

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

FACULTAD DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS SOCIALES Y HUMANIDADES

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**“FACTORES DE LA PERSONALIDAD Y OPTIMISMO ATRIBUTIVO EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**

Tesis presentada por la bachiller:
YESSICA FABIOLA TICONA MALDONADO
para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Asesora: Ps. Rocío Delgado Palo

AREQUIPA – PERU

2017

La vida da los mismos contratiempos y tragedias tanto en el optimista como en el pesimista, solo que el optimista las resiste mejor.

Martin Seligman

El optimista siempre tiene un proyecto, el pesimista siempre tiene una excusa.

Anónimo



RECONOCIMIENTO

A Dios, por ser el camino, la verdad, la vida y la luz que guía la sabiduría en el proceso de aprendizaje de una ciencia y por darme la fortaleza para realizar esta investigación.

A los docentes de la universidad Católica de Santa María, en especial a los jurados dictaminadores, quienes prestaron valioso tiempo en orientarme y dar aportes en la investigación, ellos también son la luz de la sabiduría en la ciencia de la psicología cual escogí seguir.

A mis padres; quienes brindan el apoyo incondicional y demuestran enseñanzas de perseverancia, moral y cariño, también a mi hermano José por estar a mi lado siempre brindándome su cariño, alegría y confianza.

A Francisco por ser una persona especial en mi vida.

Demuestro sinceros deseos de gratitud y felicidad a cada una de estas personas que han sido un gran apoyo para este nuevo logro en vida profesional.

Gracias por Todo

Yessica

ÍNDICE

RECONOCIMIENTO.....	3
RESUMEN.....	6
ABSTRACT.....	7
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO TEÓRICO.....	8
INTRODUCCIÓN	9
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	10
Variables.....	10
Objetivos.....	11
Básico.....	11
Específicos	11
ANTECEDENTES TEÓRICOS INVESTIGATIVOS	12
Personalidad.....	12
Personalidad en la historia	12
Definiciones de personalidad.....	14
Cuestionario de personalidad neo -ffi.....	17
Optimismo	19
El optimismo en la salud.....	23
El optimismo en la educación	24
Prevención del pesimismo	25
HIPÓTESIS	29
CAPÍTULO II: DISEÑO METODOLÓGICO	30
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	31
TÉCNICA E INSTRUMENTOS	31
Instrumentos	31
POBLACIÓN Y MUESTRA.....	34
ESTRATEGIAS DE CORRELACIÓN Y PROCESAMIENTO DE DATOS.....	35
TEMPORALIDAD	36
CRITERIOS DE PROCEDIMIENTOS DE INFORMACIÓN	36
CAPÍTULO III: RESULTADOS	37
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN	52
CAPÍTULO V.....	56
CONCLUSIONES	57
RECOMENDACIONES	58

LIMITACIONES	59
REFERENCIAS.....	60
ANEXOS.....	67
ANEXO N° 1: ESCALA DE OPTIMISMO ATRIBUTIVO	68
ANEXO N° 2: CUESTIONARIO NEO-FFI.....	69



Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo evaluar los factores de la personalidad y optimismo atributivo en estudiantes. El estudio se llevó a cabo con 376 estudiantes de la Universidad Católica de Santa María, de ambos sexos y entre las edades de 15 a 25 años. Se utilizó un diseño de correlación. Los instrumentos aplicados fueron: El Cuestionario de Personalidad NEO –FFI, compuesta por 60 ítems, agrupados en 5 los factores: Neuroticismo, Extraversión, Apertura, Amabilidad y Responsabilidad. Se aplicó también la Escala de Optimismo Atributivo, compuesta por 10 ítems. Los resultados de la investigación indican que existe correlación positiva y significativa entre los factores de personalidad y optimismo atributivo, encontrándose también una correlación inversa en el factor Neuroticismo, se comprueba la hipótesis planteada.

Palabras Claves: Personalidad, optimismo atributivo, estudiantes universitarios.

Abstract

The present research had as objective to evaluate the factors of the personality and attributive optimism in students. The study was carried out with 376 students of the Catholic University of Santa Maria, of both sexes and between the ages of 15 to 25 years. The NEO-FFI Personality Questionnaire, composed of 60 items, grouped into 5 factors: Neuroticism, Extraversion, Openness, Kindness and Responsibility. The Attributive Optimism Scale was also applied, composed of 10 items. The results of the research indicate that there is a positive and significant correlation between the personality factors and attributive optimism, also finding an inverse correlation in the Neuroticism factor, the hypothesis is verified.

Keywords: Personality, attributive optimism, university students.





CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO TEÓRICO

Planteamiento Teórico

Introducción

En la presente investigación estudiaremos como los factores de la personalidad influyen en el optimismo atributivo. Este tema es importante porque apoya a la investigación de la salud psicológica, pues desde la primera guerra mundial y las consecuencias dejadas por esta, las investigaciones estuvieron dirigidas a trastornos más que a mejorar la calidad de vida en las personas.

Actualmente la psicología positiva se ha convertido en el comportamiento más investigado desde los últimos 20 años, dentro de estos estudios se encuentra el optimismo como la construcción de representaciones positivas del futuro vinculadas con la expectativa acerca de acciones que ocurren, en los cuales el sujeto analiza juicios de valor, mantiene la expectativa de lo que ocurra y emplea fortalezas para mejorar su desarrollo (Alarcón, 2009).

Por otro lado, los factores de la personalidad nos permiten comprender la organización interior de los individuos y como estos podrían actuar frente a distintas circunstancias, se considera para esta investigación según el NEO -FFI los factores de: Neuroticismo, extraversión, apertura, amabilidad y responsabilidad, con los factores del optimismo atributivo (Costa y McCrae, 2002).

La investigación nos permite encontrar una relación entre los factores de personalidad y los factores de optimismo, en los alumnos de la Universidad Católica de Santa María. Los resultados obtenidos en la investigación nos ayudarán a conocer que personalidad está más inclinada al comportamiento optimista.

Problema de investigación

¿Existe correlación entre los factores de personalidad y el optimismo atributivo en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María?

Variables

Variable 1: Personalidad

Para el presente estudio se entiende la personalidad como una serie de tendencias básicas de conducta que influyen en los pensamientos, emociones, y acciones. Su origen es biológico y van desarrollándose desde la niñez hasta convertirse en estructuras estables en la adultez. Además, estas tendencias básicas se organizan de forma jerárquica, desde estructuras específicas (rasgos) a otras más generales (dimensiones). Los factores de la personalidad son: Neuroticismo, extraversión, apertura, amabilidad y responsabilidad (Costa y McCrae (1999).

Variable 2: Optimismo atributivo

Se define al optimismo como la construcción de representaciones positivas del futuro, conectada con la expectativa acerca de las acciones o eventos por ocurrir. Intervienen en el optimismo actividades cognitivas (analizar y emitir juicios de valor), predictivas (la expectativa y la esperanza positiva de la ocurrencia); el optimismo posee intencionalidad, está dirigido hacia una meta previamente establecida; es atributivo por las estrategias que utiliza para alcanzar sus metas (emplea factores internos y externos, de óptimo desarrollo, que el individuo asume poseer). El optimismo es también un comportamiento que nos permite afrontar situaciones inseguras, impensadas, cuando parece que nuestro bienestar está en peligro; desde esta perspectiva, el

optimismo es un potencial humano y, como tal se mantiene en estado virtual, se utiliza para enfrentar situaciones novedosas y difíciles apreciadas como dramáticas (Alarcón, 2013).

Objetivos

Básico:

Establecer la correlación entre los factores de personalidad y el optimismo atributivo en los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María.

Específicos:

- Determinar el factor de personalidad presente en los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María.
- Identificar el nivel de optimismo atributivo en los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María.
- Identificar el factor de personalidad presente en los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María según sexo.
- Identificar el nivel de optimismo atributivo en los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María según sexo.

Antecedentes Teóricos Investigativos

A continuación, se desarrollarán temas de personalidad como, personalidad en la historia, definiciones de personalidad y cuestionario de personalidad NEO –FFI, así también temas de optimismo siendo, optimismo en la salud, el optimismo en la educación, prevención del pesimismo

Personalidad

El origen etimológico de la palabra personalidad proviene del latín persona y del griego prósopon igual a máscara. Definir la palabra personalidad no es sencillo ya que no tiene una definición exacta e universal, pero tomaremos la definición de Gordon y Ernest (1989), que atribuye a la personalidad como la formación de un factor biológico y psicológico, temperamento y carácter.

