



**UTEM**

Serie Bibliotecología y Gestión de Información, N° 101, Agosto 2017

**Algo más que literatura de autoayuda: hacia una propuesta de Bibliotecas de felicidad/ Something more than self-help literature: towards a proposal of Libraries of happiness.**

**Mariela Ferrada Cubillos**



**D · G · I**

Departamento  
de Gestión de  
Información  
Escuela de  
Bibliotecología

Serie Bibliotecología y Gestión de Información es publicada desde Octubre de 2005 por el Departamento de Gestión de Información de la Universidad Tecnológica Metropolitana. Dr. Hernán Alessandri, 722, 6º piso, Providencia, Santiago, Chile, <http://dgi.blogutem.cl/>

Sus artículos están disponibles en versión electrónica en E-prints in Library and Information Science: <http://eprints.rclis.org> y están indizados e integrados en la base de datos Academic Search Complete de EBSCO.

Está registrada en:

- Sistema Regional de Información en Línea para Revistas Científicas de América Latina, El Caribe, España y Portugal (LATINDEX)
- Ulrichs Web: Global Serials Directory.
- Dialnet, portal de difusión de la producción científica hispana,
- DOAJ – Directory of Open Access Journals
- Google Scholar.
- OpenDOAR: Search Repository Contents

Sitio Web: <http://bibliotecarios.cl/servicios/serie-bibliotecologia-y-gestion-de-informacion/>

#### **Dirección Editorial**

Héctor Gómez Fuentes, Director Departamento de Gestión de la Información  
Guillermo Toro Araneda, Director Escuela de Bibliotecología

#### **Editor Jefe**

Héctor Gómez Fuentes

#### **Editor Técnico**

Sergio Fredes Mena

#### **Consejo Editorial**

Académicos del Departamento de Gestión de la Información  
Carmen Pérez Ormeño  
Mariela Ferrada Cubillos  
Carlos Beltrán Ramírez

#### **Presidenta del Colegio de Bibliotecarios de Chile A. G.**

Leslie Villanueva Flores

#### **Representante Legal**

Luis Pinto Faverio

#### **Decano Facultad de Administración y Economía**

Enrique Maturana Lizardi

#### **Autorizada su reproducción con mención de la fuente.**

LAS IDEAS Y OPINIONES CONTENIDAS EN LOS TRABAJOS Y ARTÍCULOS SON DERESPONSABILIDAD EXCLUSIVA DE LOS AUTORES Y NO EXPRESAN NECESARIAMENTE EL PUNTO DE VISTA DE LA UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA METROPOLITANA

## **Algo más que literatura de autoayuda: hacia una propuesta de Bibliotecas de felicidad/ Something more than self-help literature: towards a proposal of Libraries of happiness.**

**Mariela Ferrada Cubillos**

Académica Asociada.

Departamento de Gestión de la Información.  
Universidad Tecnológica Metropolitana - Chile

Bibliotecaria Documentalista - Life Coach

[mariela.ferrada@utem.cl](mailto:mariela.ferrada@utem.cl)

### **Resumen**

Se ofrece una propuesta preliminar para el desarrollo de colecciones de literatura de autoayuda, bajo la denominación de Bibliotecas de Felicidad, que se delimitan al interior de Bibliotecas o espacios de trabajo colaborativo, donde los “clientes amigos” de la biblioteca, pueden acceder a material bibliográfico de calidad, seleccionado con criterios bibliotecológicos y basados en recomendaciones de expertos en salud mental o coaching y de los propios lectores.

Se examina además el interés de editoriales, lectores, entre otros, en el fomento, la proliferación y la co-creación de espacios de difusión en internet, de este tipo de literatura. Se presenta posteriormente una breve reseña de principales autores o referentes en esta temática.

Finalmente, se propone una selección bibliográfica de autores y títulos referentes en literatura de autoayuda y desarrollo personal.

**Palabras clave:** Literatura de autoayuda, Desarrollo Personal, Coaching, Colecciones, Psicología positiva, Inteligencia emocional, Felicidad.

## **Abstract**

A preliminary proposal for the development of self-help literature collections under the name of Happiness Libraries is delineated within libraries or collaborative workspaces, where "friendly clients" of the library can access material Bibliographical quality, selected with library criteria and based on recommendations from experts in mental health or coaching and the readers themselves.

It also examines the interest of publishers, readers, among others, in the promotion, proliferation and co-creation of online dissemination spaces of this type of literature. A brief review of the main authors or references in this subject is presented below.

Finally, we propose a bibliographical selection of authors and related titles in the literature of self-help and personal development.

**Keyword:** Self-Help Literature, Personal Development, Coaching, Collections, Positive psychology, Emotional Intelligence, Happiness.

## 1. Porqué visitar un género literario desvalorado

### 1.1 Los libros de autoayuda

La pertinencia de visitar un género literario bajo la denominación de literatura de autoayuda, proviene de la aceptación de un fenómeno social o un cierto tipo de cultura de la autoayuda y la práctica del consejo, asentada en las creencias del imaginario colectivo, que surge a partir de la exigencia del propio individuo y de la ciudadanía por vivir en un Estado de Bienestar, con mayor democracia y con un mejor índice de felicidad intersubjetiva.

