), Escala de Felicidad Subjetiva (SHS: Subjective Happiness Scale).

Hem aplicat el projecte en diferents grups de persones des del 2015:

- **Escoles de formació secundària i formació professional de la ciutat de Lleida i alumnes de grau a la Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Social de la Universitat de Lleida.** El projecte pretén augmentar la innovació, el servei a l'estudiant i la millora del funcionament dels centres de formació, en quant al servei d'orientació. A partir de la detecció i desenvolupament de les fortaleses, els estudiants poden descobrir els seus punts forts, el seu nivell de benestar, felicitat i la intel·ligència emocional. A més, compten amb més eines i recursos per prendre decisions, poden potenciar allò que saben fer i els hi permet millorar el seu rendiment acadèmic, les relacions socials i l'autoconeixement. Un projecte que els facilita l'orientació acadèmica i la presa decisions pel que fa al seu futur professional. En el cas dels estudiants universitaris, a més de rebre els resultats, aquells que ho desitgen poden continuar participant en l'estudi mentre duri el grau, ja que es facilita un seguiment longitudinal al llarg de la formació universitària.
- **Mentoria a la Universitat de Lleida.** S'ha realitzat un estudi que pretén establir les bases per poder desenvolupar un programa de mentoria personalitzat entre estudiants de primer i últim any de la Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Social. Per portar-lo a terme s'han analitzat diferents models de mentoria basats en la psicologia positiva aplicada i, per l'altre, l'estudi exploratori dels nivells de fortaleses de caràcter, intel·ligència emocional, rendiment, benestar i felicitat. S'ha comptat amb una mostra de 480 estudiants procedents de diferents graus. A partir dels resultats d'aquest estudi es mostra el disseny d'un model de mentoria propi adaptat a les necessitats detectades de la Facultat i posa especial èmfasi en desenvolupar aquests components, que permetran millorar els nivells de benestar, felicitat i rendiment dels estudiants de la facultat.

En els últims anys han anat incrementant les investigacions sobre processos de mentoris amb estudiants universitaris. Els resultats obtinguts de dites investigacions han confirmat que la mentoria és una pràctica d'alt impacte i que influeix tant en els resultats acadèmics com afectius i de comportament dels mentees (Casado-Muñoz, Lezcano-Barbero, & Colomer-Feliu, 2015; Palmer, Hunt, Neal, & Wuetherick, 2015), però també té efectes beneficiosos pels mentors i les Universitats (Leidenfrost, Strassnig, Schabman, Spiel, & Carbon, 2011).

- **Organitzacions i centres de formació per empreses i per persones en situació d'atur.** L'estudi pretén implementar un programa que a partir del coneixement de les fortaleses desenvolupi i potenciï els nivells de

satisfacció, benestar, intel·ligència emocional i autorealització personal. En el cas dels centres de formació i persones en situació d'atur, aquest programa consisteix en un procés de mentoratge en que s'aborden temes d'intel·ligència emocional, comunicació, treball en equip, tècniques d'actualització del currículum vitae, fortaleces psicològiques, aspiracions personals, satisfacció vital, felicitat i benestar. L'objectiu és promoure el creixement personal i professional dels participants per augmentar el seu índex de qualitat de vida i, al mateix temps, incrementar la probabilitat d'ocupabilitat.

En el cas de les organitzacions, aquest programa té l'objectiu d'ajudar a la presa de decisions i d'augmentar el grau de felicitat dels professionals posant en valor les seves fortaleces i talents, millorant així la seva productivitat laboral, d'accelerar la generació d'idees com a element central de les necessitats reals de l'entitat i les seves persones, potenciant de forma natural el procés creatiu impulsant i millorant la comunicació entre els membres de l'equip i introduint millores en la seva gestió, planificació i visió estratègica de futur.

Per poder treballar aquests objectius es programen sessions dinàmiques en les que s'utilitzen tècniques de gamificació innovadores. També es realitza una valoració individualitzada de tots els aspectes prèviament citats per cada participant.

El treball basat en potenciar las fortaleces de caràcter ofereix múltiples beneficis (Seligman, 2002; Lyubomirsky, King y Diener, 2005), entre els que destaquen la **disminució dels nivells de depressió i dolència física, l'augment del benestar, la satisfacció i l'optimisme** (Sin y Lyubomirsky 2009; Seligman, Steen, Park y Peterson, 2005). Aquests aspectes juguen un paper essencial en el procés de recerca activa de feina, per exemple. Nous plantejaments com aquests posen de manifest la creixent necessitat d'invertir en treballar el cor i no només la ment (Peterson, 2006), per això mitjançant el cultiu de les competències soft es facilita aconseguir el màxim potencial laboral i aconseguir els objectius que es plantegen en tant que es millora el benestar de les persones, independentment de la seva situació laboral (Lyubomirsky, King y Diener, 2005).

