

Fecha: 14-03-2024
 Medio: El Mercurio
 Supl.: El Mercurio - Innovacion
 Tipo: Noticia general
 Título: Así funciona la app que busca impulsar la felicidad en el trabajo

Pág.: 4
 Cm2: 361,0
 VPE: \$ 4.741.668

Tiraje: 126.654
 Lectoría: 320.543
 Favorabilidad: ☐ No Definida

Opera a través de un SaaS compuesto por tres aristas: evaluaciones, herramientas para practicar y eventos con expertos. Aquí, su fundador explica la metodología y explica si realmente existen empresas felices en el país. **SOFÍA MALUENDA**

Una aplicación que busca contribuir a mejorar los niveles de bienestar y felicidad de los colaboradores en sus ambientes de trabajo. Eso es Club de la Felicidad, *startup* chilena que opera a través de un SaaS compuesto por tres aristas: evaluaciones, herramientas para practicar y eventos con expertos.

Fundada en 2022 por el ingeniero comercial de la U. Austral y máster en Psicología Positiva Aplicada de la U. Adolfo Ibáñez, Roberto Puentes, la *startup* completó recientemente una exitosa ronda de financiamiento, recaudando US\$ 200 mil.

Parte de su propuesta de valor es la capacidad de autogestionar la felicidad, por lo que su fundador explica que "la tecnología actúa como facilitador, permitiendo a las personas gestionar su propio bienestar a través de nuestra aplicación". Asimismo, incorpora datos para comprender los niveles de bienestar tanto a nivel individual como organizacional. "Al analizar la *data* junto con diversas variables, podemos dirigir nuestros esfuerzos hacia donde realmente se necesitan", agrega. El servicio "Integral" a través de su aplicación incluye eventos con expertos en bienestar y felicidad, test para medir variables de felicidad, y herramientas con ejercicios prácticos para mejorar la felicidad y el bienestar en diferentes áreas de la vida.

—¿Se puede medir realmente la felicidad?

"La felicidad puede ser medida de manera científica mediante modelos validados que incorporan diversas variables. Estos modelos permiten tanto mediciones independientes como integrales. Por lo tanto, existen diferentes pruebas, evaluaciones y



autoevaluaciones que nos ayudan a tomar conciencia de nuestro propio bienestar y comprender nuestro nivel de felicidad. Además, las empresas también pueden medir el bienestar organizacional al sumar las mediciones de las variables individuales de cada colaborador".

—¿Cómo se hace? ¿Qué metodología usan?

"Optamos por no adherirnos a un modelo específico de felicidad, sin embargo, consideramos los más relevantes, como el PERMA, desarrollado por uno de los fundadores de la psicología positiva, Martin Seligman. Además, empleamos frecuentemente la teoría de la autodeterminación, la cual está estrechamente relacionada con los modelos de sentido en el trabajo. También tomamos en cuenta otras variables específicas como la gratitud, la resiliencia y el optimismo, las cuales contribuyen significativamente a la construcción de un mayor bienestar tanto a nivel individual como organizacional".

—¿Cuáles han sido los resultados?

"La psicología positiva ha generado un valor significativo al promover el bienestar y la felicidad tanto a nivel individual como colectivo. A diferencia de la psicología humanista, ha priorizado la investigación

científica desde sus inicios, lo que le ha otorgado una sólida base empírica. Hoy en día, la psicología positiva ha demostrado de manera fehaciente que el aumento de emociones positivas en nuestra vida diaria nos lleva a ser más creativos, mejorar nuestro bienestar y fortalecernos como individuos resilientes. Cada una de estas variables está respaldada por evidencia sólida. Por ejemplo, se ha comprobado que la gratitud reduce el estrés en un 54%, mejora el ritmo cardiovascular y aumenta la productividad de las personas más felices entre un 15% y 40%. Esto demuestra que el enfoque en el bienestar tiene un impacto cuantitativo y cualitativo significativo en nuestra vida personal, en la comunidad y en el desarrollo organizacional".

—¿Tenemos empresas "felices" en Chile?

"En la actualidad, se están realizando numerosos esfuerzos para adoptar diversos modelos de felicidad y medir el bienestar organizacional en Chile. A través de nuestra experiencia y los datos recopilados, estamos enfocados en perfeccionar y afinar nuestro modelo. Con el tiempo, esperamos ser más precisos y certeros para determinar si realmente existen empresas felices en nuestro país".



La startup completó una ronda de inversión en la que recaudó US\$ 200 mil.