Personalidad en la historia

Desde tiempos de los filósofos griegos se hablaba de la buena vida que constituía una virtud. Aristóteles por ejemplo hablaba de la felicidad como el fin último del ser humano, atribuía que todo movimiento tiene un fin y la conducta del hombre también, consideró a la virtud como un hábito y una disposición del comportamiento hacia lo bueno. Para Platón la felicidad era obtener una sensación de plenitud, paz y serenidad, refiriéndose a ver con el intelecto más allá de lo que nos pueden ofrecer nuestros sentidos (Goñi, 2002).

Antes de la segunda guerra mundial los objetivos principales de la psicología estaban encaminados a curar los trastornos mentales, hacer la vida de las personas más productivas y plenas e identificar y desarrollar el talento y la inteligencia. Sin embargo, tras los sucesos de las guerras y diferentes circunstancias llevaron a la psicología a centrarse exclusivamente en temas de trastornos mentales y el sufrimiento humano (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

La psicología positiva tiene sus inicios desde el año 1998 con el ingreso de Martin Seligman como presidente de la American Psychological Association y otros importantes académicos norteamericanos que pretendían devolver al centro de la investigación el estudio humano y sus fortalezas (Carr, 2004).

El aporte de la psicología positiva ha generado un gran paso en los estilos de vida de las personas proponiendo que el ser humano refuerce sus capacidades y empiece a trabajar en ello, Seligman se refiere a personas equilibradas, que llevan una vida normal, señalando que la psicología tradicional se ha quedado corta por que poco se ha ocupado de estudios y aportes en personas dentro de los parámetros de la normalidad. Seligman identificó que las habilidades y recursos que una persona necesita para volver a estabilizar su vida son las mismas que se requiere para desarrollar y manifestar al máximo el potencial de sus fortalezas que conlleve a la práctica de optimismo y en consecuencia a poder tener bienestar (Gómez, 2014).

Carol Ryff (1989), plantea el bienestar como el reflejo de un funcionamiento psicológico óptimo, sugiere que el elemento hedónico, el balance entre la emociones positivas y negativas, puede ser independiente de bienestar, esto quiere decir que una persona podría sentirse plena de bienestar psicológico y experimentar frecuentes emociones negativas y pocas emociones positivas debido a las circunstancias, el modelo de Riff plantea seis dimensiones básicas que delimitan el bienestar, autoaceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal, creándose un cuestionario para evaluar las seis áreas del bienestar.

Los hallazgos en la aplicación de pruebas psicológicas en diferentes culturas, nos indican que estos pierden sus propiedades psicométricas, al utilizarse en otra cultura distinta a la de origen, estos

hallazgos han planteado la necesidad de realizar una seria reevaluación de las construcciones teóricas en que se basa los test importados de otras culturas; así mismo se ha sugerido construir instrumentos adecuados a cada país (Alarcón 2006).

Definiciones de Personalidad

Freud generó una revolución cultural en su época acerca de la formación de la personalidad identificando al ser humano por etapas, afirmaba que en momentos extremadamente estresantes el sujeto vuelve a presentar características de las etapas de fijación a las cuales llamaba regresiones, así también señaló en su teoría que el comportamiento en los adultos dependía del comportamiento de la infancia. En base a estos estudios creo la teoría del psicoanálisis, dando cabida a su propuesta de los conflictos sexuales que se vivían en sus tiempos (Schultz y Schultz, 2010).

Skinner afirmaba que antes que el conocimiento provenga desde adentro, las personas aprendían desde el mundo exterior o en contacto con el mundo exterior y en experiencia a ese conocimiento el ser humano aprende a conocerse a sí mismo, afirmando que lo único que diferencia entre el mundo interior del exterior es que es privado, refiriéndose a los sentimientos y emociones como cambios en el cuerpo que pueden predisponer la conducta de cierta manera, pero no la explican en su totalidad por que estos mismos son producto de cambios en el ambiente. Aunque la mayoría de sus hallazgos experimentales fueron con animales su interés fundamental fue el control de la conducta humana con el propósito de generar bienestar en las personas (Plazas, 2006).

Clark Hull en su obra principios de la conducta elabora la teoría sobre la reducción del impulso, donde explica que cuando se produce la necesidad se origina un desequilibrio interno y aparece un impulso que mueve al organismo que satisface la necesidad eliminando el desequilibrio interno,

considerando la conducta del hombre a la disminución de impulsos y satisfacciones biológicas (Gordon y Ernest, 1989).

Según Allport, considera a la personalidad discontinua de su pasado, indicando que no hay relación entre las experiencias de la niñez y la adultez, los impulsos y reflejos rigen la conducta del lactante en tanto que en los adultos actúa el funcionamiento psicológico. Considerando dos personalidades distintas entre el niño y el ser adulto, siendo así las vivencias en la infancia no limitan la personalidad en los adultos (Schultz y Schultz, 2010).

Adler consideraba que la influencia en la niñez con los padres era fundamental, pero no como víctimas de experiencias en la infancia sino para información en el estilo de vida. Consideraba que la personalidad se formaba dentro de los cuatro y cinco primeros años y que desde ese periodo se indica el estilo de vida que caracterizará en la vida de adulto. Creía que el hombre luchaba por alcanzar la perfección (Adler, 2000).

Para Jung la personalidad lo determina el proceso de lo que queremos llegar a ser y las experiencias vividas, afirmó que el hombre se desarrolla independientemente de su edad y busca su autorrealización personal, en la etapa de la adolescencia y la adultez se generan intereses que se dirigen al mundo exterior, para alcanzar metas, y lograr ser personas exitosas, por lo tanto considera a la adultez temprana como un periodo emocionante y desafiante, ya en la edad madura los individuos han podido cumplir con las exigencias de su vida y uno debe preocuparse por lograr dedicar tiempo al mundo subjetivo interno. Uno de los grandes aportes de Jung fue identificar un binomio en la personalidad, refiriéndose a los introvertidos como personas de poca inquietud, indecisas y defensivas que prefieren observar el mundo y los extrovertidos con carácter

desprendido, seguros, cómodos consigo mismos y pueden lograr hacer amigos con facilidad (Seelbach, 2012).

Entre los aportes de Bandura está el determinismo recíproco, considerando que el mundo y el comportamiento de una persona se causan mutuamente. Más adelante considera tres cosas fundamentales para la conformación de la personalidad, el ambiente, el comportamiento y los procesos psicológicos de las personas. Unos de sus más grandes aportes a la psicología fue la teoría social del aprendizaje, donde el aprendizaje se obtiene por la observación y el modelado (Holt, Rinehart y Winston, 1963).

Eysenck en su teoría de la personalidad propone tres factores que son: Psicoticismo, neuroticismo, y extraversión estos factores serían independientes, y cada uno guarda una relación con distintas estructuras cerebrales, como el sistema límbico y el sistema reticular activador ascendente. Eysenck consideraba que la herencia determinaba los rasgos y las dimensiones, pensaba que la influencia en la niñez intervenía, pero de forma muy mínima y que la herencia genética es la que más prevalecía que el ambiente (Martinez, 1997).

Cattell consideraba al rasgo como un elemento estructural básico, permanente en el que el ser humano reacciona de una determinada forma, estableciéndose en la conducta del ser humano. Identificó 16 factores o rasgos, utilizando la técnica de análisis factorial y en base a esto construyó un cuestionario que hoy en día se sigue utilizando para la investigación, selección de personal y en el ámbito clínico y educativo (Hothersall, 1998).

Cuestionario de personalidad NEO -FFI

Bausela, (2005), en los estudios realizados se indica que Costa y McCrae, analizan la personalidad desde cinco grandes factores que son el neuroticismo, extroversión, apertura, amabilidad y responsabilidad, llegando a afirmar que estas están presentes en todos los seres humanos y por ello tienen carácter universal. También elaboraron un test específico para medir las dimensiones formuladas, que es el NEO –PI, que cuenta con 181 ítems, posteriormente crearon una escala revisada NEO –PI –R que tiene 240 ítems, donde cada dimensión contiene subfactores y existe también una versión reducida NEO-FFI con 60 ítems, es importante destacar que se han utilizado estudios longitudinales con una duración de más de veinte años para identificar dichos factores y las poblaciones para sus estudios han sido amplios, dando importancia y prevalencia a estos instrumentos.

