I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2009.

Calidad de vida en las organizaciones - la música un medio para generar relaciones laborales armónicas y productivas.

Stehle, Marisa.

Cita:

Stehle, Marisa (2009). *Calidad de vida en las organizaciones - la música un medio para generar relaciones laborales armónicas y productivas. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: https://www.aacademica.org/000-020/312

ARK: https://n2t.net/ark:/13683/eYG7/oHC

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto*. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: https://www.aacademica.org.*

CALIDAD DE VIDA EN LAS ORGANIZACIONES - LA MÚSICA UN MEDIO PARA GENERAR RELACIONES LABORALES ARMÓNICAS Y PRODUCTIVAS

Stehle, Marisa
Laboratorio Roche. Argentina

RESUMEN
Aportar al ámbito científico y académico datos relacionado con herramientas que permiten mejorar la calidad de vida y bienestar psicológico de las personas que forman parte de las organizaciones actuales. Muestra: Participaron de manera voluntaria 20 personas de diferentes áreas del laboratorio Roche y 20 personas del área de recursos humanos del ministerio de economía. Se llevó a cabo una reunión semanal en grupo de 1 hora y media a lo largo de 4 meses. Primero formaron un ensamble de percusión, luego compartirán un espacio de reflexión acerca de lo vivenciado. Materiales de medición y evaluación: Escala de Bienestar psicológico- María M. Casullo (2002) Los mismos fueron implementados antes de iniciar los encuentros semanales y al finalizar Con esta experiencia musical intentamos generar un espacio para re pensar nuestras relaciones en el ámbito laboral, tomando el modelo orquestal desde una visión sistémica donde todas las partes son importantes cada uno cumpliendo su rol en forma armónica y en sintonía con el resto lo que genera un estado de bienestar permitiendo a su vez reducir los niveles de stress.

Palabras clave
Calidad Vida Bienestar Psicológico

ABSTRACT
QUALITY OF LIFE IN ORGANIZATIONS - MUSIC HALF TO GENERATE HARMONIOUS AND PRODUCTIVE WORKING RELATIONSHIPS
Contribute to academic and scientific data related tools to improve the quality of life and psychological well-being of the people who are part of the existing organizations. Sample: Voluntarily participated 20 people of different areas of the Roche laboratory and 20 people in the area of human resources from the ministry of economy. This was a weekly group meeting, 1 hour and half to 4 months along. First formed a percussion ensemble, then share a space for reflection about the experience. Materials Measurement and Evaluation: Psychological well-being scale-Maria M. Casullo (2002) They were pushed before the start of weekly meetings and at the end. This musical experience trying to create a space for re-think our relationships at work, taking the orchestral model from a system where all parties are each fulfilling its important role in a harmonious and in tune with the rest resulting in a welfare state can in turn reduce levels of stress.

Key words
Quality Life Psychological Well

Szalai (1980) define la calidad de vida como “la evaluación global del carácter bueno o satisfactorio de la vida de las personas” y Diener (1984) define bienestar como “la evaluación que hacen las personas de su vida, que incluye tanto juicios cognitivos como reacciones afectivas”.
Circulo de Percusión: El ritmo es un lenguaje universal que atraviesa todas las barreras sociales y culturales, esta presente en cada uno de nosotros, por eso todos pueden participar. Desde comienzos de la historia la música y la danza han funcionado co-

mo elementos que unen a los individuos en pueblos y comunidades, son el principal elemento de ceremonias y reuniones que por siglos han creado interacciones significativas, inspirado el espíritu comunitario, la producción y la creatividad.
Tal como menciona María M. Casullo muchos son los autores que a lo largo de la historia se han ocupado de estudiar en que consiste "vivir bien y sentirse bien".
Los seguidores de Confucio en la China tradicional describían la buena calidad de vida en función de una sociedad ordenada en la cual los individuos podían ejercer correctamente sus roles y cumplir con sus responsabilidades. Sólo en el siglo XX se ha convertido en objeto de interés científico para la psicología.
El bienestar psicológico indica la manera en la que una persona evalúa su vida, incluyendo la satisfacción personal y vincular, la ausencia de depresión y las experiencias emocionales positivas.
En Loma Linda University Medical Center California USA han realizado un estudio de investigación donde han observado que la percusión es una intervención compuesta-compleja con potencial para modular parámetros neuro-endócrnos y neuro-inmunitarios específicos, en una dirección opuesta a la prevista por la respuesta clásica del stress.
Luego de los cuatro meses compartidos con cada grupo se pudo observar un aumento en las dimensiones vínculos y aceptación de si mismo de la escala de bienestar psicológico. Esperamos continuar con estas invetigaciones en otras organizaciones para obtener mayor información sobre los efectos de la música en los grupos humanos que forman parte de las organizaciones y la repercusión en su calidad de vida.

BIBLIOGRAFÍA

Evaluación del Bienestar Psicologico - Ed. Paidos - 2002

Stephen Covey El 8º hábito - Ed. Paidos - 2005

Repensando el Futuro - Grupo Editorial Norma - 1997

Graciela Gefal - Capacitación y Desarrollo Organizacional Ficha de cátedra 2004