



ANEXO II

SOLICITUD DE LA DEFENSA Y EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE FIN DE GRADO
CURSO ACADÉMICO 201 /

Apellidos y nombre del estudiante	Solo de Zaldívar del Amo, Paloma.
DNI	76883832-F
Grado en Psicología/Logopedia	GRADO EN PSICOLOGÍA
Universidad o Institución de destino¹	UNIVERSIDAD DE MÁLAGA
Título del TFG	Personalidad, resiliencia y satisfacción vital.
Tutor/a de TFG de la UMA	Carmen Ramírez Maestre
Tutor/a Colaborador/a externo/a	
Cotutor/a²	
Departamento	Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico
Área de Conocimiento	Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico
Valoración del Tutor/a³	FAVORABLE

SOLICITA:

La defensa y evaluación del Trabajo de Fin de Grado que arriba se describe, en la Convocatoria de Junio de 2017 :

Málaga, a 15 de Junio 2017

Firma del Tutor/a:

Carmen Ramírez-Maestre

Firma del estudiante:

¹Para el alumnado acogido a programas de movilidad o que desarrollen el TFG en otra institución.

²En casos excepcionales podrá existir la figura de un/a cotutor/a, previa autorización de la Comisión de TFG.

³FAVORABLE o NO FAVORABLE.



ANEXO IV

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE FIN DE GRADO

CURSO ACADÉMICO 2016/7

Nombre y apellidos del estudiante	Paloma Solo de Zaldívar del Amo
DNI	76883832F
Universidad o institución de destino ¹	
Título del TFG	Personalidad, resiliencia y satisfacción vital.
Tutor/a de TFG de la UMA	Carmen Ramírez Maestre
Departamento	Persolanidad, Evaluación y Tratamiento psicológico.
Área de conocimiento	Personalidad

DECLARO BAJO JURAMENTO O PROMESA:

Que los documentos presentados son originales e inéditos, no habiéndose utilizado para la evaluación de ninguna otra asignatura del plan de estudios cursado.

Esta declaración se realiza bajo la responsabilidad de quien la suscribe, a los efectos de participar en la Defensa del Trabajo de Fin de Grado.

En Málaga, a 11 de Junio de 2017

Firma del estudiante:

¹ Para los alumnos acogidos a programas de movilidad o que desarrollen el TFG en otra institución.

Personalidad, resiliencia y satisfacción vital.

Trabajo de Fin de Grado.

**Facultad de Psicología,
Universidad de Málaga.**



Autora: Paloma Solo de Zaldívar del Amo

Tutora: Carmen Ramírez Maestre

Fecha: Junio 2017

1. Resumen

El presente trabajo analiza la relación existente entre resiliencia, satisfacción vital y las variables de personalidad extraversión, neuroticismo y psicoticismo. Para ello, se utilizó una muestra de 110 sujetos, todos ellos estudiantes de psicología que completaron los cuestionarios *Escala de Resiliencia (RS-18)*, *Versión Reducida del Cuestionario Revisado de Personalidad de Eysenck (EPQ-RA-24)* y *Cuestionario de Satisfacción Vital (SWLS)* a través de la plataforma virtual de la Universidad de Málaga. Los datos obtenidos fueron analizados para realizar análisis descriptivos y de correlaciones (de Pearson y estructurales). Los resultados obtenidos mostraron una relación positiva entre extraversión, resiliencia y satisfacción vital y una relación negativa entre neuroticismo, resiliencia y satisfacción vital. Los resultados para la variable psicoticismo no fueron significativos. Se halló también una relación positiva entre resiliencia y satisfacción vital.

Palabras clave: resiliencia, extraversión, neuroticismo, psicoticismo, satisfacción vital.

Abstract

This present study aims to explore the relationship between resilience, subjective well-being and the personality traits extraversion, neuroticism and psychoticism. For that, a sample of 110 students was used. They completed the questionnaires of *Escala de Resiliencia (RS-18)*, *Versión Reducida del Cuestionario Revisado de Personalidad de Eysenck (EPQ-RA-24)* and *Cuestionario de Satisfacción Vital (SWLS)* through the virtual platform of the University of Malaga. The results showed a positive relationship between extraversion, resilience and subjective well-being and a negative relationship between neuroticism, resilience and subjective well-being. Results for psychoticism were not significant. A positive relationship between resilience and subjective well-being was also found.

Key words: resilience, extraversion, neuroticism, psychoticism, subjective well-being.

2. Introducción

El estudio de la resiliencia ha adquirido un marcado protagonismo en la actualidad dentro de la disciplina psicológica. Sin embargo, a pesar de su indudable relevancia en el campo de la salud, no existe un consenso sobre su definición (Ruiz y López, 2012). Según la RAE, el término procede del inglés *resilience*, y este del latín, de la palabra *resilium*, *resiliens-entis* (saltar hacia atrás, rebotar, replegarse). Es un término, a su vez, que se toma de la resistencia de los materiales que se doblan sin romperse para recuperar la situación o forma original. En psicología, cuando un sujeto o grupo es capaz de hacerlo, se dice que tiene una resiliencia adecuada y puede sobreponerse a contratiempos o incluso resultar fortalecido por estos. Por otro lado, algunos autores la entienden como un conjunto de procesos (Rutter, 1999) o como una combinación de factores (Suárez, 1995). Ruiz y López en su revisión de 2012 encuentran, de hecho, que el concepto queda dividido entre los autores que la definen como un rasgo psicológico o cualidad y los que la entienden como una capacidad. En 1995 Grotberg definió la resiliencia psicológica como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas. Sin embargo, no todos se recuperan igual y es esto lo que lleva a plantearse el porqué de la recuperación de unos individuos ante ciertas situaciones de adversidad mientras que, ante el mismo escenario, otros individuos no se recuperan (Raúl Carretero, 2010). A partir de este interrogante empiezan a desarrollarse estudios sobre resiliencia.