Jussara Teixeira nos advierte que “la búsqueda de la felicidad goza de buena salud como promesa, expectativa, y sigue siendo un atractivo, un gran ícono moderno y una preocupación global”. Este interés y expectativa, moviliza los recursos y acciones de las editoriales y a un cierto tipo de autores que ven la oportunidad de ofrecer un producto que promete un cierto tipo de “soluciones” o códigos de conducta, (deseables socialmente), a las personas que son sus lectores potenciales. Por ello repara en la seriedad de esta aspiración puesto que “la felicidad no es para tomarla a la ligera y prometerla con la lectura de un libro, una terapia de fin de semana, un medicamento, una droga o una buena alimentación.” (Teixeira, J. p.11, 2013)

Es un hecho, advertido por la industria editorial y la prensa, que hay lectores que dirigen sus esfuerzos a la búsqueda de literatura<sup>1</sup> que le permita acceder a recursos, buenas prácticas, conocimiento de valor, que faciliten la gestión efectiva de sus conductas y emociones, en el ámbito familiar, en las relaciones personales, en el trabajo, con el propósito de acceder a un nivel superior de bienestar y salud psicosocial.

La literatura de autoayuda, actualmente está compuesta por obras literarias y obras de corte psicológico divulgativo o guías de autoayuda. En este trabajo será entendida como la literatura escrita con “la intención de configurar una estructura anímica y conductual de sus lectores” (Ampudia, F. p.51, 2006).

---

<sup>1</sup> Véase Caniggia, Laura. 2009.

La literatura autoayuda representa las mayores ventas en la industria del libro. Por tanto las editoriales promueven la creación de un cierto tipo de literatura de autoayuda que tiene arraigo en la cultura de masas<sup>2</sup> desde sus orígenes, ofreciendo a los lectores contenidos estereotipados que promueven la reproducción social de soluciones, recetas o códigos de conducta, que provienen de un contexto sociocultural orientado al consumo.

Este tipo de obras, se caracteriza por presentar temáticas acerca de autoestima, la clave del éxito y la fórmula para resolver problemáticas existenciales, diseñadas como productos preferentemente en formato papel, con colores atractivos, títulos con un enganche cómplice para el público en sus portadas, con un diseño en un formato de media carta, tipografía grande y con una extensión de entre 80 y 100 páginas, para ser de rápida lectura.

Aunque pareciera disparatado, no es ingenuo advertir que las editoriales en sus propuestas tienden a confundir al lector desprevenido, incluyendo en su despliegue de marketing de ventas a autores de amplios orígenes; ensayistas, académicos, narradores, psicólogos, bajo la denominación de literatura de autoayuda o desarrollo personal, por lo que es común encontrar en su oferta editorial, en las librerías o notas de prensa, desde autores de ficción como Pablo Coelho (El Alquimista, 1988) hasta autores provenientes de la no ficción como Daniel Goleman (La inteligencia emocional, 2001).

Según Gustavo Bueno esos libros son « una cáscara vacía cuando la felicidad se ha separado de los contenidos metafísicos que le dieron origen. Y a esta confusión contribuyen los abundantes libros, que arrojan sucesivamente al mercado las editoriales, titulados *filosofía de la felicidad*, escritos [...] que meten en el mismo saco, con objeto de llenar el cupo de páginas concedidas, una exposición de Epicuro y una de Aristóteles, a Santo Tomás y a Bertrand Russell, como si todos ellos fueran respuestas alternativas a una misma cuestión previa y exenta: la Idea de la Felicidad humana.» (Bueno, G. 2005).

En la valoración de este tipo de literatura, donde las opiniones, muchas veces, prevalecen antes que las ideas y los fundamentos, se sugiere no suspender el

---

<sup>2</sup> Véase Papalini, V., 2006 p.333

juicio crítico, los criterios de selección de materiales y recursos que ofrece la bibliotecología, en relación a la forma y contenido, reputación de autoría, siguen vigentes y perfectamente pueden convivir con las recomendaciones de otras disciplinas.

En opinión de esta autora, las obras deficientes en calidad editorial y en contenido literario, no son exclusivas o propias de la literatura de masas. Aunque es un tema que reviste encontradas opiniones en un sinnúmero de profesionales; periodistas, docentes, psicólogos, que apuestan en contra o a favor de este género, se sustenta que la “mala literatura” es una constante que trasciende a este género en la actualidad.

## **1.2 Los autores de referencia.**

El interés de las personas por la literatura orientada a la autoayuda, surge como hoy se la conoce, a finales de la segunda guerra mundial con autores norteamericanos tales como Dale Carnegie (Como ganar amigos e influir en las personas, 1936, Cómo suprimir las preocupaciones y disfrutar de la vida, 1948), Napoleón Hill (Piense y hágase rico, 1966) y floreció a principios de los años 80 con autores como Dyer Wayne con (Tus zonas erróneas, 1976), Louise Hay (Usted puede sanar su vida, 1984), que supieron dirigirse a un público lector ávido por encontrar prescripciones para la vida, estos autores hasta el día de hoy, son referidos por sus lectores, que se reconocen admiradores o continuadores de su trabajo.

Autores norteamericanos representativos del género denominado autoayuda.

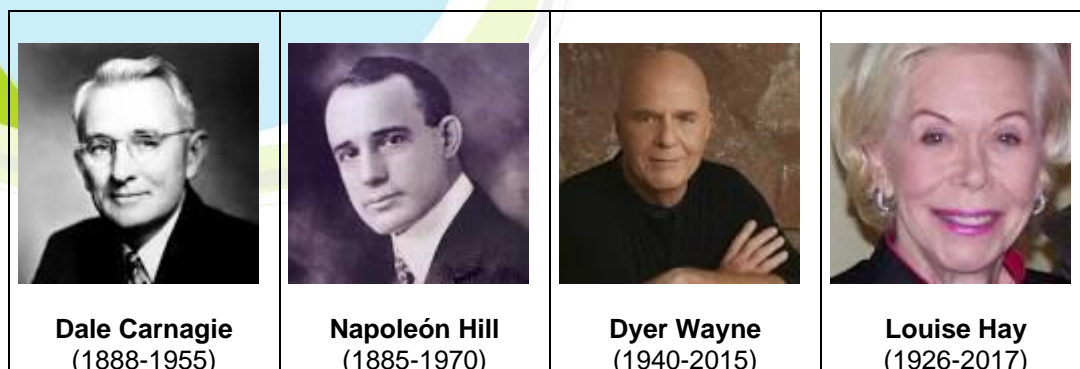


Fig1. Autores norteamericanos representativos. Fuente: Imágenes de google.

