

## Martin Seligman



**Por Mayra Figueroa de Quevedo**  
Psicóloga Clínica  
y Psicoterapeuta  
Master en Educación Superior

Seligman nace en Albany Nueva York el 12 de agosto de 1942. Obtiene su B.A en Filosofía por la Universidad de Princeton en 1964, Doctorado en Psicología por la Universidad de Pensilvania en 1967. Le otorgan un Doctorado "Honoris Causa" por la Universidad de Uppala, Suecia en 1989 y otro Doctorado "Honoris Causa" por la Universidad Complutense de Madrid en 2004. Durante ese período empieza a investigar sobre los sentimientos de indefensión aprendida, impotencia y pesimismo, y descubre que cuando las personas sienten que no tienen el control sobre las situaciones que les aquejan, tienden a desistir o claudicar en lugar de pelear por obtenerlo. Toda su investigación ha tenido una repercusión muy importante en la prevención y tratamiento de la depresión.

Su trabajo de investigación lo llevó a interesarse particularmente sobre el sentimiento de optimismo, el cual devendría como una nueva rama de estudio de la psicología a la que se le llama Psicología Positiva.

En 1998 fue electo presidente de la Asociación Americana de Psicología, tras haber obtenido la mayor cantidad de votos en la historia para la elección de un presidente de APA. Desde ese entonces, su propósito ha sido unir la ciencia y la práctica para que ambas puedan florecer.

Actualmente, Seligman es profesor de Psicología y Director del Centro de Psicología Positiva en la Universidad de Pensilvania. Es reconocido por su trabajo académico y por sus libros, los cuales han llegado a ser Best

Sellers. Ha escrito alrededor de veinte libros traducidos a veinte idiomas y doscientos artículos de motivación. Su trabajo más reciente es "La Auténtica Felicidad" (Free Press, 2002).

También ha recibido múltiples premios y reconocimientos a lo largo de su carrera, entre los más importantes se encuentran, "William James" por parte de la APA por su contribución a las ciencias y el premio James Mckeen Cattle por la aplicación del conocimiento de las ciencias psicológicas.

Durante catorce años ha sido Director del Programa de entrenamiento clínico de la Facultad de Psicología de la Universidad de Pensilvania, fundador y editor en jefe de la Revista Prevención y Tratamiento, revista on line de la APA. Ha sido presidente de la División de Psicología Clínica de la Asociación Americana de Psicología (APA). Es Director Científico de la Foresight, Inc., una compañía que predice el éxito en varios campos de la vida.

Su mayor interés ha sido trabajar por la iniciativa que se dedica a temas de intervención en guerras etno-políticas y al estudio de la psicología positiva, por lo que ha dedicado gran parte de su atención a la formación de psicólogos positivistas, cuya práctica hacen que el mundo sea un lugar más feliz para vivir.

Disponible en : <http://proyectopsicologiapositiva.blogspot.com/2010/02/dr-martin-seliman.html>  
Disponible en : <http://www.ppc.sas.upenn.edu/bio.htm>  $\Psi$

Recibido el 20-02-2012 / Aceptado el 02-03-2012