Los primeros estudios sobre la resiliencia se realizaron en individuos con esquizofrenia, en personas expuestas al estrés y pobreza extrema, y sobre el funcionamiento de los individuos que experimentaron hechos traumáticos tempranamente en sus vidas (Cicchetti, 2003). De hecho, un estudio longitudinal con una muestra de 698 niños nacidos en Hawaii en condiciones desafortunadas durante los años treinta fue uno de los primeros trabajos científicos que impulsó el estudio de la resiliencia. Estos niños, treinta años más tarde, habían evolucionado positivamente, convirtiéndose en adultos competentes y bien integrados (Werner y Smith, 1982; 1992).

El origen del estudio de la resiliencia en psicología y psiquiatría procede, por tanto, de los esfuerzos por conocer la etiología y desarrollo de la psicopatología, especialmente de

los niños en riesgo de desarrollarla debido a enfermedades mentales de los padres, problemas perinatales, conflictos interpersonales, pobreza o una combinación de varios de estos factores (Masten, 1999; Rutter, 1985, 1987). Sin embargo, la investigación en psicología positiva se centra no tanto en la psicopatología, sino en el bienestar y su relación con la resiliencia. Los trabajos en esta disciplina concluyen la existencia de una relación positiva entre ambos factores (Poseck, Baquero, y Jiménez, 2006). De hecho, se puede deducir de las investigaciones actuales sobre estos temas que las personas son más fuertes de lo que los psicólogos han considerado (Bonanno, 2004) y que, debido a un acontecimiento traumático, éstas son capaces de crecer y aprender (Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, 2001), de encontrar caminos y obtener beneficios (Tedeschi y Calhoun, 2000) e, incluso, de experimentar algunas emociones positivas tales como amor, gratitud o interés (Fredrickson y Tugade, 2003).

Entendiendo la resiliencia como un conjunto de características personales del individuo, se puede esperar que la resiliencia y ciertas características de personalidad estén estrechamente vinculadas. Hans Eysenck desarrolló su conocido modelo PEN de personalidad en el que identifica tres dimensiones independientes de la personalidad: Neuroticismo (N), Extraversión (E) y Psicoticismo (P). Schmidt et cols., 2010, recogen en su publicación la definición de personalidad que desarrolló Eysenck en su modelo, según la cual, la personalidad es un conjunto de características estables y consistentes relativas al carácter, el temperamento, el intelecto y la biología del individuo (Eysenck y Eysenck, 1985).

El modelo PEN incluye tres rasgos temperamentales explicados por Eysenck de la siguiente forma:

El neuroticismo o inestabilidad emocional se relaciona con la reacción emocional fuerte ante los estímulos, siendo difícil para el individuo volver al estado basal. Los factores de segundo orden de este rasgo primario son la tendencia a sentirse ansioso, deprimido, tenso, irracional, tímido, triste, emotivo, con baja autoestima y sentimientos de culpa (Eysenck, 1990).

La extraversión supone un acercamiento dinámico y directo al medio social. Los factores de segundo orden del rasgo extraversión son tales como la tendencia a ser sociable,

vivaz, activo, asertivo, buscador de sensaciones socializadas, despreocupado, dominante, espontáneo y aventurero (Eysenck, 1990). Eysenck (Eysenck y Eysenck, 1985) destacó dos rasgos fundamentales de la extraversión: la sociabilidad y la actividad.

Por último, altas puntuaciones en psicoticismo se relacionan con una sensibilidad dura, siendo individuos difíciles de conmovir. Algunos de los rasgos secundarios presentes en esta dimensión temperamental son la tendencia a ser agresivo, hostil, frío, egocéntrico, impersonal, impulsivo, antisocial, creativo, rígido y poco empático. (Eysenck, 1990).

Schmidt y colaboradores (2010), destacan el valor predictivo de estos tres rasgos de personalidad explicados en los anteriores párrafos, en tanto que hacen referencia a la tendencia más o menos estable de reaccionar ante diversas situaciones.

Respecto a la resiliencia, atendiendo a la propuesta recogida por Grotberg (1995), puede ser considerada como la capacidad para hacer frente a las situaciones más adversas y superarlas, e inclusive, ser transformados por ellas. Son muchos los trabajos que apoyan la idea de la resiliencia como una fuente importante de bienestar subjetiva, además de estar correlacionada con alta afectividad positiva y baja afectividad negativa (Liu, Wang y Li, 2012; Tugade, Fredrickson y Barrett, 2004). La literatura empírica señala que los individuos más resilientes mantienen una mejor salud tanto física como psíquica gracias a la capacidad de los mismos para amortiguar los efectos negativos de los acontecimientos más traumáticos de sus vidas (Connor y Davidson, 2003), y para salir beneficiados de ellos (Ryff y Singer, 2000). Es por esto que la resiliencia parece ser una fuente importante de bienestar subjetivo o satisfacción vital.