Paralelamente, surge el interés por un tipo de literatura de carácter autobiográfico, (interés que prevalece en la actualidad), que se sostiene con historias de vida y resiliencia personal, que configuran un grupo selecto de personas de las cuales se valora la experiencia personal de vida como un modelo de liderazgo a seguir, es el caso de Benjamin Franklin, (Autobiografía 1791), Henry David Thoreau (Walden, la vida en los bosques, 1854), Hellen Keller (La historia de mi vida, 1903), Rudyard Kipling (Algo de mí mismo, 1936) C.S. Lewis (Sorprendido por la alegría, 1955), Christy Brown (Mi pie izquierdo, 1936), Nelson Mandela (Un largo camino hacia la libertad, 1994), Nick Vujicic (Una vida sin límites, 2007), Randy Pausch (La última lección, 2015).

Por otra parte, un tipo de literatura de corte académico, derivó inesperadamente en ser reconocida como literatura de “desarrollo personal”, orientada al éxito en el trabajo y las relaciones interpersonales, así llegaron a convertirse en fenómenos de ventas, autores como Howard Gardner (Inteligencias múltiples, 1983) o Daniel Goleman con (Inteligencia Emocional, 1995), que vienen a dar soporte teórico a un repertorio amplio de las llamadas habilidades blandas<sup>3</sup>, “Se trata de capacidades comunicativas, de trabajo en equipo, flexibilidad y adaptabilidad frente a un determinado trabajo”. (Silva, M. 2013).

<sup>3</sup> Véase como ejemplo de habilidades blandas laborales exigibles: Toselli, Benjamín, 2015.



Surge así el interés por “entrenar” la gestión de las emociones, valorándose habilidades tales como: percibir adecuadamente las emociones propias y las de otros; el dominio sobre las emociones personales, responder con emociones y conductas apropiadas en diversas situaciones; participar en relaciones balanceadas entre cortesía, consideración y respeto; selección de trabajos gratificantes emocionalmente y un balance entre el trabajo, el hogar y la vida de ocio.

En la línea de ser eficientes e impecables en lo que se hace y como se hace en la vida y en el trabajo, autores como Ken Blanchard y Spencer Johnson (El ejecutivo al minuto, 1980), Stephen Covey (Los siete hábitos de las personas altamente efectivas, 1989), Jhon C. Maxwell (Las 21 leyes irrefutables del liderazgo, 1998), han permitido a las personas acceder a un nuevo pensamiento para responder a la exigencia desde las organizaciones, por contar con profesionales más capaces de responder con conductas apropiadas en diversas situaciones y de liderar procesos de cambio con sus equipos de trabajo al interior de las organizaciones.

Por otra parte autores, como John Whitmore, Robert Dilt, Joseph O’Connor, Anthony Robbins, entre otros, aportan prácticas valoradas por el mundo de las empresas, una corriente de acción, con enfoque en los logros o resultados, llamada Coaching, que parte de la premisa que las personas pueden ser conducidas o guiadas a descubrir la “mejor versión de sí mismos”, donde el “Coach” se encuentra con el “Coachee”<sup>4</sup> para ayudarlo a “apalancar”, en el sentido de acceder a mejorar o crear recursos personales, para lograr mejoras en el desempeño.

Actualmente el interés de los lectores se ha dirigido a informarse acerca de las bases científicas de la felicidad y de las prácticas meditativas o de enfoque positivo de la mentalidad o mindsight, estudiadas en centros de investigación y en universidades, (Universidad de Harvard, Universidad de Pensilvania<sup>5</sup>), por académicos, tales como Martin Seligman, Jon Kabat-Zinn, Richard Davidson,

---

<sup>4</sup> “Coach” es el profesional, que acompaña a las personas en su proceso de cambio. “Coachee” es la persona que hace el proceso de cambio para conseguir su objetivo. Fuente Eleva. <https://goo.gl/u4rUFZ>

<sup>5</sup> Véase Universidad de Pensilvania. <https://goo.gl/ZGe5SA>

Mihály, Csíkszentmihályi, Tal Ben-Shabar, que han sabido dar respuesta al interés del ciudadano común, dando a conocer los avances más relevantes descubiertos desde la psicología y las neurociencias, ofreciendo ciertas informaciones que pueden ser de utilidad práctica a quienes buscan aprender acerca de los factores asociados a una vida feliz y con propósito.

### **1.3 Lectores y co-creadores: la difusión de literatura de autoayuda en las redes sociales.**

Dado el acceso (casi) universal en los países en desarrollo a internet, en este tipo de literatura de autoayuda, se reconoce como práctica frecuente la recomendación de los autores y textos por la corriente “boca-oreja”, o mediante recomendaciones en las redes sociales, donde es frecuente encontrar este tipo de materiales escritos, tanto para lectura, escucha o la descarga gratuita en línea, de los textos completos, de una fracción o de resúmenes, lo que permite visibilizar un tipo de lectoría y de divulgación propia de “tribus” o nanoaudiencias en línea, mediante las que los lectores se disponen a socializar el fruto de las lecturas de autores o títulos, (como adherentes o detractores), en Weblogs<sup>6</sup>, Twiter, BookTube, Facebook, Instagram, librerías temáticas<sup>7</sup> o en otros “yacimientos de libros<sup>8</sup>”, como les denomina el filósofo Gustavo Bueno.