NEO -FFI es un inventario de personalidad elaborado en el año de 1992, aplicable en una población de sujetos de diecisiete años en adelante que no sufran trastornos. Aplica un modelo conceptual que reúne décadas de análisis factoriales sobre la estructura de la personalidad. Las comprobaciones sobre la fiabilidad y estabilidad de cada escala como su validez de constructo se han recogido detalladamente en un gran número de publicaciones. Está compuesto por cinco factores de la personalidad que mide rasgos (Costa y Mc Crae 2002).

A continuación describimos los factores del NEO-FFI.

Neuroticismo:

Equivale a la estabilidad emocional relacionada a la experiencia de estados emocionales negativos.

Definido también como la tendencia general a experimentar sentimientos negativos (miedo, melancolía, vergüenza, ira, culpabilidad, repugnancia, tener ideas irracionales, a ser menos capaces

de controlar sus impulsos y a enfrentarse peor que los demás al estrés). Al momento de evaluar esta escala es posible obtener una elevada puntuación, sin padecer ningún trastorno psiquiátrico diagnosticado. Al contrario, no todas las categorías psiquiátricas implican altos niveles de Neuroticismo; los sujetos que puntúan bajo en neuroticismo suelen ser emocionalmente estables, tranquilos, sosegados, relajados y con una mayor capacidad de enfrentarse a situaciones estresantes sin alterarse ni aturdirse (Costa y Mcrae, 2002).

Extraversión

Los extravertidos son personas sociales, vinculándose generalmente con grupos o reuniones, usualmente asertivos y habladores, tienden a tener un carácter alegre, además de que son animosos enérgicos y optimistas. Por otro lado, los introvertidos son más reservados, independientes, en ocasiones tímidos, prefieren estar solos, y, aunque no posean el entusiasmo de los extravertidos, no se sienten desdichados o pesimistas (Costa y Mcrae, 2002).

Apertura

Se relaciona a la atención hacia los sentimientos interiores, preferencia por la variedad, curiosidad intelectual e independencia de juicio; las personas que puntúan alto en este factor suelen estar interesadas por el mundo interior, como por el exterior, sus vidas están enriquecidas de experiencia, experimentan emociones positivas y negativas de maneras más profunda que aquellos sujetos que se cierran (Costa y Mcrae, 2002).

Amabilidad

Costa y Mcrae, 2002, las define como personas altruistas, suelen generar gran simpatía con los demás y están dispuestos a ayudar y creer que los otros se sienten igualmente satisfechos de hacer esto mismo. Contrariamente al tipo de persona egocéntrica que suele ser opositora y desconfiada ante las intenciones de los demás.

Responsabilidad

Se relaciona directamente con personas voluntariosas y decididas; además altas puntuaciones en este factor se asocia al rendimiento académico; en términos extremos puede conducir a un sentido muy crítico, a una pulcritud compulsiva o una conducta de adicción al trabajo (Costa y Mcrae, 2002).

Optimismo

Varias investigaciones intentan explorar el significado del optimismo y su importancia en el comportamiento humano, tiende a identificarse con la psicología positiva y el bienestar, dándose varias formulaciones teóricas como “estilo de atribución”, “sesgo cognitivo”, o “ilusión compartida”, la encontramos desarrollada en temas de la salud mental, salud física, superación

personal, calidad de vida y en más ámbitos de estudios en dirección con las expectativas positivas del futuro y afrontamiento a situaciones de estrés, asociadas a mayor flexibilidad y capacidad de resolución de problemas, la palabra optimismo tienen dos conceptos muy relacionados cuales son “inclinación a la esperanza” y la segunda en creer que “vivimos en el mejor de los mundos posibles”, este pensamiento proviene del alemán Gottfried Wilhelm Leibniz, siendo uno de los primeros acercamientos al optimismo (Conversano, Rotondo, Lensi, Vista, Arpone y Reda, 2010).

Los aportes de la neuropsicología han demostrado, como nuestra experiencia de vida forma circuitos cerebrales con los cuales tendemos a canalizar la nueva información, desde la perspectiva psicológica esta canalización se conoce como esquemas mentales, por las cuales las personas perciben una nueva visión del mundo. Un ejemplo muy claro es cuando aplicamos pruebas proyectivas, cuales se utilizan en diferentes campos como es la educativa, clínica u organizacional. Cuando pedimos que expresen una historia al respecto, la persona tendrá que hacerlo en base a sus esquemas mentales, que se han ido formando durante el transcurso de su vida. Así una persona podrá narrar historias agresivas, de odio, con discusiones, por el contrario bajo ese mismo estímulo habrá personas que puedan narrar una historia de superación, esfuerzos, logros, proyectando cada historia desde sus perspectivas de ver la vida. Aplicándola no solamente en su dibujo sino también en su vida. Entonces habría que enseñarle al cerebro a procesar la información desde un punto de vista optimista (Rozas, 2011).

Según Pradós, Martínez, Gutiérrez y Medina, (2010), citando a Peterson y Seligman proponen veinticuatro fortalezas, agrupadas en seis virtudes: La primera es la sabiduría y el conocimiento, la segunda es el valor y el coraje, la tercera es el amor y la humanidad, la cuarta es la justicia, la

quinta es la templanza y moderación y la sexta es la espiritualidad y trascendencia; dentro de esta última se encuentra el optimismo, que utilizaremos en el presente estudio.

Pero comencemos por definir el polo opuesto del optimismo. El pesimismo que es una interpretación negativa de la experiencia que genera en la persona ansiedad, frustración, desánimo, desamparo, apatía, desaliento, inseguridad, depresión y diferentes manifestaciones en el comportamiento, quienes la sufren experimentan más debilidades o debilitamientos físicos, obteniendo bajo desarrollo en su potencial, habilidades plenas y no logrando concretar sus metas principales (Aguilar, 2007).

Existen muchos estudios que indican que los pesimistas se dan por derrotados con más facilidad y con más frecuencia, e indican también que las personas optimistas pueden lograr mejores rendimientos en los estudios, oportunidad de ejercer mejor en el ámbito laboral y destacar en los deportes, pueden gozar de una buena salud, alcanzando un buen envejecimiento con pocos males físicos y vivir más tiempo. Sin embargo se ha logrado cambiar la forma de pensar para combatir el pesimismo y las ideas rumiantes que con lleva. Hoy en día los pesimistas pueden aprender a ser optimistas, aprendiendo habilidades cognitivas que Martin Seligman plantea en su libro: Aprenda optimismo (Seligman, 2004).

El optimismo, definiéndolo por Rogers, Hacen, Levy, Tate y Sikkema en el 2005 como la expectativa generalizada para obtener resultados positivos de la vida y el pensamiento de obtener buenos resultados, considerado como un factor estable a través del tiempo (Calvanece, Garcia y Velásquez, 2014).

Seligman y otros colegas abordan el optimismo desde investigaciones realizadas con perros a los cuales se les daba choques eléctricos, uno de ellos tenía la posibilidad de controlar la corriente con

un golpe, esto hizo que este animal mantuviera la energía, el otro en cambio no podía hacer nada frente al estímulo creando susto y poniéndose nervioso e indefenso, cuando se cambia la situación el animal no presentaba ningún cambio por mantener energía. Hallando así la indefensión aprendida y como el ser humano aprende a actuar en situaciones particulares de estrés y comienza a hacer estudios acerca del optimismo en las personas (Yela y Malmierca, 1992).

Las ideas y pensamientos que uno posee están conformados en base a las experiencias que uno tiene acerca de una situación vivida, favorable o desfavorable convirtiéndose en un pensamiento que puede influir en la manera de actuar en otras experiencias generándose hábitos mentales positivos o negativos. Seligman define al optimismo como la tendencia a esperar que el futuro depare resultados favorables y nos ayuda a enfrentarlos con ánimo y perseverancia, expone también como la persona se explica ante un suceso, esto indica si somos pesimistas o más optimistas, para esto atribuye tres parámetros, la primera es la permanencia, quiere decir cuando explicamos el suceso desde la temporalidad con causas permanentes o circunstanciales, la segunda es la amplitud, si el alcance de ese suceso es con explicaciones universales o específicas y la tercera es la personalización si son factores internos (atribuimos ser culpables) o externos (salen de nuestra responsabilidad). (Seligman, 2004).