Desde una concepción de la resiliencia como característica del individuo, cabría esperar que ciertas características de personalidad se relacionasen con la resiliencia de los sujetos. En esta misma dirección, la literatura empírica recoge varios trabajos que esclarecen la relación entre personalidad y resiliencia. En 1992, Werner y Smith apoyan este postulado dado que los resultados de su estudio indicaban que los niños que tenían un temperamento fácil (manejables, que afrontan con placer las situaciones y los objetos nuevos) se convertían en adultos más resilientes que los que tenían un temperamento difícil (inestables, irritables y poco adaptables). Un estudio de Eley y colaboradores (2013), muestra cómo la resiliencia

está positivamente relacionada con ciertas características de personalidad tales como el optimismo, la madurez o la perseverancia. Estudios empíricos anteriores muestran cómo la extraversión está relacionada positivamente con la resiliencia, mientras que el neuroticismo está negativamente relacionado con la resiliencia (Campbell-Sills, Cohan y Stein, 2006; Riolli, Savicki y Cepani, 2002). Por otro lado, Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge y Hjemdal (2012) hallan una correlación positiva entre resiliencia y personalidad bien adaptada, sobre todo, con personalidad extravertida. Discriminaron entre personalidad bien adaptada y personalidad vulnerable siguiendo los criterios del modelo de los cinco grandes factores de personalidad (BIG-5). En su estudio, contaron con una muestra de 482 sujetos y compararon la resiliencia con los factores de personalidad obtenidos mediante el BIG-5 y 5-Personality Factor (5PFs), además de con otros factores como habilidades cognitivas e inteligencia social. Como resultado obtuvieron que todos los factores de resiliencia se correlacionaban positivamente con la personalidad bien adaptada. Otro estudio empírico más que demuestra la relación entre resiliencia y personalidad es el de Grace Fayombo, en 2010, en el que la autora mide la relación entre los cinco factores de personalidad y la resiliencia psicológica. Para ello cuenta con una muestra de 397 adolescentes caribeños estudiantes de secundaria. Diseñó un instrumento de medida para la resiliencia y analizó los datos, obteniendo como resultado una correlación positiva entre extraversión y resiliencia y una correlación negativa entre neuroticismo y resiliencia.

Otras investigaciones hallan correlaciones positivas entre extraversión, felicidad y resiliencia y correlaciones negativas entre neuroticismo, felicidad y resiliencia. Por ejemplo, Liu, Wang y Li, (2012); Tugade, Fredrickson y Barrett, (2004) utilizaron instrumentos tales como Inventario Neo de los Cinco Factores (NEO-FFI), el Inventario de Felicidad de Oxford (OHI) y Escala de Resiliencia de Connor y Davidson (CD-RISC) y encontraron estos resultados. Lü, Wang, Liu y Zhang, (2014) analizan la relación entre la personalidad, la resiliencia y el bienestar en una muestra de 289 estudiantes universitarios. La medición de las variables estudiadas se efectúa a través del NEO-FFI, CD-RISC, OHI, y la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS). Los resultados mostraron que la extraversión tiene una correlación positiva con la resiliencia, la felicidad y el afecto positivo, mientras que el neuroticismo tiene una correlación negativa con la resiliencia, la felicidad y el afecto positivo; por otro lado, la correlación es positiva con el afecto negativo. Esto parece indicar que la resiliencia es una

fuerza importante de bienestar subjetivo. Además, los autores concluyen que la resiliencia media parcialmente la relación entre la extraversión y la felicidad.

Sarubin y colaboradores (2015) analizan los acontecimientos traumáticos, la resiliencia, el bienestar y la personalidad en una muestra de 201 sujetos adultos. El estudio concluye que la extraversión y el neuroticismo median la relación entre la resiliencia y el bienestar. Por otro lado, sostienen que los acontecimientos vitales determinarán los niveles de resiliencia, más allá de las características de personalidad del individuo.

Con respecto al psicoticismo, los resultados de la literatura empírica son escasos y no concluyentes. Así, Ciarrochi y Heaven (2006) encuentran que el psicoticismo está relacionado con menores niveles de felicidad y bienestar y mayores niveles de hostilidad y agresividad. Sin embargo, Hills y Argyle, (2002) realizan un estudio de la relación de los rasgos de personalidad y el bienestar subjetivo, utilizando para ello el Cuestionario de Personalidad de Eysenck (EPQ) y OHI. La asociación entre psicoticismo y felicidad era estadísticamente no significativa, coincidiendo con los resultados hallados en un estudio dos años antes, realizado por estos mismos autores.

Por tanto, estos y otros estudios parecen indicar que la resiliencia, el bienestar y los factores de personalidad están relacionados.

El objetivo del presente trabajo es analizar la relación entre los factores de personalidad, la resiliencia y la satisfacción vital. Se espera encontrar una relación positiva entre la extraversión y la resiliencia y negativa entre neuroticismo y resiliencia. A pesar de la escasez de datos al respecto, los trabajos de Ciarrochi y Heaven (2006) permiten esperar una relación negativa entre el psicoticismo y la resiliencia.

Por otro lado, atendiendo a la literatura científica al respecto, se postula una relación positiva entre resiliencia y satisfacción vital. Lo que aquí se propone es un modelo en el que las variables temperamentales influirán en los niveles de resiliencia y, a través de la misma, se relacionarán con el bienestar subjetivo del individuo. Por lo tanto, se espera que la resiliencia juegue un papel mediador entre la personalidad y el bienestar subjetivo.

3. Método

En este trabajo se procede a analizar la relación entre los factores de personalidad (neuroticismo, extraversión y psicoticismo), la resiliencia y la satisfacción vital. Además, se estudiará también en qué medida la resiliencia es una variable mediadora entre personalidad y bienestar.

Participantes

Un total de 110 estudiantes de psicología de primer curso, de la Universidad de Málaga. Las edades de los participantes están comprendidas entre 17 y 29, con una media de 18' 58 años. La representación de sexos ha sido de 24 chicos frente a 86 chicas.