El interés por la co-creación de espacios de difusión en las redes sociales, acerca de temáticas relativas a la felicidad, el bienestar personal, autocuidado y coaching, resulta ser una tendencia que se complementa con unas prácticas tales como; la meditación, midfulness, gratitud, compasión, coaching, ampliamente aceptadas en el mundo académico y profesional.

---

<sup>6</sup>Duke literario: para los que saben de la buena literatura. 2017. <https://goo.gl/J1M2bH>

<sup>7</sup> El jardín del libro.com. <https://goo.gl/nvSVFx>

<sup>8</sup> Yacimientos de libros. En: Filosofía.org. <https://goo.gl/CMuY8e>

**Tabla 1.- Espacios de opinión-difusión en la web de literatura de autoayuda.**

---

La vanguardia. Los 10 libros que te ayudarán a sentirte mejor. 18, abril, 2017.

<https://goo.gl/zaxt1z>

La mente es maravillosa. Los siete mejores libros de autoayuda y superación personal. 6 mayo 2015. <https://goo.gl/5p88rh>

Emowe: aprende a aprender. Raking de los mejores libros de autoayuda o superación personal. <https://goo.gl/jemBGh>

Psicología y mente. Los 12 mejores libros de autoayuda y superación personal. <https://goo.gl/dyHrsv>

Recursos de autoayuda. Los 22 mejores libros de autoayuda y superación personal. 4 febrero 2016. <https://goo.gl/WQHetP>

Lifeder.com. Los 57 mejores libros de autoayuda y superación personal. <https://goo.gl/nE7FKu>

Blog de Jack Moreno. 10 marzo 2014. <https://goo.gl/YX6rj4>

El mundo de Kenia Gascón. 4 junio 2015. <https://goo.gl/v8ELbh>

Lifeder. Los mejores 20 libros de autoayuda. 15 agosto 2016. <https://goo.gl/kXgQ2S>

D Todo. 10 libros que cambiarán tu vida. 6 mayo 2016.: <https://goo.gl/Mw8fzK>

Tus libros: la mejor selección de libros por temáticas <https://goo.gl/vM9hG6>

Embajadores del éxito. 13 libros imprescindibles sobre el éxito. 19 abril 2017. <https://goo.gl/RxpE7J>

---

## 2. Propuesta para el desarrollo de Bibliotecas de Felicidad

Las Bibliotecas de felicidad o también denominadas como “Felicitecas”, son colecciones especiales al interior de espacios de estudio o trabajo colaborativo, cuidados y protegidos, donde las personas pueden acceder a material bibliográfico de calidad, seleccionados desde la evidencia científica, académica, filosófica, acerca de temáticas relativas al desarrollo personal, relaciones saludables y la búsqueda de la felicidad.

La creación de un espacio físico orientado a disponer de manera permanente de una colección de libros o de videos, denominada “Biblioteca de felicidad”, se propone como una adición o incorporación a espacios ya existentes al interior de la organización, por ejemplo al interior de bibliotecas<sup>9</sup> o en espacios asociados a áreas de trabajo colaborativo o “coworking”.

La colección de felicidad, tiene el propósito de proporcionar una selección de bibliografía y otros materiales audiovisuales de calidad, a las personas al interior de las instituciones en las que trabajan o estudian.

Este espacio físico, se recomienda dinamizar con la difusión de actividades orientadas al bienestar, la meditación y el coaching, tales como talleres, cursos, charlas, con el objetivo de compartir y propagar buenas prácticas.

### 2.1 La selección de materiales bibliográficos

La selección de los materiales literarios de autoayuda; tales como ensayos, guías de autoayuda, autobiografías, manuales o textos de actualización, ha de ser realizada por especialistas, bibliotecarios, con la colaboración de psicólogos, terapeutas ocupacionales y/o por especialistas de la salud mental.

La propuesta de colección de felicidad, está dirigida a personas saludables o compensadas desde el punto de vista de la salud mental. En este sentido la

---

<sup>9</sup> Biblioteca Corfo. Cuenta con estanterías abiertas, salas de reuniones y de trabajo colaborativo y una cafetería. Fuente: Nueva biblioteca Corfo. 2010. <https://goo.gl/HBNe9S>

propuesta debiera ofrecer una colección evaluada y valorada por su calidad editorial, literaria o de contenido, validada por expertos bibliotecarios y/o recomendada por profesionales del mundo académico y de la salud, los cuales pueden ser consultados desde el inicio del proyecto específicamente o participando en comités de amigos de la biblioteca.

La incorporación de materiales bibliográficos a la colección de la biblioteca de felicidad, en ningún caso es prescriptiva como tratamiento alguno, como es el caso de las prácticas de la llamada *Biblioterapia*, o de otros tipos de programas de lectura terapéutica, validados por asociaciones profesionales del ámbito de la salud o por las experiencias de bibliotecas públicas hospitalarias o de cárceles.

El libro, la lectura y la biblioteca, aunque pueden ser recursos de apoyo terapéutico de valor, en procesos de rehabilitación, en cuanto pueden promover la voluntad de sanarse de las personas, no remplazan en ningún caso el trabajo de los terapeutas y del propio individuo, siendo este proceso lo que realmente “sana”.

En este sentido, se advierte que la auto-prescripción, sin evaluación o acompañamiento profesional, no es recomendable, toda vez que, según los expertos señalan, la consulta se hace de manera tardía en los casos de auto-prescripción, por este motivo se recomienda que frente a problemas de difícil superación, se busque la ayuda de profesionales de la salud mental.

## **2.2 Pautas para la selección de materiales bibliográficos**

La selección de materiales de esta naturaleza, implica valorar la reputación de la autoría, la calidad literaria de la obra en sí misma, estudiarlo físicamente y juzgarlo con criterios objetivos dados por la profesión bibliotecaria. No obstante aunque estas pautas son muy concretas y probadas por la experiencia profesional, se recomienda examinar y tener en cuenta las recomendaciones y/o directrices de otras profesiones, del ámbito de la salud mental como psicólogos, psiquiatras, entre otros (Véase Krauss Whitbourne, S. 2012).