El enfoque del optimismo disposicional desarrollada por Scheier y Carver, utiliza el instrumento de Lot.-R que evalúa el optimismo, según esta teoría el optimismo es una creencia o expectativa habitual de las personas las cuales esperan siempre resultados positivos en cualquier situación asociándose como una manera de actuar y buscando soluciones a un problema, estas disposiciones permanecen estables y los consideran como rasgos (Gillén, Pérez y Arnaiz, 2013).

El optimismo en la salud

La manera de definir a la depresión por parte de los psiquiatras es como una enfermedad del cuerpo, indicando que es un defecto bioquímico heredado que proviene del cromosoma dos, causante de un desequilibrio en el sistema cerebral, el tratamiento hoy en día se está asistiendo con antidepresivos y otros fármacos. Los antidepresivos no producen adicción, pero cuando el paciente se siente recuperado y suprime el tratamiento la depresión regresa nuevamente. Esto indica que el

paciente por sí solo no cree en su propia capacidad de seguir adelante, ni en su fortaleza de utilizar sus propias habilidades para generarse un cambio. El aumento de uso de antidepresivos nos indican que actualmente estamos viviendo en una sociedad sobre-medicada y que donde la mayoría de personas recurren hasta auto-medikarse con tranquilizantes u otros medicamentos que podrían ser obtenidos hasta sin receta médica tan solo para generarse a sí mismos un momento de paz mental (Seligman, 2011).

Cuando se adquiere un sentimiento de impotencia adquirido y ya conociendo las causas dentro de una enfermedad, podemos tener la idea de que nuestros propios actos terminen en fracasos, estas ideas que se originaron por contratiempos y adversidades. Y con la noción de que frente a cualquier medida que se podría tomar es inútil, esta experiencia para Seligman es aún más vista en países europeos, formándose una epidemia de depresión. Es comprobado que nuestro sistema inmunológico tiene diversas clases de células cuya función consiste en identificar y exterminar a invasores extraños, como virus, bacterias y células tumorales. Investigaciones y descubrimientos con ratas indican que el sentimiento de impotencia aprendido afecta al comportamiento y llega hasta

al sistema celular y hace que nuestro sistema inmunológico tenga una respuesta pasiva (Seligman, 2004).

“Nuestra salud física es algo que podemos controlar mucho más de lo que quizá sospechemos, por ejemplo nuestro modo de pensar, en especial acerca de la salud, puede cambiar nuestra salud. El optimista contrae menos enfermedades infecciosas que el pesimista, los optimistas tienen mejores hábitos sanitarios que los pesimistas, hay evidencias de que los optimistas viven más que los pesimistas”
(Seligman, 2004).

Las personas optimistas son capaces de ver el lado bueno de las cosas aunque las situaciones se presenten de forma muy negativa, las personas positivas gozan de un mejor humor, y su misma forma de actuar y ver la vida los hace ser más perseverantes y a disfrutar cada momento de su vida, gozan de buena salud y tienden a vivir más años (Rojas, 2005).

El optimismo en la educación

Aplicado al ámbito educativo el optimismo ayuda a los estudiantes a ejercer de mejor manera sus interacciones y actividades académicas. Cuando los estudiantes poseen pensamientos pesimistas, estos influyen también en su carácter depresivo, bajo rendimiento, resignación y agotamiento de energías. Pero el optimismo no solo viene del contexto estudiantil sino también de problemas relacionados en casa. Ante ello la actitud de los profesores ejerce mucha influencia en el desarrollo y superación de conflictos de estudiantes, tanto en su aprendizaje intelectual como social. Cabe decir que el optimismo se contagia y se aprende, entonces es fundamental para un docente evaluar

su buen nivel de optimismo en su vida y frente a sus alumnos, para generar estrategias dentro del salón de estudios (Giménez, 2005).

Prevención del pesimismo

La manera de prevenir, está relacionada a nuestra actitud y forma de pensar frente a circunstancias cotidianas difíciles, evitar tener ideas rumiantes y con esto Seligman se refiere a ideas intrusivas constantes que roen de forma negativa nuestros pensamientos, cuando aparecen estas ideas rumiantes es mejor combatirlas pensando en otras ideas. Es importante también salirnos de los esquemas y proponernos hacer cosas que siempre hemos querido hacer y disfrutar. En cuanto a un

momento de adversidad, es preferible registrar nuestra propia descripción de lo que pasó, no el modo en el que lo evaluamos, nuestras creencias son interpretaciones de nuestra adversidad, es mejor separar, pensamientos de sentimientos. Porque las explicaciones pesimistas generan pasividad y desaliento en tanto las explicaciones optimistas nos llevan al ánimo. Una técnica a detener el pensamiento en el caso de ser rumiante es golpear la pared con la palma de la mano para detener el pensamiento, otro acto importante es hablarse para sí mismo como. “Basta, ya pensaré eso más tarde”, otra estrategia es discutir con nuestras creencias para modificar sentimientos, ya corregido abandonar el pensamiento y seguir adelante. Generalmente los pesimistas siempre explican las cosas de la peor manera y de forma permanente, global y personal, entonces uno debe aprender a preguntarse “¿No podré pensar esto de manera de que no sea tan destructivo?” (Seligman, 2004).

Para concluir con el tema de optimismo, hacemos referencia a dos grandes investigadores, el primero Seligman (2004), que considera al optimismo y al pesimismo opuestos de una sola variable y ambos son predictores del futuro, como por ejemplo las personas optimistas son más positivas y esperan estar bien en un futuro y son capaces de asegurar que tendrán éxito, en cambio los pesimistas se enfocan más en las dificultades que pueden presentarse y asumen que difícilmente las superarán, la visión del éxito para ellos es inalcanzable.

Reynaldo Alarcón (2013), se inclina más al pensamiento de Seligman y atribuye que el optimismo nos permite afrontar situaciones en momentos inseguros, imprevistos, cuando nuestro bienestar puede estar en peligro, considerando también que el optimismo es un potencial humano y como tal se mantiene en un estado virtual porque lo utilizamos para enfrentar situaciones difíciles consideradas como dramáticas. Alarcón menciona que existen pocos instrumentos para medir el

optimismo, lo cual lo motivó a construir la Escala de Optimismo Atributivo. Dirigiéndose al término atributivo como propiedades o cualidades que poseen las personas optimistas. La escala EOA consta de 10 ítems, de las cuales se explora optimismo la cual aplicaremos en la presente investigación.

El optimismo se inclina a esperar cosas buenas del futuro siendo una actitud mental o forma positiva de pensamiento que influye en la buena salud y vida cotidiana, los optimistas muestran ser más exitosos que los pesimistas en eventos aversivos, es importante desde que cada especialidad de la psicología desarrolle programas donde enseñen a las personas a tener más pensamientos optimistas para mejorar el bienestar en las personas (Conversano, Rotondo, Lensi, Vista, Arpone y Reda, 2010).

El optimismo y constructos relacionados se han estudiado mucho en las últimas décadas, por predecir comportamientos positivos o negativos, respuestas emocionales, tendencias de afrontamiento y como las personas pueden reaccionar en momentos difíciles de la vida, de estos estudios se forman recursos motivacionales que permiten a las personas afrontar adversidades (Carver, 1998).

Según Alarcón (2013), estudios de Sheier y Carver hallaron una variable de personalidad a la cual denominaron optimismo disposicional, reconocida como una expectativa generalizada, estables y consientes que podría ser favorable o desfavorable de experiencia que con el paso del tiempo le van sucediendo a las personas. Esta propuesta considera al optimismo y pesimismo como rasgos de personalidad, enlazado a este concepto esta la expectativa que supone alcanzar metas deseadas, formándose el modelo de autorregulación, el optimista tiene la capacidad de lograr alcanzar metas en cambio el pesimista se da fácilmente por vencido (Alarcón, 2013).

Estudios realizados con adultos mayores indican, que los pesimistas tienden a presentar una peor percepción de la salud, así como el Neuroticismo muestra una correlación positiva con el pesimismo, en cuanto a los optimistas presentan una mejor percepción de bienestar en su salud y corresponden más en correlación con la extraversión, amabilidad, apertura y responsabilidad (Gázquez, Pérez, Mercader, Molero, 2014).