Materiales e instrumentos

En la plataforma virtual de la asignatura de "Psicología de las Diferencias Humanas", se habilitó una encuesta voluntaria con la que el alumnado podía añadir 0'1 puntos a su nota final. En ella se incluyeron datos relacionados con la edad y el sexo de los participantes así como cuestionarios para medir la satisfacción vital, la resiliencia y la personalidad. La base de datos se analizó de forma anónima y los cuestionarios incluidos son los siguientes:

- Escala de Resiliencia (RS-18). Se trata de una escala adaptada por Ruiz-Párraga, López-Martínez, y Gómez-Pérez, 2012, de la escala original de Wagnild y Young (1993). Esta consta de 18 ítems que miden la resiliencia en un solo factor en una escala del 1 (desacuerdo) al 7 (de acuerdo). La escala tiene alta consistencia interna ($\alpha=0,93$) y representa un instrumento fiable y válido para evaluar esta variable (Ruiz-Párraga, et al. 2014). Algunos ítems de ejemplo que aparecen en la escala son "Cuando hago planes, soy persistente con ellos", "Suelo encontrar cosas con las que reírme" o "No me estanco en las cosas que no tienen solución".

- Versión Reducida del Cuestionario Revisado de Personalidad de Eysenck (EPQ-RA-24). Esta versión reducida tiene 24 ítems que evalúan las dimensiones extraversión (E), neuroticismo (N) y psicoticismo (P), así como la escala de disimulo/conformidad (L). Los autores Sandín, Valiente, Chorot, Montes Y Germán, (2002) proporcionan niveles apropiados de fiabilidad (consistencia interna) y validez convergente y divergente para evaluar las dimensiones de personalidad de Eysenck. Las fiabilidades de consistencia temporal son 0'80 para la escala E, 0'86 para la N y 0'71 para la P. Algunos ítems para medir E son “¿Generalmente toma la iniciativa al hacer nuevas amistades?” o “¿Puede animar fácilmente una fiesta aburrida?”. Los ítems que sirven para evaluar N son algunos como “¿Su estado de ánimo sufre altibajos con frecuencia?” o “¿tiene a menudo sentimientos de culpabilidad?”. Los ítems que aparecen para medir P son, entre otros, “Para usted, ¿los límites entre lo que está bien y lo que está mal son menos claros que para la mayoría de la gente?” o “Generalmente, ¿reflexiona antes de actuar?”.
- Cuestionario de Satisfacción Vital (SWLS). Este instrumento está constituido por 5 ítems que están relacionados con la satisfacción vital. Es una escala tipo Likert, en la que los sujetos han de responder con valores del 1 (muy en desacuerdo) al 7 (totalmente de acuerdo). Las puntuaciones más altas son directamente proporcionales a una mayor satisfacción con la vida y bienestar. El instrumento tiene una buena fiabilidad interna ($\alpha=0.86$) (Diener et al., 1985). Los ítems que aparecen en este cuestionario son algunos como “Mi vida, en casi todo, responde a lo que aspiro” o “Si volviese a nacer, no cambiaría casi nada de mi vida”.

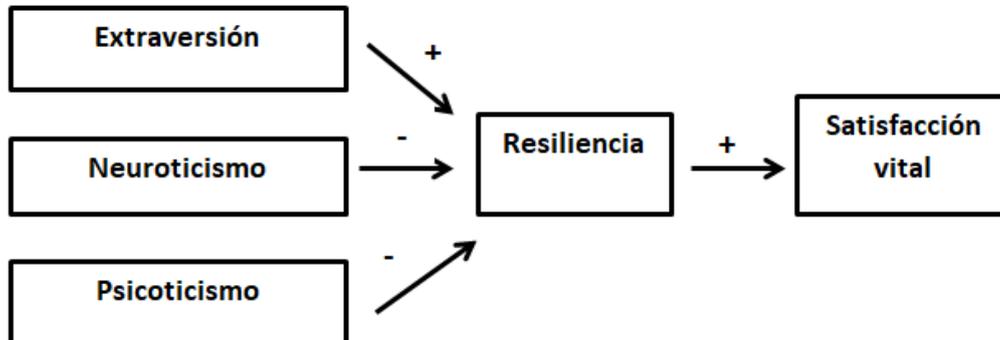
Una vez que habían contestado a las preguntas y se habían obtenido los resultados, se pasó a analizar estadísticamente los datos.

Análisis de datos

Se realizó un análisis descriptivo de la muestra y un análisis de correlaciones de Pearson entre las variables constituyentes del modelo utilizando el paquete estadístico SPSS V.15. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis de ecuaciones estructurales mediante el programa LISREL 8.8., cuyo modelo hipotético analizado puede verse reflejado en la figura 1.

FIGURA 1

Modelo hipotético



Para la evaluación del modelo se utilizaron los siguientes índices de ajuste: el estadístico de ajuste absoluto, que se corresponde con Chi-cuadrado dividido entre sus grados de libertad y debe ser menor que 2; el Índice de Bondad de ajuste (GFI), que se refiere a la cantidad de matriz de correlación que se observa y queda explicada por el modelo; el Índice ajustado de bondad de ajuste (AGFI), que es el GFI ajustado a los grados de libertad del modelo y que se refiere a la diferencia entre el número de ecuaciones y los factores desconocidos, y el Índice comparativo de ajuste (CFI), el cual compara el ajuste entre el modelo propuesto y otros modelos posibles, ya sea específicamente o generados aleatoriamente por el software. Todos estos índices fluctúan entre 0 y 1, tomando como criterio valores mayores o iguales a 0.95 y siendo 1 un ajuste perfecto y 0 la ausencia de ajuste. Por otro lado, la raíz del error cuadrático promedio (RMR) debe ser próxima a 0, y la raíz del error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) es el promedio de los residuos entre la correlación observada de la muestra y el modelo esperado estimado de la población. Este indica que cuando más cercano a 0, mejor es el ajuste, siendo los valores inferiores a 0.08 indican un ajuste adecuado.