Los elementos a tener en cuenta para evaluar las obras son<sup>10</sup>:

- a) Presentación física (diseño, encuadernación, etc.)
- b) Contenido intelectual: prestigio del autor, elementos constitutivos, organización del contenido, actualización, originalidad, etc.
- c) Utilidad para la organización
- d) Valor futuro

*Restricciones en la selección:*

“no forman parte del género [autoayuda] los libros de tipo práctico -salud, guías educativas para padres, dietas, sexualidad, jardinería, cocina- pues [...] son guías para ayudar a hacer, que no se interesan más que circunstancialmente por la dimensión subjetiva.” (Papalini, V., 2010)

*Criterios de selección de los autores:*

- a) Autores que presentan Evidencias Académicas o Científicas: autores que tienen una trayectoria académica, su trabajo central está orientado a la difusión de los avances en ciencias del comportamiento humano, las neurociencias y la salud mental, proporcionan evidencias académicas o científicas en sus propuestas y no tienen como eje central de su trabajo, el objetivo de dar recomendaciones o consejos explícitos para regir el comportamiento humano.
- b) Autores que proponen un Código Psicológico: aquellos autores que tienen una trayectoria en las ciencias del comportamiento humano, cuyo trabajo central está orientado a la difusión de conocimientos o buenas prácticas en salud mental y que proporcionan recomendaciones, incorporación de hábitos o sugerencias para regir el comportamiento humano.

---

<sup>10</sup>Martín-Gavilán, 2008.

- c) Autores que proponen un Código Filosófico: aquellos autores que ofrecen al lector una perspectiva; filosófica, de índole espiritual o de coaching.
- d) Autores que proponen un Código basado en Principios del Coaching: aquellos autores que ofrecen acompañamiento, instrucción a una persona, con el objetivo de desarrollar habilidades o para la consecución o cumplimiento de metas significativas.
- e) Autores que relatan experiencias de Resiliencia Personal: aquellos autores que ofrecen el testimonio o el relato de una experiencia vitales, donde han superado la adversidad y han activado recursos humanos relacionados con la resiliencia, y han dado un descubierto significado superior a sí mismos, proporcionando a los lectores un mensaje de esperanza.

*Temáticas sugeridas*

Las materias que se propone incluir en el desarrollo de la colección, provienen de la denominación tácita de las temáticas por las cuales se les suele encontrar en las guías o selecciones de libros, de esta área tan amplia de llamada Autoayuda o Desarrollo Personal.

**Tabla 3. Temáticas relativas a la Autoayuda**

Autobiografías.	Felicidad.
Amor y compasión.	Mindfulness.
Coaching; vida, ejecutivo, carrera.	Psicología positiva.
Espiritualidad.	Relaciones saludables.
Gratitud.	Resiliencia.
Habilidades blandas o sociales.	Vida como viaje del héroe.
Hábitos.	Visión, liderazgo, estrategia.

### 2.3 Evaluación e impacto de la colección

Es probable que establecer cuantitativamente cuánto puede favorecer el contar con estas colecciones al interior de las organizaciones, resulte difícil si no se cuenta con el apoyo y liderazgo de la jefatura. Uno de los inconvenientes es que tales valoraciones nos arrojen datos más cercanos a las demandas o expectativas personales, que a las necesidades o que las respuestas puedan tener un grado de confianza discutible.

Sin embargo, el enfoque de valoración cualitativo, centrado en el usuario visto como “cliente” o como “socio/amigo”, valora el que el cliente repita la consulta y cuenta con que este pueda generar una publicidad positiva del servicio. Al mismo tiempo, se ha demostrado que los clientes socio/amigo, resultan ser más sensibles a los cambios y en la defensa de las organizaciones de las cuales se sienten “fieles”.

Las ventajas de los estudios de uso no cuantitativo de colecciones, son descritas por Ana Pérez (2002), de las que destaco lo siguiente;

- a) proporcionan información para modificar programas particulares y evaluar la necesidad de nuevos servicios.
- b) proporcionan información tanto sobre los «éxitos» como sobre las deficiencias de la colección.
- c) permiten, en el mejor de los casos, mejorar las relaciones públicas al permitir el contacto directo con los usuarios.
- d) ayudan a identificar las tendencias —o intereses— cambiantes.

Por otra parte, quizás resulte útil de implementar, con apoyo de la tecnología o de la creatividad de cada servicio bibliotecario, el registro de las propias valoraciones de satisfacción del servicio y de los libros, por parte de los lectores, tal como lo hacen las librerías en línea como Amazon o Buscalibre.





Fig. 2. Valoración media de los clientes en Amazon. Fuente: google.

### 3. Las Bibliotecas de Felicidad: una experiencia en Chile

En los últimos años en Chile se acepta la corresponsabilidad de las prácticas en beneficio de la felicidad y el bienestar, tanto de las organizaciones, las universidades, del estado y de los ciudadanos.

En Chile, tanto la empresa privada como las organizaciones sin fines de lucro, universidades<sup>11</sup> y organizaciones gubernamentales han puesto énfasis en la felicidad y en prácticas de bienestar, por esto en los últimos años se observan diversas iniciativas relacionadas con el estudio de la felicidad, la meditación, entre otras prácticas. (Musa S. 2013, Barómetro de la felicidad en Chile. 2015).

El Barómetro de la Felicidad en Chile (Instituto de la Felicidad – Coca Cola, 1er.2011, 2do.2015) confirma la correlación de la satisfacción en el trabajo y la valoración positiva del estado de la salud en general, con la felicidad declarada del trabajador, los que reportan en la práctica laboral actividades en las que deben trabajar en equipo, tener labores creativas y que son estimulantes intelectualmente.