Un gran cúmul d'investigacions demostren que **les persones felices aconseguixen resultats més desitjables en diverses àrees (relacions socials, treball, amor, salut o ingressos)** (Lyubomirsky, King y Diener, 2005).

El present estudi ha tractat d'establir una aproximació a les competències soft o transversals mitjançant una anàlisi personal que donés cabuda a les diferents fortaleses i valors de les persones. Els resultats mostren una descripció que fa possible crear i portar a terme línies d'intervenció que ens permetin desenvolupar tots els aspectes estudiats.

Com a resultat, es proposen diverses noves línies de treball futures destinades a realitzar accions que permetin un treball tant individual com col·lectiu de les persones des dels valors. Un exemple seria una acció formativa amb tècniques de gamificació innovadores amb les que poder potenciar la seva capacitat de treballar en equip, les seves aspiracions individuals i grupals, la seva comunicació, la seva autoconfiança i el seu empoderament. Seria necessari establir mesures pre i post que ens permetessin explorar els canvis produïts per dites intervencions.

Comunicació del projecte en articles, congressos i altres:

2018

* Ros-Morente, A., Alsinet C, Torrelles, C., Blasco-Belled, A., & Jordana, N. (2018). An examination of the relationship between emotional intelligence, positive affect and character strengths and virtues. *Anales de psicología*. 34(1), 63-67. Recuperat de: <http://hdl.handle.net/10459.1/62373>
Doi: <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.34.1.262891>

2017

* Blasco-Belled, A., Alsinet, C., Torrelles, C., Jordana, N., & Feliu, B. (2017). *¿Cómo influye la inteligencia emocional en el bienestar de las personas?* Pòster presentat a les II Jornadas de Psicología Positiva, Tenerife. España. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/59402>

* Blasco-Belled, A., & Torrelles, C. (2017). Estudio de las fortalezas de las personas en situación de desempleo de la ciudad de Lleida. En *VI Congreso Red Española de Políticas Sociales. Debates para un nuevo consenso en torno al bienestar* (pp. 1875-1892). Sevilla: Universidad Pablo de Olavide. ISBN 978-84-697-5182-4. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10433/4336>

* Torrelles, C., Alsinet, C., Blasco-Belled, A., Jordana, N. & Feliu, B. (2017). Innovar en la formación para la ocupación: Talentlab. *Qurrriculum. Revista de*

teoría, investigación y práctica educativa, 30, 65-80. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/60514>

2016

* Blasco, A., Torrelles, C., Alsinet, C., & Jordana, N. (2016). *Character strengths and psychological wellbeing*. Pòster presentat a la 8ª European Conference on positive Psychology, Angers. France. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/57703>

* Blasco, A., Torrelles, C., Alsinet, C., & Jordana, N. (2016). *Fortalezas y bienestar*. Pòster presentat al III Congrés Nacional de Psicologia Positiva, Baeza. España. ISBN: 978-84-7993-311-1 Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/57708>

* Blasco, A., Torrelles, C., Alsinet, C., & Jordana, N. (2016). Fortalezas y bienestar. En *III Congreso Nacional de Psicología Positiva* (pp. 83). Sevilla: Servicio de publicaciones Universidad Internacional de Andalucía. ISBN 978-84-7993-311-1.

* Coiduras, JL., Balsells, MA., Alsinet, C., Urrea, A., Guadix, I., & Belmonte, O. (2016). La participación del alumnado en la vida del centro: una aproximación desde la comunidad educativa. *Revista Complutense de Educación*, 27(2), 437-456. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/57305> Doi: http://dx.doi.org/10.5209/rev_RCED.2016.v27.n2.46353

* Mas Torelló, O., París Mañas, G., & Torrelles Nadal, C. (2016). El trabajo en equipo: dominio competencial en diferentes grados de la Universitat Autònoma de Barcelona y de la Universitat de Lleida. *Universitas tarraconensis. Revista de ciències de l'educació*, 1, 55-66. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/58899> Doi: <https://doi.org/10.17345/ute.2016.1.978>