Tabla 1*Medias y desviaciones típicas de las variables*

	Resiliencia	Satisfacción vital	Extraversión	Psicoticismo	Neuroticismo
N	110	110	110	110	110
Media	87,1545	24,8545	3,4636	2,0000	3,1545
Desv. típ.	16,21823	5,46018	1,99852	1,56217	2,10367
Mínimo	40,00	8,00	,00	,00	,00
Máximo	119,00	34,00	6,00	6,00	6,00

4. Resultados

En la tabla 2 se muestran las correlaciones entre variables del estudio incluidas en el modelo hipotético. Partiendo de lo que expuso Cohen (1988), se evaluarán las correlaciones como bajas desde 0.10 a 0.29, moderadas desde 0.30 a 0.49 y altas desde 0.5 hasta 1.

Tabla 2

Correlaciones entre las variables incluidas en el modelo hipotético

	1	2	3	4	5
1. RESILIENCIA	1				
2. SATISFACCIÓN VITAL	,733**	1			
3. EXTRAVERSIÓN	,398**	,306**	1		
4. PSICOTICISMO	-,208*	-,281**	,073	1	
5. NEUROTICISMO	-,627**	-,548**	-,196*	,240*	1

Nota: * $p < .005$; ** $p < .001$

En la tabla 2 se muestra que existen correlaciones estadísticamente significativas ($p < .001$), altas y positivas entre: extraversión y resiliencia así como extraversión y satisfacción vital. Las correlaciones son también altas y significativas entre neuroticismo y resiliencia y neuroticismo y satisfacción vital, aunque la correlación entre las mismas es negativa.

El psicoticismo, por otro lado, muestra correlaciones negativas y no significativas con las variables resiliencia y satisfacción vital.

En referencia al análisis de Ecuaciones Estructurales, con el objetivo de obtener un modelo ajustado, se examinaron los parámetros de cambio y se eliminaron las relaciones del modelo que no eran estadísticamente significativas. Como se observa en la Figura 1, el modelo hipotético incluye la relación entre psicoticismo, resiliencia y bienestar (además de extraversión y neuroticismo). Sin embargo, el análisis del modelo y sus parámetros indicaron que, a pesar de ser un modelo ajustado, la variable psicoticismo no era estadísticamente

significativa, por lo que se procedió a eliminar dicha variable de la ecuación. De este modo, se obtiene el modelo final que se puede observar en la Figura 2.

FIGURA 2

Modelo final



En el modelo final, todos los parámetros de cambio son significativos ($p < 0.05$). Los índices de bondad de ajuste indican que el modelo estimado proporciona un buen ajuste, siendo todos ellos altamente satisfactorios ($\chi^2/gl=0.59$; $GFI=0.98$; $AGFI=0.92$ $CFI=1$; $RMR=0.029$; $RMSEA=0.0$).

Como se observa en la Figura 2, se obtuvieron asociaciones estadísticamente significativas y positivas entre la extraversión, el neuroticismo y la resiliencia, y entre la resiliencia y la satisfacción vital. De este modo, cuanto mayor es la extraversión, mayor es la resiliencia y la satisfacción con la vida, mientras que cuanto mayor es el neuroticismo, menor será la resiliencia y la satisfacción vital.

Por otro lado, debido a la alta correlación entre resiliencia y satisfacción vital, cabría esperar cambios directos en la satisfacción vital cuando se producen cambios en la resiliencia, quedando ésta como una variable mediadora entre extraversión y neuroticismo y la satisfacción vital.

5. Conclusiones

El objetivo de este estudio ha sido examinar la relación entre las variables de personalidad extraversión, neuroticismo y psicoticismo, la resiliencia y la satisfacción vital. Son numerosos los estudios que muestran una relación positiva entre extraversión, resiliencia y satisfacción vital y una relación negativa entre neuroticismo, resiliencia y satisfacción vital (Campbell-Sills et al., 2006; Riolli et al., 2002). En cambio, son pocos los trabajos empíricos que encuentran relación significativa entre psicoticismo y estas otras variables (Hills y Argyle, 2002). Los resultados de este estudio apoyan los obtenidos en trabajos de investigación anteriores, teniendo como resultado lo hipotetizado: una relación positiva entre extraversión, resiliencia y satisfacción vital y una relación negativa entre neuroticismo, resiliencia y satisfacción vital. Asimismo, se muestra que la resiliencia podría ser una variable mediadora entre las variables de personalidad y la satisfacción vital.

El neuroticismo, tal y como se planteaba en la hipótesis del presente estudio, resultó negativamente relacionado con la resiliencia y la satisfacción vital. Esto no resulta sorprendente, puesto que ciertos estudios previos ya habían encontrado esta relación (Campbell-Sills et al., 2006; Riolli et al., 2002).

Por otro lado, los resultados referentes a la extraversión muestran una relación positiva entre ésta, la satisfacción vital y la resiliencia, coincidiendo de esta manera con lo hipotetizado en el estudio así como con trabajos anteriores de otros autores (Grace Fayombo, 2010).