La propuesta de colección especial bibliográfica de bienestar y felicidad, sugerida como práctica para las organizaciones, se ha encontrado como un

<sup>11</sup> Universidad Adolfo Ibáñez.: Diploma felicidad organizacional: <https://goo.gl/M5ngep> Curso Felicidad Organizacional UAI-Eclass. <https://goo.gl/CKupEj>

servicio ofrecido por el Instituto del Bienestar en Chile (IBE)<sup>12</sup>, que ofrece a la venta 3 tipos de Felicitecas, en las áreas: Educacional, Hogar y Organizacional.

El interés por las llamadas Bibliotecas de felicidad, que presentamos en esta propuesta, proviene de presentar una alternativa, desde la práctica propiamente bibliotecaria, mediante la oferta de un servicio de valor, en el contexto de Servicios Bibliotecarios, que puede co-ayudar en la prevención de riesgos psicosociales e incrementar la sensación intersubjetiva de bienestar laboral.

En esta línea de argumentación, encontramos en Chile que la normativa legal sobre “Prevención de riesgos laborales”. Ley 31/1995<sup>13</sup>, Act. 2015, indica lo siguiente: “A efectos de la presente Ley y de las normas que la desarrollen: 1º Se entenderá por «prevención» el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo”. Artículo 4. Definiciones. Ley 31/1995.

Los bibliotecarios, más allá del tradicional Servicio de Recomendación de Libros, pueden contribuir a difundir un tipo de conocimiento práctico, asociado a la lectura, que deviene de su oficio profesional en contacto directo con las personas y con los recursos de información con un potencial valioso para la comunidad de usuarios donde sirve profesionalmente.

---

<sup>12</sup> Actualmente, se rediseña una propuesta, para hacerla más accesible a las instituciones interesadas en adquirirla. Contacto Felicitecas info@institutodelbienestar.cl

<sup>13</sup> Ley 31/1995, Chile. <https://goo.gl/ytKUYm>

## **4. Bibliografía, una selección.**

Acerca de esta selección, metodología: la selección de autores, se realizó en tres etapas; con un primer listado, basado en la selección de guías, libros, bibliografías especializadas, catálogos de editoriales, consulta en artículos especializados disponibles en Dialnet, E-Lis, Google académico, Wikipedia.

En segundo lugar, se realizó una validación del listado, con la reputación de la autoría, lo valorado por expertos en bienestar y salud mental, mediante el análisis de reseñas o recomendaciones en línea de psiquiatras, psicólogos, coach y la (no prescindible) recomendación de lectores en internet; Blogs, Facebook, Webs, Booktuber, valoración de lectoría en Amazon.

En una tercera etapa, se consultó la disponibilidad para la compra de los títulos seleccionados en; Google Books, Amazon, Buscalibre, Casa del libro España, Feria Chilena del Libro, otras librerías especializadas.

### **4.1 Títulos recomendados, una selección preliminar.**

Esta es una selección preliminar, puesto que corresponde a un cierto "canon" de autores y títulos, con un enfoque o perspectiva limitada por el tiempo, los conocimientos y los recursos consultados y las preferencias de la autora, la que seguramente serán perfectibles para posteriores ampliaciones o reducción, para una bibliografía más selecta.

#### **Autores que presentan Evidencias académicas o científicas:**

Brown, Brene. Frágil: el poder de la vulnerabilidad. 2016.

Covey, Stephen. Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva. 1989.

Csíkszentmihályi, Mihály. Fluir: Una psicología de la felicidad, 2003.

- Csikszentmihályi, Mihály. Aprender a fluir (Psicología). 1998.
- Davidson, Richard, Begley, Sharon. El perfil emocional de tu cerebro. 2012
- Germer, Christopher K., Bayés, Ramon, Simón, Vicente. La compasión: el Corazón del mindfulness. 2015.
- Goleman, Daniel. Inteligencia emocional. 1996.
- Goleman, Daniel. Focus: desarrollar la atención para alcanzar la excelencia. 2013
- Graciano, Loretta. Los hábitos de un cerebro feliz. 2016.
- Lyubomirsky, Sonja. La ciencia de la felicidad. 2008.
- Lyubomirsky, Sonja. Los Mitos de la Felicidad: Descubre las Claves de la Felicidad Auténtica, 2014.
- Kabat Zinn, Jon, Davidson, David. El poder curativo de la meditación. 2013.
- Kabat\_Zinn, Jon. Mindfulness para principiantes. Trad. David González. 2013.
- Kahneman, Daniel. Pensar rápido, pensar despacio, 2015.
- Koch, Richard. El principio del 80/20 el secreto de logra más con menos. 2008.
- Matthieu, Ricard. En defensa de la felicidad. 2005.
- Robinson, Ken, Arónica, Lou. El elemento, 2012.
- Puig, Mario Alonso. Reinventarse. 21 ed. 2012.
- Puig, Mario Alonso. El cociente agallas. 2015.
- Punset, Eduardo. El viaje a la felicidad: las nuevas claves científicas. 2005.
- Simón, Vicente. Aprender a practicar el mindfulness, 15 ed. 2017.
- Seligman, Martin. Florecer: la nueva psicología positiva y la búsqueda del bienestar. 2011.
- Seligman, Martin. La auténtica felicidad. 2011.

Siegel, Daniel J. Viaje al centro de la mente. 2017.

Autores que proponen un Código Psicológico:

Ben-Shahar, Tal. Ganar Felicidad: descubre los secretos de la alegría cotidiana y la satisfacción verdadera.

Ben-Shahar, Tal. Practicar la felicidad: un diario gratificante para tu realización en 52 semanas.2011.

Bradshaw, John. Volver a casa, 2015.