* Paris, G., Mas, O., & Torrelles, C. (2016). La evaluación de la competencia 'trabajo en equipo' de los estudiantes universitarios. *Revista d'Innovació Docent Universitària*, 8, 86-97. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/60249>

* Torrelles, C., Alsinet, C., Blasco, A., & Jordana, N. (2016). Aplicación práctica de la Psicología Positiva para mejorar el bienestar y el rendimiento de los estudiantes. En *III Congreso Nacional de Psicología Positiva* (pp. 59). Sevilla:

Servicio de publicaciones Universidad Internacional de Andalucía. ISBN 978-84-7993-311-1.

* Torrelles, C., Alsinet, C., Blasco, A., & Jordana, N. (2016). Bases para el desarrollar un modelo de mentorización basado en la Psicología Positiva. *Universitas tarraconensis. Revista de ciències de l'educació*, 2, 70-83. Recuperat

de <http://hdl.handle.net/10459.1/59120> Doi: <https://doi.org/10.17345/ute.2016.2.977>

* Torrelles, C., Alsinet, C., Blasco, A., & Jordana, N. (2016). *Estudio de una organización. Los niveles de felicidad y bienestar y sus fortalezas de carácter*. Pòster presentat en el II Congreso Internacional de la Sociedad Científica Española de Psicología Social, Alacant. España. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/58035>

* Torrelles, C., Ros. A., Alsinet, C., Blasco, A., & Jordana, N. (2016). Relación entre fortalezas e inteligencia emocional percibida. En *III Congreso Nacional de Psicología Positiva*(pp. 46). Sevilla: Servicio de publicaciones Universidad Internacional de Andalucía. ISBN 978-84-7993-311-1.

* Torrelles, C., Alsinet, C., Sabrià, B., Blasco, A., & Jordana, N. (2016). *Study of an Organization: the strenght of character and levels of satisfaction and happiness*. Pòster presentat en el 8ª European Conference on positive Psychology, Angers. France. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/57704>

2015

* Alsinet, C., Torrelles, C., Blasco, A., Jordana, N., & Ferreres, L. (2015). *Enhorabona ... Tens un fill adolescent!!!!* Pòster presentat en la IV Jornada: El procés d'acompanyament amb adolescents en medi obert, Terrassa, España. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/57706>

* Blasco, A., Alsinet, C., Torrelles, C., & Jordana, N. (octubre 2015). *Descubriendo Fortalezas en los Jóvenes*. Comunicación presentada en las jornadas Pasado, presente y futuro de los estudios de juventud. 30 años de estudios de juventud en España, Valencia, España.

* Blasco, A., Torrelles; C., Alsinet, C., Jordana, N., & Benito, E. (2015). *Descubriendo Fortalezas*. Pòster presentat a les II Jornadas de

Psicologia Positiva, Barcelona. España. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/57682>

* Torrelles, C., París, G., Sabrià, B., & Alsinet, C. (2015). Assessing the teamwork competences. *Psicothema*, 4(27), 354-361. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/48952> Doi: [10.7334/psicothema2014.284](https://doi.org/10.7334/psicothema2014.284)

2014

* Coiduras, J., París, G., Torrelles, C., & Carrera, X. (2014). La evaluación de competencias en una experiencia de formación dual de maestros: diferencias y semejanzas entre tutores de escuela y de universidad. *Revista Estudios Pedagógicos*. XL(1), 29-48. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/48322> Doi: [10.4067/S0718-07052014000200003](https://doi.org/10.4067/S0718-07052014000200003)

* Torrelles, C.; Alsinet, C.; & Pérez, R. (2014). La influencia de las emociones, la competencia de trabajo en equipo y el bienestar subjetivo en la eficacia de los equipos. En *I Congreso de la Sociedad Científica Española de Psicología Social y XII Congreso Nacional de Psicología Social*. Libro de Resúmenes. Sevilla. ISBN 10: 84-697-1464-3; ISBN 13: 978-84-697-1464-5

* Torrelles, C., Alsinet, C., & Pérez, R. (2014). *La Influencia de las emociones, la competencia de trabajo en equipo y el bienestar subjetivo en la eficacia de los equipos*. Pòster presentat al I Congreso de la Sociedad Científica Española de la Psicología Social y XII Congreso Nacional de Psicología Social, Sevilla. España. Recuperat de <http://hdl.handle.net/10459.1/60229>