En cuanto al psicoticismo, esperaba encontrarse una relación negativa entre éste y las variables de resiliencia y satisfacción vital, siendo estos resultados similares a los hallados por Ciarrochi y Heaven (2006). Sin embargo, los resultados obtenidos fueron poco concluyentes e incluso no significativos, coincidiendo con lo encontrado por Hills y Argyle (2002). Es de sorprender que pocos autores hayan incluido esta variable en sus estudios, siendo este, por tanto, un modelo exploratorio cuyos resultados sugieren que no hay relación entre estas variables.

Lo que se esperaba con la resiliencia era una relación positiva entre la misma y la satisfacción vital. Asimismo, la hipótesis del estudio situaba a la resiliencia como mediadora entre la personalidad y la satisfacción vital. Los resultados parecen indicar dicha relación. Estos resultados coinciden con los obtenidos en un estudio de Lü, Wang, Liu y Zhang, (2014).

Este estudio no está libre de limitaciones. Entre otras, se encuentra el hecho de que es un estudio transversal, por lo que no pueden extraerse inferencias. Asimismo, el tipo de muestra (todos son estudiantes) y el tamaño de la misma podrían limitar los resultados, por lo que habría sido interesante incluir más variables que ampliaran el alcance del estudio.

Las implicaciones que pueden suponer estos resultados son numerosas, aunque las más importantes a destacar serían las preventivas. La resiliencia, tal y como hemos encontrado, es una característica fundamental en la felicidad de los sujetos, que garantiza su adaptación y bienestar a pesar de las situaciones adversas que vengan. Teniendo esto en claro y analizando los resultados obtenidos en este estudio, para mejorar el bienestar de los sujetos con bajo nivel de satisfacción vital o de resiliencia, estos tendrían que sufrir algún tipo de cambio o bien en la personalidad o bien en la resiliencia. Debido al carácter más biológico de la personalidad, el proceso de cambio sería más eficaz y efectivo si se realizase en la resiliencia. De hecho, son varias las propuestas de intervención psicológica cuyo objetivo es aumentar los niveles de la misma. Así, desde una visión de intervención social, Carretero (2010) descompone la resiliencia en variables contextuales y personales, siendo importante cada una de estas para proporcionar información sobre factores predictores, factores de riesgo y factores protectores, así como la relación de estos con las consecuencias. Esto garantiza una muy valiosa información para elaborar proyectos de intervención, sobre todo a nivel contextual.

Polo (2009) realiza un programa que trata de dar cuenta de la importancia de la influencia que ejerce la familia fortaleciendo la resiliencia como factor protector en los adolescentes de la muestra de su estudio, mientras que López, Soriano y Lázaro (2007) realizaron un programa para adolescentes en el cual el objetivo principal era el fortalecimiento educativo de los recursos propios de los adolescentes, así como las variables de personalidad, cognitivas, habilidades emocionales e interpersonales. Los resultados del programa muestran resultados positivos, feedback positivo por parte de los participantes y

una mejora del bienestar personal y social. En la misma dirección, Cingolani y Castañeiras (2011) proponen un programa grupal en el que los resultados fueron muy positivos, mejorando la cohesión grupal de los jóvenes y su compromiso con la tarea y con los demás. En la misma línea de trabajo, Quinceno, Vinaccia y Remor (2011) desarrollan un modelo de intervención para mejorar la resiliencia de los sujetos de su muestra, mujeres con artritis reumatoide. El programa trataba de un conjunto de técnicas enfocadas a diferentes procesos de resiliencia, fundamentalmente tres: autoestima, autoeficacia y autocontrol emocional. Obtuvieron resultados muy positivos y significativos en el estado emocional de las mujeres del estudio, indicando mejoras en el estado de ánimo de las mismas en comparación con el que presentaban al inicio del programa.

Según la teoría de ampliación-construcción de emociones positivas (Fredrickson, 1998; Fredrickson & Cohn, 2008), las emociones positivas son respuestas adaptativas que van construyendo recursos duraderos. Contrariamente, las emociones negativas disminuyen la atención, la cognición y las respuestas cognitivas para afrontar con amenazas o problemas inminentes. A partir de esta teoría, Cohn et al. (2009), realizan un estudio para examinar la relación entre las emociones positivas vividas durante el día a día, la resiliencia y la satisfacción vital global. Como resultado, encuentran que las emociones positivas determinan la felicidad de los sujetos de una manera más directa que la propia satisfacción vital, siendo esto de gran importancia para nuestro estudio, pues se podría intervenir sobre las emociones positivas de los sujetos para aumentar el bienestar y, de la misma manera, la resiliencia.

Meevissen, Peters y Alberts (2011) realizan un interesante estudio dando nombre a lo que hoy se conoce como “best possible self” en inglés (el mejor yo posible, en español). Durante este estudio, utilizaron una metodología de visualización, en la que el grupo experimental tenía que imaginar el mejor yo posible en un futuro y el grupo control tenía que imaginar las actividades cotidianas que realizaban. A ambos grupos se les decía que el estudio trataba de medir el poder de visualización. Después de dos semanas de intervención, los resultados fueron muy positivos. Los participantes que habían imaginado el mejor yo posible, tenían mejores niveles de optimismo y de felicidad, mostrando así la efectividad del

ejercicio. Esto resulta útil e importante, pues sugiere la posibilidad de intervenciones futuras en variables relacionadas con la resiliencia para tratar de mejorar la misma.

Por tanto y como conclusión final, la extraversión está positivamente relacionada con la satisfacción vital y la resiliencia y, contrariamente ocurre con el neuroticismo. Los resultados para el psicoticismo fueron no significativos y, respecto a la resiliencia, ésta parece tener un valor mediador entre los factores de personalidad y el bienestar. De esta manera, sería de vital importancia el desarrollo de programas preventivos e interventivos para mejorar la resiliencia de los sujetos y, por tanto, su bienestar personal y social, ya que lo importante en la vida, a fin de cuentas, es la felicidad.