Carlson, Richard. No te ahogues en un vaso de agua. 2003.

Carr, Alan. Psicología positiva: la ciencia de la felicidad. 2007.

Ciaramicoli, Arthur, Ketcham, Katherine. El poder de la empatía. 2000.

Cirulnik, Boris. El amor que nos cura.2009.

Cirulnik, Boris. Autobiografía de un espantapájaros. 2009.

Cuddy, Amy. El poder de la presencia.2016.

Goldstein, Elisha. Descubre la felicidad con mindfulness. 2016.

Hillman, James. El pensamiento del corazón: el retorno del alma al mundo.

Moore, Thomas. El cuidado del alma.1998.

Pinkola, Clarissa, Mujeres que corren con lobos. Trad. 1998.

Pink, Daniel. La sorprendente verdad sobre lo que nos motiva. 2010.

Rojas, L. Como superar la adversidad. 2011.

Seligman, Martin. Aprenda optimismo: haga de la vida una experiencia maravillosa. 1998.

Siegel, Ronal D. La solución mindfulness: prácticas cotidianas para problemas cotidianos. 2011.

Siegel, Daniel J. Mindsigth: la nueva ciencia de la transformación personal. 2009.

**Autores que proponen un Código Filosófico:**

Beck, Martha. Encuentre su propia estrella polar. 2004.

Botton, Alain. Como cambiar la vida con Proust, 2001.

Campbell, Joseph. El poder del mito.2016.

Chardin, Teilhard. El fenómeno humano. 1955.

Cutler, Howard. El arte de la felicidad: Dalai Lama. 2010.

Dyer Wayne. Tus zonas erróneas, 1976.

Dyer, Wayne. Magia auténtica. 1992.

Dyer, Wayne. Todo lo que puedas imaginar. 2013.

Frankl, Viktor. El hombre en busca de sentido. 1946. Trad. 2015.

Hay, Louise. Usted puede sanar su vida.[1984]. 31 ed. 2015.

Kaplan, Janice. Diario de gratitud.2016.

Kübler\_Ross, Elisabeth, Kessler, David. Lecciones de Vida. 2003.

Nhat Hanh, Thich. Felicidad: prácticas esenciales de mindfulness. 2014.

Nhat Hanh, Thich. El milagro del mindfulness. 2014

Pearson, Carol. Despertando los héroes interiores.2010.

Rand, Ayn. La rebelión de atlas. [1957]. Trad. 2004.

Riso, Richard, Hudson, Russ. La sabiduría del eneagrama.2000.

Thoreau, Henry. Walden, o la vida en los bosques y del deber de la desobediencia civil. 2 ed. 2010.

**Autores que proponen un Código basado en Principios del Coaching:**

Bandler, Richard, Grinder, John: La estructura de la magia.Vol.1. 2005.

Carnegie, Dale. Como ganar amigos e influir sobre las personas. 2008.

Dilt, Robert. El viaje del héroe: un camino de autodescubrimiento, 2011.

Dolan, Simon L. Coaching por valores.2012

Fusté Mónica. Superacción.2013.

Grinder, John, Bandler, Richard. De sapos a príncipes. 2005.

Kinsey-House, Henry, Kinsey-House, Karen, Sandahl, P., Whitworth, L.  
Coaching co-activo. 3 ed. 2014.

Maxwell , Jhon C. Las 21 leyes irrefutables del liderazgo. 1998.

Robbins, Anthony. Poder sin límites: la nueva ciencia del desarrollo personal,  
2011.

Gallwey, Timothy. El juego interior del tenis. 2006.

O'Connors, Joseph. Coaching con PNL. 2005.

Robbins, Anthony. Despertando al gigante interior. 2014.

Whitmore, John. Coaching: El método para mejorar el rendimiento de las  
personas. 2016.

Wolk, Leonardo. El arte de soplar las brasas. 2012.

### **Autores que relatan experiencias de resiliencia personal**

Byron, Katie, Michell, Sthefhen. Amar lo que es: cuatro preguntas que pueden cambiar tu vida. 2009.

Melgarejo, Xavier. Transformar la adversidad.2017.

Millman, Dan. El guerrero pacífico, 1998.

Franlinn, Benjamin, Autobiografía [1791].2012.

Mandela, Nelson. Un largo camino hacia la libertad. 1994.

Pausch, Randy. La última lección. 2015.

Pressfield , Steve. La guerra del arte. 2013.

Vujicic, Nick. Una vida sin límites. 2007.



## Referencias

1. Ampudia de Haro, Fernando. 2015. Administra el yo: literatura de autoayuda y gestión del comportamiento y los afectos. En: *Reis: Revista Española de Investigaciones sociológicas*. [en línea] <https://goo.gl/UMqrpK>
2. Barómetro de la felicidad en Chile. 2015. Instituto de la Felicidad, Coca-Cola de Chile, Instituto de Sociología de la Pontificia Universidad Católica. [en línea]. <https://goo.gl/RWVkbk>
3. Bejár, Helena. Códigos de conducta, argumentos y valores en la literatura de consejos. En: *Papeles del CEIC*. [en línea] 1 marzo, 2011. <https://goo.gl/n4yo6n>
4. Bueno., Gustavo. 2005. El mito de la felicidad. [en línea] <https://goo.gl/z3zhZN>
5. Caniggia, Laura. 17 julio 2009. Si te hace falta un consejo. Autoayuda: entre la literatura y el marketing del yo. [en línea].En: Voltairenet.org. <https://goo.gl/F23FmQ>
6. Instituto del bienestar. Boletín de la felicidad, marzo. 2016. [en línea]. <https://goo.gl/wPzs8F>
7. Krauss Whitbourne, Susan. Mayo 22, 2012. Five things your need to know. [en línea] <https://goo.gl/p5TsyD>
8. Martín-Gavilán, César. 2008. Temas de Biblioteconomía: Selección y adquisición de materiales. Criterios para la formación, mantenimiento y evaluación de la colección bibliográfica. [en línea] <https://goo.gl/krKqtC>
9. Musa Salech, Gada. 2013. Mindfulness y autocompasión: un estudio correlacional en estudiantes universitarios. Universidad de Chile. [en línea]. <https://goo.gl/E7Qioa>