En una investigación realizada sobre optimismo disposicional y género, se hallan resultados en los cuales indican que los hombres presentan ser más optimistas que las mujeres ya que ellas dan importancia en pensar más en los hechos y rumiar sobre sus emociones. La misma imagen describe Seligman en su libro aprenda optimismo y da conocer distintos ejemplos y actividades que uno puede realizar para evitar pesar o rumiar en situaciones desagradables pasadas y enfocarse en dar un sentido positivo dando otro punto de vista a los hechos, lo cual ayuda a tener recuerdos

favorable y resolver de mejor manera los problemas. Así mismo se indica en la investigación que el desarrollo de las competencias emocionales es clave para el logro del bienestar y se sugiere la educación de las emociones (Cazalla y Molero, 2016)

Se encuentra en una investigación realizada en la ciudad en Lima con poblaciones marginales que la extraversión tiene una relación positiva con la felicidad, así también suele asociarse la extraversión con la amistad y a la sociabilidad, se indica también que las personas más felices cuentan con un sistema emocional que les permite afrontar adecuadamente los problemas presentes en la vida diaria (Caycho, 2010).



Hipótesis

Existe una correlación positiva entre personalidad y optimismo atributivo en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María, de forma que, mientras más altos sean los factores de personalidad, mayor será el factor de optimismo atributivo.





CAPÍTULO II

DISEÑO METODOLÓGICO

Diseño Metodológico

Diseño de investigación

La presente investigación es de tipo correlacional, la cual tiene como propósito determinar si dos variables se relacionan, esto significa analizar un aumento o disminución de una variable, coincide con un aumento o disminución de la otra variable (Salkind, 1998).

Se hace uso del diseño transversal o estudio vertical, mide la prevalencia de la exposición del estudio y del efecto en una muestra poblacional, en un solo momento temporal.

Técnica e instrumentos

La técnica que se empleó en esta investigación fue la aplicación individual de un cuestionario y una escala.

Instrumentos

En la investigación se procedió a aplicar un cuestionario y una escala de tipo individual o autoinforme, al cuestionario se agregó un cuadro para completar datos de sexo y facultad de estudios que ayudarán en la investigación.

- **Escala de Optimismo Atributivo**

La Escala de Optimismo Atributivo, desarrollada y autorizada en su utilización por el Dr. Reynaldo Alarcón (2013). Está compuesta por 10 ítems, de cinco alternativas: Totalmente de acuerdo, acuerdo, ni acuerdo ni desacuerdo y totalmente en desacuerdo. Al extremo positivo se le otorgó cinco puntos y al extremo negativo un punto. Los ítems fueron

redactados en forma favorable o desfavorable al optimismo. Los ítems tienen una distribución aleatoria.

La escala total presenta una consistencia interna de .744 Alfa de Cronbach (ítems estandarizados)

La validez de constructo se ha determinado mediante Análisis factorial por componentes principales y el método de rotación varimax.

Los coeficientes de correlación de Sperman entre la escala total y sus factores son altos, siendo mayor el que corresponde a la Escala total con el Factor Optimismo ($r = .898$).

Finalmente, la correlación entre los factores optimismo y pesimismo, es positiva y significativa ($r = .384$; $p < .05$). Los reactivos miden indicadores de un mismo constructo y lo miden con eficacia.

Se afirma que la escala de 10 ítems presenta alta confiabilidad, según lo señalan los diversos procedimientos utilizados.

- **Cuestionario de personalidad NEO –FFI**

El Cuestionario de personalidad NEO –FFI de Paul T. Costa y Robert R. McCrae. (1992).

Es una medida comprehensiva de los rasgos de personalidad que fue construido con base en poblaciones normales, pero puede usarse también en poblaciones clínicas. Busca evaluar las cinco dimensiones de la personalidad a través de 60 reactivos y está dirigida a jóvenes y adultos con un nivel de instrucción mínimo de sexto grado. Puede ser administrado de manera individual o grupal. Utiliza la escala de Tipo Likert con cinco opciones de respuestas que van de totalmente en desacuerdo a totalmente de acuerdo. Utiliza el modelo de los cinco factores, el cual asume que la personalidad está compuesta por estilos

individuales, personales, emocionales, interpersonales, experienciales y motivacionales que suponen diferencias individuales entre las personas. Estos estilos son definidos a través de cinco factores básicos:

FACTORES
N: Neuroticismo
E: Extraversión
O: Apertura
A: Amabilidad
C: Responsabilidad

Fuente: Elaboración propia

Confiabilidad

La confiabilidad es la consistencia o estabilidad de una medida, refiriéndose a ello como el grado en que una serie de medidas está libre de varianza de error al azar.

La confiabilidad de esta prueba ha sido medida a través del análisis de consistencia interna. La escala de 33 Neuroticismo (N) mostró valores entre .82 y .89, la de extraversión (E) entre .66 y .81, la de Apertura (O) entre .50 y .76, la de Amabilidad (A) entre .57 y .71, la de Responsabilidad (C) entre .81 y .84 (Costa y McCrae, 1992).

Validez

Cuando se demuestra la validez de un instrumento este se indica como exitoso y eficiente, la validez es un instrumento en la medición de un constructo que está diseñado a evaluar.

La validez ha sido examinada utilizando el análisis factorial por rotación Varimax, de donde resultaron 14 factores con valores propios mayores a 1 que dieron cuenta del 54.09% de la varianza. La solución de cinco factores sugerida por un screen test explicó un 35% de la varianza total, lo cual señala un nivel adecuado de validez (Mangas, Ramos y Morán, 2004).

Ficha de recolección de datos

Se anexo al cuestionario de NEO FFI un cuadro en el cual se busca obtener diferentes datos como sexo y escuela profesional, para precisar datos más exactos en la investigación.

Población y muestra

La presente investigación se desarrolló en la ciudad de Arequipa, con los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María. Se eligió este ámbito para la aplicación por la accesibilidad. La población está constituida por los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María, en un total de 13668 estudiantes matriculados en el semestre impar del año 2015. Se elige la población de adultez joven porque en esta etapa la persona tiene más establecida su personalidad, cual permitirá tener resultados más certeros al momento de evaluar las dimensiones de personalidad.

Para obtener nuestra muestra, se trabajó con el muestreo no probabilístico, aleatoria y por conveniencia, dado que los sujetos en una muestra como esta, son seleccionados en función de su accesibilidad o a criterio personal e intencional de investigador.

Distribución de la muestra por facultades

<u>Área</u>	<u>Muestra</u>	<u>Representada por:</u>
Ciencias e ingenierías (Primer año de ingeniería mecánica y Contabilidad).	184	61 datos de mujeres y 123 datos de hombres. Dentro de la edad de 17 a 25 años de edad
Ciencias jurídicas y empresariales (Primer año de administración).	41	24 datos para mujeres y 17 datos para hombres. Dentro de la edad de 17 a 20 años de edad
Ciencias sociales (Primer año de Psicología y Comunicación social).	149	109 datos de mujeres y 40 datos de hombres Dentro de los 17 a los 25 años de edad
TOTAL	374	

Estrategias de correlación y procesamiento de datos

Se aplicó un total de 374 cuestionarios a los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María, los estudiantes contaban con las edades alrededor de 17 a 25 años. No habiendo discriminación por ambos sexos. Se eliminaron 13 cuestionarios ya que no fueron respondidos completamente.

El cuestionario fue llenado de manera anónima y en un periodo de tiempo de 50 minutos aproximadamente. Previo a cada evaluación se dieron las instrucciones respectivas, por la investigadora.

Para el procesamiento de datos, se utilizó un procedimiento de tipo manual y computarizada. La información fue clasificada según los datos, seguidamente fue ordenada de acuerdo a los factores de personalidad y optimismo atributivo. La información obtenida fue clasificada en tablas demostrando los hallazgos más significativos y para mayor visualización en figuras. La información correlacionada se ha ordenado en distribución a porcentajes, así mismo se ha sometido a la prueba de pearson.

Para efectos de la investigación se agruparon los percentiles asociados a cada resultado en 3 grupos equivalentes donde: Nivel Bajo corresponde a los percentiles desde 1 a 34; Nivel Medio desde 35 a 69; y Nivel Alto de 70 a 99.

Temporalidad

La investigación se realizó de septiembre del 2015 a mayo del 2017

Criterios de procedimientos de información

Criterios de inclusión: Ser estudiante de la Universidad Católica de Santa María.

Criterios de exclusión: Cuestionarios no llenados adecuadamente y estudiantes que no estén dentro de las edades de 17 años a 25 años.