6. Bibliografía

Acosta, M., Castro, C., Gallardo, M. & Vasquez, F. (2014). Felicidad en estudiantes de una universidad nacional.

Bermejo, R. C. (2010). Resiliencia. Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales. *Nómadas. Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*, 27(3), 91-103.

Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?. *American psychologist*, 59(1), 20.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2000). Early posttraumatic interventions: Facilitating possibilities for growth.

Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour research and therapy*, 44(4), 585-599.

- Cohen, J.W. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd ed. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion, 9*(3), 361.
- Connor, K. M., Davidson, J. R., & Lee, L. C. (2003). Spirituality, *resilience, and anger in survivors of violent trauma: A community survey. Journal of traumatic stress, 16*(5), 487-494.
- Ciarrochi, J., & Heaven, P. C. (2007). Longitudinal examination of the impact of Eysenck's psychoticism dimension on emotional well-being in teenagers. *Personality and Individual Differences, 42*(3), 597-608.
- Curtis, W. J., & Cicchetti, D. (2003). Moving research on resilience into the 21st century: Theoretical and methodological considerations in examining the biological contributors to resilience. *Development and psychopathology, 15*(03), 773-810.
- Cingolani, J. M., & Castañeiras, C. (2011). Diseño y aplicación de un programa de intervención psicosocial para adolescentes escolarizados. *Psicodebate, 11*, 43-54.
- Eley DS, Cloninger CR, Walters L, Laurence C, Synnott R, Wilkinson D. (2013) The relationship between resilience and personality traits in doctors: implications for enhancing well being. *PeerJ 1:e216*.
- Eysenck, H. J. (1990). Genetic and environmental contributions to individual differences: The three major dimensions of personality. *Journal of personality, 58*(1), 245-261.
- Eysenck, S. B., Eysenck, H. J., & Barrett, P. (1985). A revised version of the psychoticism scale. *Personality and individual differences, 6*(1), 21-29.
- Fayombo, G. A. (2010). The relationship between personality traits and psychological resilience among the Caribbean adolescents. *International Journal of Psychological Studies, 2*(2), 105.

- Fredrickson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003). What good are positive emotions in crisis? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of personality and social psychology*, *84*(2), 365.
- Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. The Hague, The Netherlands: Bernard van leer foundation.
- Grotberg, E., & Suárez Ojeda, N. (1996). Guía de promoción de la resiliencia en los niños para fortalecer el espíritu humano. *Med. & soc*, *19*(2), 37-48.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and individual differences*, *33*(7), 1073-1082.
- Hjemdal, O., Friborg, O., & Stiles, T. C. (2012). Resilience is a good predictor of hopelessness even after accounting for stressful life events, mood and personality (NEO-PI-R). *Scandinavian Journal of Psychology*, *53*(2), 174-180.
- Li, M., Xu, J., He, Y., & Wu, Z. (2012). The analysis of the resilience of adults one year after the 2008 Wenchuan earthquake. *Journal of Community Psychology*, *40*(7), 860-870.
- Liu, Y., Wang, Z. H., & Li, Z. G. (2012). Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, *52*(7), 833-838.
- Lü, W., Wang, Z., Liu, Y., & Zhang, H. (2014). Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. *Personality and Individual Differences*, *63*, 128-133.
- Omar, A. (2006). Las perspectivas de futuro y sus vinculaciones con el bienestar y la resiliencia en adolescentes.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological assessment*, *5*(2), 164.

- Polo, C. & Fadín, H (2009). Resiliencia: factores protectores en adolescentes de 14 a 16 años (Doctoral dissertation, Tesis de pregrado). Universidad de Aconcagua, Mendoza, Argentina. Recuperado de http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/71/tesis-1426-resiliencia.pdf).
- Poseck, V., Baquero, B. C., & Jiménez, M. L. V. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del psicólogo*, 27(1), 40-49.
- Quiceno, J. M., Vinaccia, S., & Remor, E. (2011). Programa de potenciación de la resiliencia para pacientes con artritis reumatoide. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 16(1), 27-47.
- Riulli, L., Savicki, V., & Cepani, A. (2002). Resilience in the face of catastrophe: Optimism, personality, and coping in the Kosovo crisis. *Journal of applied social psychology*, 32(8), 1604-1627.
- Ruiz-Párraga, G. T., López-Martínez, A. E., Esteve, R., Ramírez-Maestre, C., & Wagnild, G. (2015). A confirmatory factor analysis of the Resilience Scale adapted to chronic pain (RS-18): new empirical evidence of the protective role of resilience on pain adjustment. *Quality of Life Research*, 24(5), 1245-1253.
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: implications for family therapy. *Journal of family therapy*, 21(2), 119-144.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2000). Interpersonal flourishing: A positive health agenda for the new millennium. *Personality and social psychology review*, 4(1), 30-44.
- Samad, L., Hollis, C., Prince, M., & Goodman, R. (2005). *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), 29-42.
- Sandín, B., Valiente, R. M., Chorot, P., Montes, M. O., & Germán, M. A. S. (2002). Versión española del cuestionario EPQR-Abreviado (EPQR-A)(I): Análisis exploratorio de la estructura factorial. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 7(3), 195-205.