10. Núñez Paula, Israel Adrián. 2002. Inteligencia emocional en las entidades de información ¿Cómo encauzar los afectos en bien de la organización? *ACIMED*. [en línea] vol. 10, n. 1. <https://goo.gl/X2kduX>
11. Papalini, Vanina Andrea. 2010. Libros de autoayuda: Biblioterapia para la felicidad. En: *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social* . [en línea] <https://goo.gl/ZDHaF7>
12. Pérez López, Ana. 2002. La evaluación de colecciones: métodos y modelos. En: *Documentación de las ciencias de la Información*. [en línea] <https://goo.gl/5jKWjS>
13. Silva, Magdalena. Habilidades blandas fundamentales para el desarrollo personal. En: *Revista educar CIDE*. 13, 12, 2013. [en línea]. <https://goo.gl/bnPpmE>
14. Teixeira, Jussara. 2013. Don't worry be happy. La felicidad: fragmentos de una idea. En: *UIC: Foromultidisciplinario*. Enero-febrero. pp. 11-15. [en línea]. <https://goo.gl/QUEBea>
15. Toselli, Benjamín. 2015. Las 17 habilidades blandas más solicitadas para cargos TIC en Chile. En: *América Economía*. [en línea] Vol.23, n. 4. <https://goo.gl/ayJocS>
16. Vera Poseck, Beatriz. 2006. Acercarse a la psicología positiva a través de una bibliografía comentada. En: *Clínica y salud*. [en línea] Vol. 17, n 3. <https://goo.gl/JEnjfQ>

**Serie Bibliotecología y Gestión de Información**

Títulos publicados 2017

- N°98 [Bibliotecólogos en Chile: educación y mercado. Ingrid Espinoza Cuitiño; María Luisa Arenas Franco](#)
- N°99 [Archivos de la represión en Chile: entre el acceso y la desclasificación](#)
- N°100 [Tendencias en Bibliotecología y Ciencias de la Información: una mirada para el rediseño curricular](#)

## NORMAS DE PUBLICACION

- **Objetivos**

La **Serie Bibliotecología y Gestión de Información** tiene por objetivo difundir la productividad, académica, las investigaciones y las experiencias de profesionales del área de la de Bibliotecología y Ciencia de la Información y del sector afín al mundo del libro y la lectura.
- **Alcance y política editorial**

Los trabajos a ser considerados en la Serie Bibliotecología y Gestión de Información, deben ser inéditos, no publicados en otras revistas o libros. Excepcionalmente el Comité Editorial podrá aceptar artículos que no cumplan con este requisito.

  - **Arbitraje:** Los artículos recibidos serán sometidos a evaluación, a recomendación del Director de la Serie, donde el Comité Editorial enviará los trabajos a árbitros independientes para su aceptación o rechazo. En este último caso, se emitirá un informe al autor/a donde se señalen las razones de la decisión. El Comité Editorial podrá solicitar trabajos a autores de reconocido prestigio, quienes no serán sometidos al proceso de evaluación por árbitros.
- **Forma y preparación de manuscritos**
  - **Extensión:** El artículo deberá tener una extensión entre 12 y 100 páginas, tamaño carta, espacio 1,5, cuerpo 12, incluidos gráficos, cuadros, diagramas, notas y referencias bibliográficas.
  - **Idiomas:** Se aceptan trabajos en castellano, portugués e inglés, los cuales serán publicados en su idioma original.
  - **Resumen y palabras claves:** El trabajo deberá tener un resumen en español e inglés en la primera página, de no más de 200 palabras, que sintetice sus propósitos y conclusiones más relevantes. De igual modo, deben incluirse tres palabras claves, que en lo posible no se encuentren en el título del trabajo, para efectos de indización bibliográfica.
  - **Nota biográfica:** En la primera página, en nota al pie de página, deben consignarse una breve reseña curricular de los/as autores/as, considerando nacionalidad, título y/o grados académicos, desempeño y/o afiliación profesional actual y sus direcciones de correo electrónico, para posibles comunicaciones de los/las lectores/as con los autores/as.
  - **Referencia bibliográfica:** Utilizar para las referencias bibliográficas la modalidad de (Autor, año) en el texto, evitando su utilización a pie de página. Ejemplo: (González, 2006). Agregar al final del texto, la bibliografía completa. Sólo con los/las autores/as y obras citadas, numeradas y ordenadas alfabéticamente. Para el formato de la bibliografía, utilizar la "Guía para la presentación de referencias bibliográficas de publicaciones impresas y electrónicas" disponible en formato electrónico en : <http://eprints.rclis.org/6944/1/ReferenciasBibliograficas.pdf>
  - **Derechos:** Los derechos sobre los trabajos publicados, serán cedidos por los/as autores/as a la **Serie**.
  - **Investigadores jóvenes:** El Comité Editorial considerará positivamente el envío de trabajos por parte de profesionales y/o investigadores/as jóvenes, como una forma de incentivo y apoyo a quienes comienzan su carrera en investigación.
    - Ejemplares de cortesía: Los/as autores/as recibirán un ejemplar de cortesía del trabajo publicado.
- **Envío de contribuciones**

Todas las colaboraciones deberán ser enviadas impresas en duplicado. Los autores/as podrán remitir sus artículos en CD, o al correo electrónico: [hector.gomez@utem.cl](mailto:hector.gomez@utem.cl) , en programa Word (office).