Resultados

Tabla N° 01

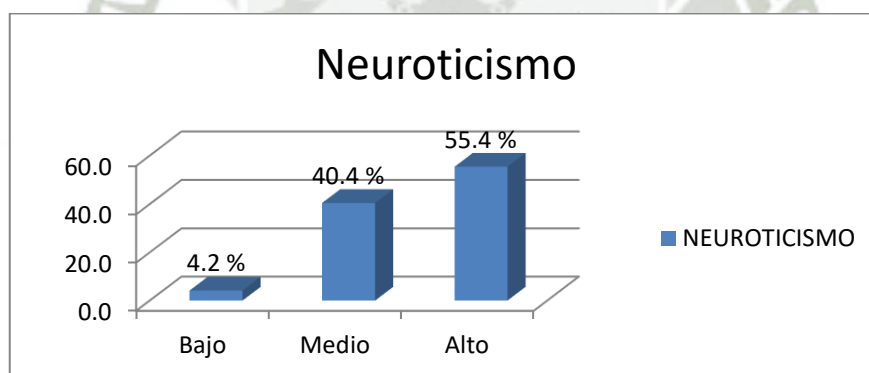
Niveles del factor Neuroticismo

Neuroticismo		
	f	%
Bajo	15	4.2
Medio	146	40.4
Alto	200	55.4
Total	361	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 01

Porcentajes de los niveles del factor Neuroticismo



En la figura uno se aprecia que la mayoría de estudiantes presenta un nivel alto de neuroticismo con 55.4%, el nivel medio se encuentra en 40.4%, y en nivel bajo tiene un 4.2%.

Tabla N° 02

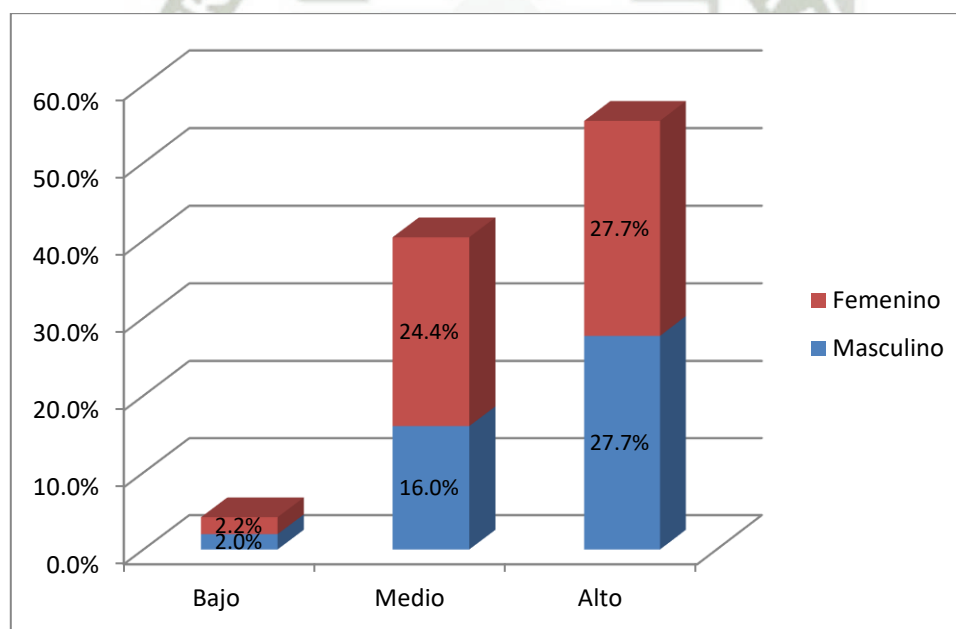
Factor Neuroticismo según el sexo de los estudiantes

	Neuroticismo							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Femenino	8	2.2%	88	24.4%	100	27.7%	196	54.3%
Masculino	7	2.0%	58	16.1%	100	27.7%	165	45.7%
Total	15	4.2%	146	40.4%	200	55.4%	361	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 02

Factor Neuroticismo según el sexo de los estudiantes



Al realizar la comparación por niveles se puede observar que solo en el nivel alto la proporción es igual para el sexo femenino y masculino con un 27.7% del total, cada uno; sin embargo, en el nivel medio y bajo son las personas del sexo femenino quienes tienen un porcentaje mayor por sobre el masculino.

Tabla N° 03

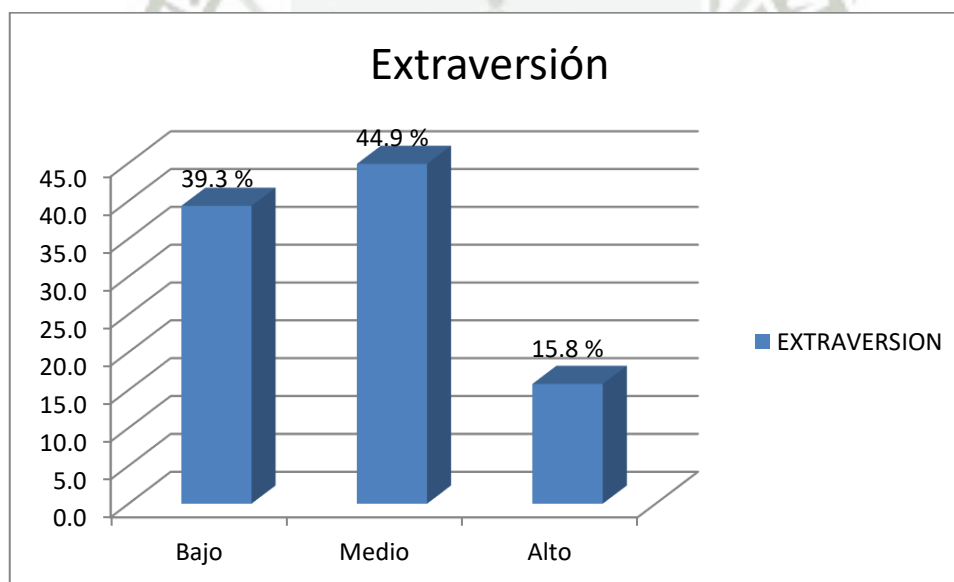
Niveles del factor Extraversión

	Extraversión	
	f	%
Bajo	142	39.3
Medio	162	44.9
Alto	57	15.8
Total	361	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 03

Porcentajes de los niveles del factor Extraversión



En la figura tres se aprecia que el 15.8% de los estudiantes se ubican en el nivel alto de extraversión, el 44.9% está en el nivel medio, y el 39.3% se ubica en el nivel bajo.

Tabla N° 04

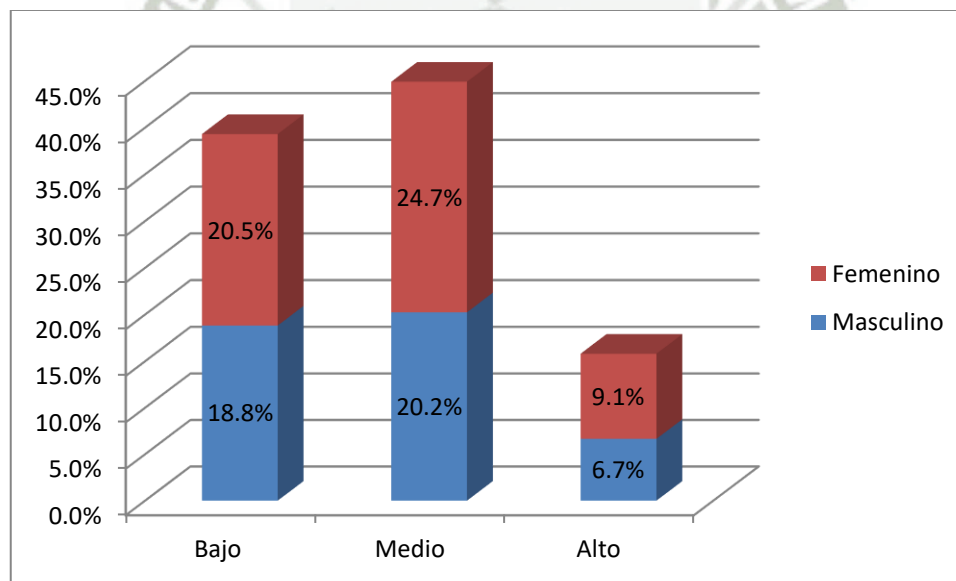
Factor Extraversión según el sexo de los estudiantes

	Extraversión							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Femenino	74	20.5%	89	24.7%	33	9.1%	196	54.3%
Masculino	68	18.8%	73	20.2%	24	6.6%	165	45.7%
Total	142	39.3%	162	44.9%	57	15.8%	361	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 04