- Sarubin, N., Wolf, M., Giegling, I., Hilbert, S., Naumann, F., Gutt, D., ... & Bühner, M. (2015). Neuroticism and extraversion as mediators between positive/negative life events and resilience. *Personality and Individual Differences, 82*, 193-198.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological bulletin, 134*(1), 138.
- Manciaux, M., Vanistendael, S., Lecomte, J., & Cyrulnik, B. (2001). La resiliencia: estado de la cuestión [Resilience: State of the art]. *La resiliencia: Resistir y rehacerse*.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American psychologist, 56*(3), 227.
- Meevissen, Y. M., Peters, M. L., & Alberts, H. J. (2011). Become more optimistic by imagining a best possible self: Effects of a two week intervention. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry, 42*(3), 371-378.
- Wagnild, G., & Young, H. (1993). Development and psychometric. *Journal of nursing measurement, 1*(2), 165-178.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.

Personalidad, resiliencia y satisfacción vital.

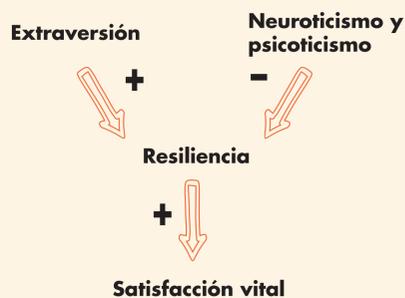
Autora: Paloma Solo de Zaldívar del Amo

Tutora: Carmen Ramírez Maestre



Introducción

MODELO HIPOTÉTICO



Resiliencia:

Capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas (Grotberg, 1995).

No todos los individuos se recuperan igual ante situaciones adversas. Esto ha dado lugar a diversas investigaciones para determinar qué diferencias hacen que esto ocurra.

El objetivo del presente trabajo es analizar la relación entre los factores de personalidad, la resiliencia y la satisfacción vital. La hipótesis inicial sugiere una relación positiva entre extraversión, resiliencia y satisfacción vital y una relación negativa entre neuroticismo, resiliencia y satisfacción vital (Lü, Wang, Liu y Zhang, 2014).

Respecto al psicoticismo, se propone un modelo exploratorio en el que la relación entre el mismo y la resiliencia y la satisfacción vital es negativa, al igual que fue encontrado en un estudio de Ciarrochi y Heaven (2006),

También se hipotetiza que la resiliencia es una variable mediadora entre la personalidad y la satisfacción vital.

Método

Participantes

Estudiantes de psicología



Análisis de datos

- Análisis correlaciones de Pearson (SPSS V. 15).
- Análisis de ecuaciones estructurales (LISREL 8.8).

Instrumentos

- Escala de resiliencia (RS-18).
- Versión reducida del cuestionario revisado de personalidad de Eysenck (EPQ-RA-24).
- Cuestionario de satisfacción vital (SWLS).

Resultados

Medias y desviaciones típicas de las variables

	Resiliencia	Satisfacción vital	Extraversión	Psicoticismo	Neuroticismo
N	110	110	110	110	110
Media	87,1545	24,8545	3,4636	2,0000	3,1545
Desv. típ.	16,21823	5,46018	1,99852	1,56217	2,10367
Mínimo	40,00	8,00	,00	,00	,00
Máximo	119,00	34,00	6,00	6,00	6,00

Correlaciones entre las variables incluidas en el modelo hipotético

	1	2	3	4	5
1. RESILIENCIA	1				
2. SATISFACCIÓN VITAL	,733**	1			
3. EXTRAVERSIÓN	,398**	,306**	1		
4. PSICOTICISMO	-,208*	-,281**	,073	1	
5. NEUROTICISMO	-,627**	-,548**	-,196*	,240*	1

Nota: *p<.005; **p<.001

MODELO FINAL



Conclusiones

Los resultados de este trabajo muestran las siguientes relaciones:

- **Extraversión** positivamente relacionada con resiliencia y satisfacción vital.
- **Neuroticismo** negativamente relacionado con resiliencia y satisfacción vital.
- La relación **Psicoticismo** no fue significativa y fue expulsada del modelo inicial.
- La **resiliencia** parece ser una variable mediadora entre personalidad y satisfacción vital.

El estudio no está exento de limitaciones



Las implicaciones de estos resultados son de diversa índole, aunque sería interesante destacar la influencia de la resiliencia en la satisfacción vital de los sujetos. Debido al carácter más biológico de la personalidad, si queremos producir cambios, sería más eficaz y efectivo si se realizasen en la resiliencia. Varias líneas de trabajo han ido en esta dirección:

- Quinceno, Vinaccia y Remor (2011): modelo de intervención para mejorar la resiliencia de los sujetos a través de técnicas enfocadas a diferentes procesos de resiliencia, fundamentalmente tres: autoestima, autoeficacia y autocontrol emocional.
- Teoría de ampliación-construcción de emociones positivas (Fredrickson, 1998; Fredrickson & Cohn, 2008).
- Meevissen, Peters y Alberts (2011): Best possible self.

Bibliografía

- Ciarrochi, J., & Heaven, P. C. (2007). Longitudinal examination of the impact of Eysenck's psychoticism dimension on emotional well-being in teenagers. *Personality and Individual Differences*, 42(3), 597-608.
- Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M. (2009). Happiness unpacked: positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361.
- Grotberg, E. H. (1995). A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit. The Hague, The Netherlands: Bernard van leer foundation.
- Lü, W., Wang, Z., Liu, Y., & Zhang, H. (2014). Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. *Personality and Individual Differences*, 63, 128-133.
- Meevissen, Y. M., Peters, M. L., & Alberts, H. J. (2011). Become more optimistic by imagining a best possible self: Effects of a two week intervention. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 42(3), 371-378.
- Quinceno, J. M., Vinaccia, S. & Remor, E. (2011). Programa de potenciación de la resiliencia para pacientes con artritis reumatoide. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 16(1), 27-47.