Factor Extraversión según el sexo de los estudiantes

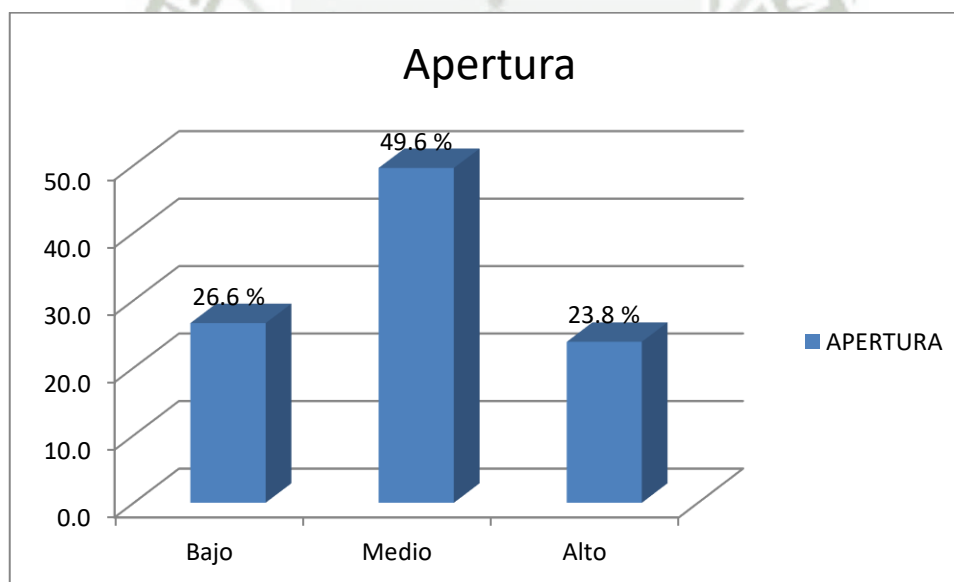


En la tabla 4 se observa que los niveles más altos de extraversión corresponden al sexo femenino en las tres categorías: Bajo (20.5%), Medio (24.7%) y Alto (9.1%) del total.

Tabla N° 05
Niveles del factor Apertura

	Apertura	
	f	%
Bajo	96	26.6
Medio	179	49.6
Alto	86	23.8
Total	361	100.0

Fuente: Elaboración propia

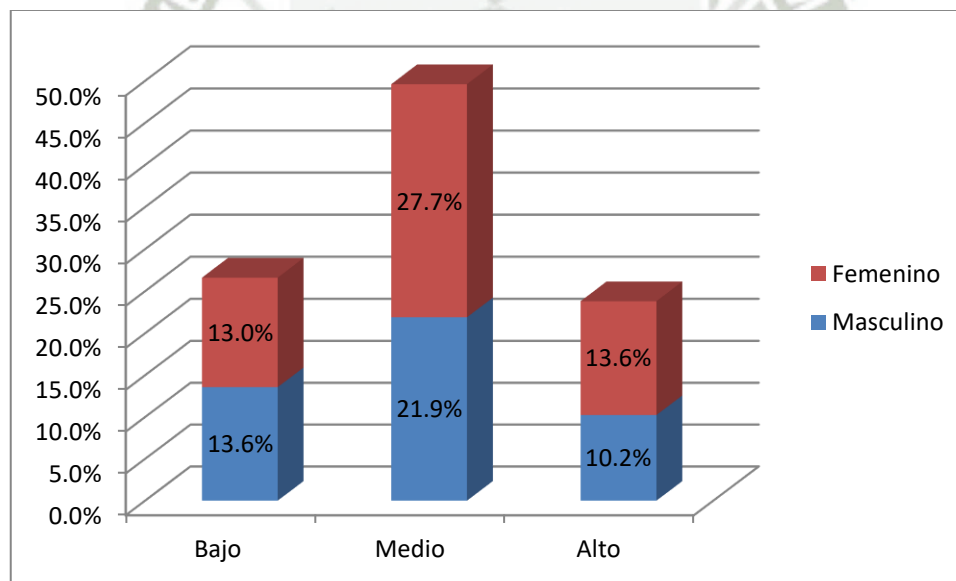
Figura N° 05
Porcentajes de los niveles del factor Apertura


En la figura cinco de apertura, se aprecia el nivel alto está presente en los estudiantes en un 23.8%; el nivel medio, siendo este el que más prevalece, con un 49.6%; finalmente el nivel bajo presenta un 26.6%.

Tabla N° 06
Factor Apertura según el sexo de los estudiantes

	Apertura							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Femenino	47	13.0%	100	27.7%	49	13.6%	196	54.3%
Masculino	49	13.6%	79	21.9%	37	10.2%	165	45.7%
Total	96	26.6%	179	49.6%	86	23.8%	361	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 06
Factor Apertura según el sexo de los estudiantes


Se observa que respecto al factor apertura, el sexo femenino presenta porcentajes más elevados en los niveles alto y medio con 13.6% y 27.7% respectivamente, siendo el único porcentaje mayor para el sexo masculino el nivel bajo con un 13.6%.

Tabla N° 07

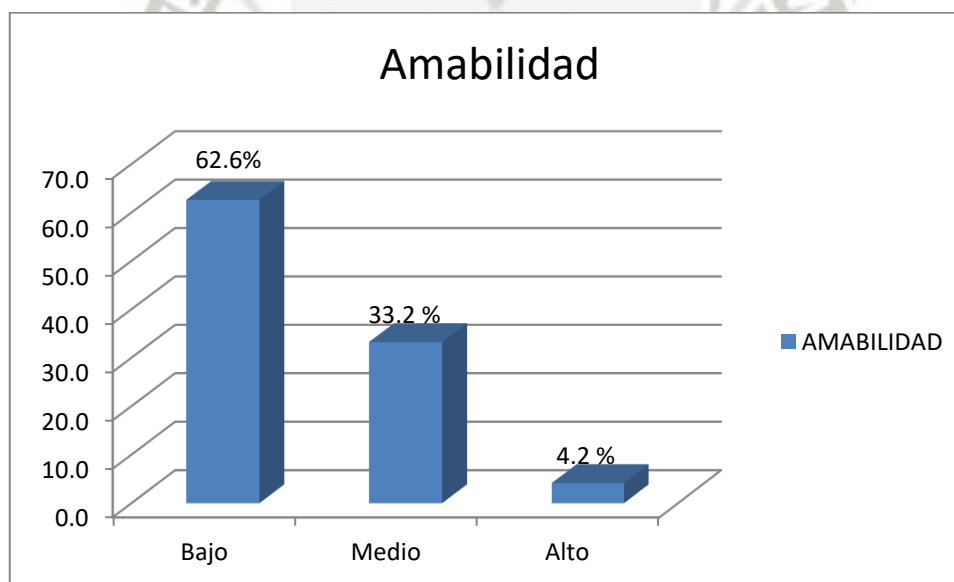
Niveles del factor Amabilidad

	Amabilidad	
	f	%
Bajo	226	62.6
Medio	120	33.2
Alto	15	4.2
Total	361	100.0

Fuente: Elaboración propia

Gráfico N° 07

Porcentajes de los niveles del factor Amabilidad en los estudiantes



En la figura se muestra el nivel bajo como predominante con un 62.6%; el nivel medio se ubica en segundo lugar con un 33.2%, finalmente el nivel bajo se encuentra presente en un 4.2% del total.

Tabla N° 08

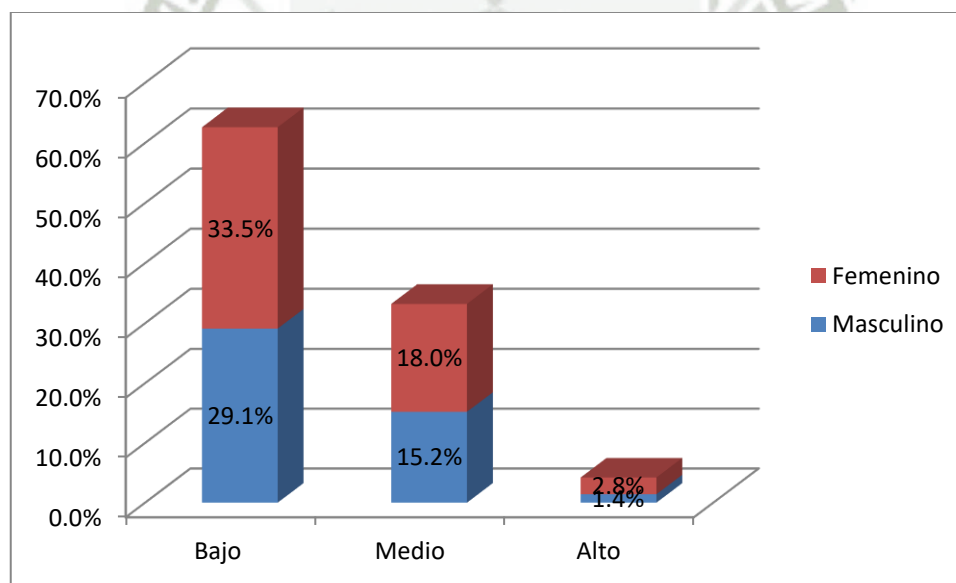
Factor Amabilidad según el sexo de los estudiantes

	Amabilidad							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Femenino	121	33.5%	65	18.0%	10	2.8%	196	54.3%
Masculino	105	29.1%	55	15.2%	5	1.4%	165	45.7%
Total	226	62.6%	120	33.2%	15	4.2%	361	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 08

Factor Amabilidad según el sexo de los estudiantes



En la tabla 08 se observa que respecto al factor amabilidad son las personas del sexo femenino quienes obtienen los porcentajes más altos en todos los niveles, donde en el nivel alto obtuvieron un 33.5%, medio un 18% y bajo un 2.8%.

Tabla N° 09

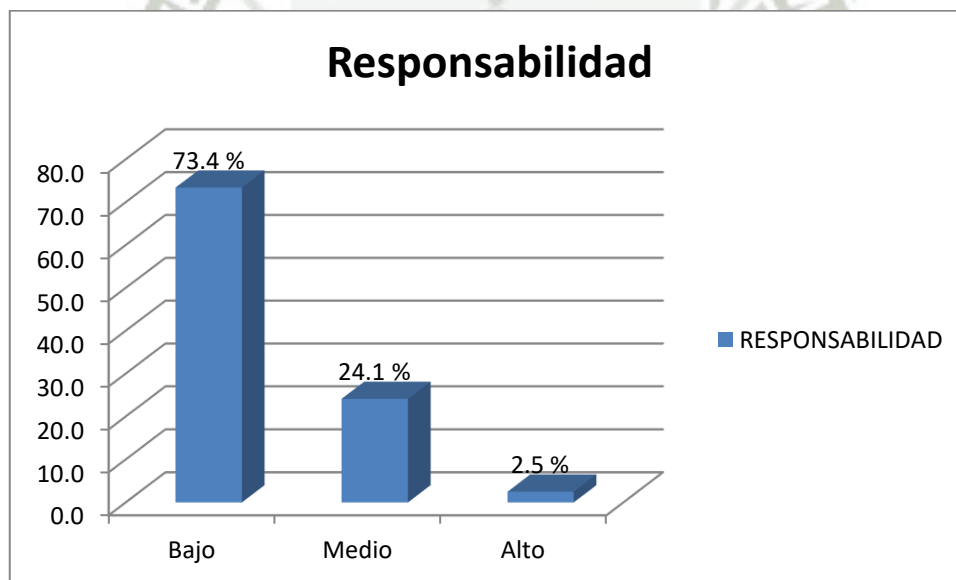
Niveles del factor Responsabilidad

Responsabilidad		
	f	%
Bajo	265	73.4
Medio	87	24.1
Alto	9	2.5
Total	361	100.0

Fuente: Elaboración propia

Gráfico N° 09

Porcentajes de los niveles del factor Responsabilidad

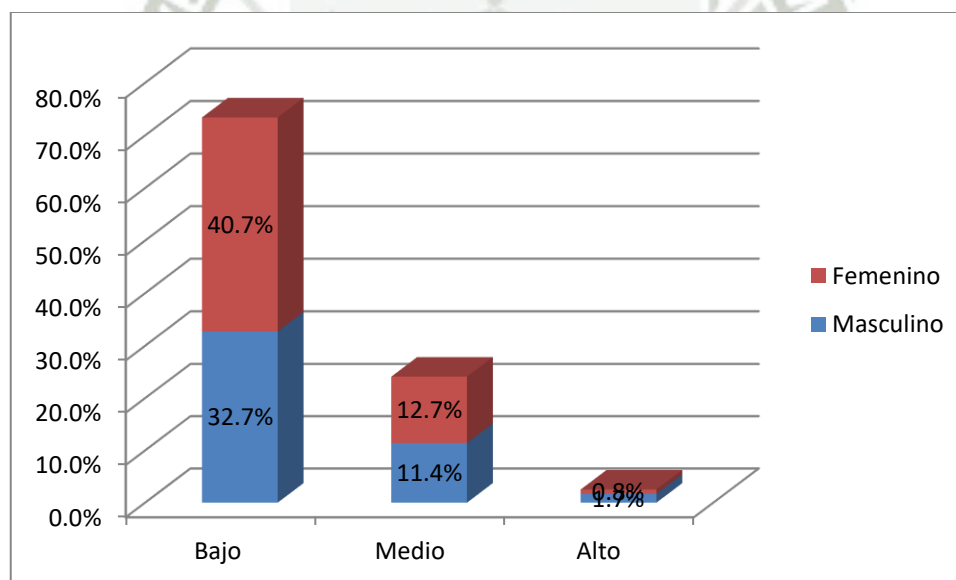


En la figura se muestra que el nivel alto obtiene un 2.5%, en el nivel medio se presenta en el 24.1% del total, siendo el nivel bajo el que más prevalece con 73.4% del total de evaluados.

Tabla N° 10
Factor Responsabilidad según el sexo de los estudiantes

	Responsabilidad							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Femenino	147	40.7%	46	12.7%	3	0.8%	196	54.3%
Masculino	118	32.7%	41	11.4%	6	1.7%	165	45.7%
Total	265	73.4%	87	24.1%	9	2.5%	361	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 10
Factor Responsabilidad según el sexo de los estudiantes


Respecto a la responsabilidad, es el sexo masculino el que predomina en el nivel alto con un 1.7% del total de 2.5%, sin embargo, el sexo femenino obtuvo mayores porcentajes en los niveles medio y bajo con un 12.7% y 40.7% respectivamente.

Tabla N° 11

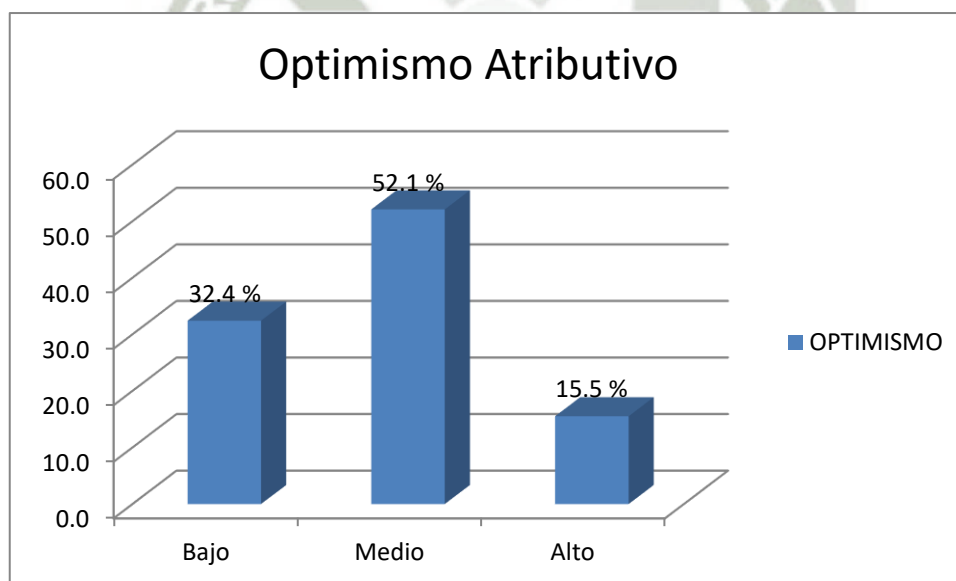
Frecuencias y porcentajes de los niveles de Optimismo Atributivo

Optimismo Atributivo		
	f	%
Bajo	117	32.4
Medio	188	52.1
Alto	56	15.5
Total	361	100.0

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 11

Porcentajes de los niveles de Optimismo Atributivo

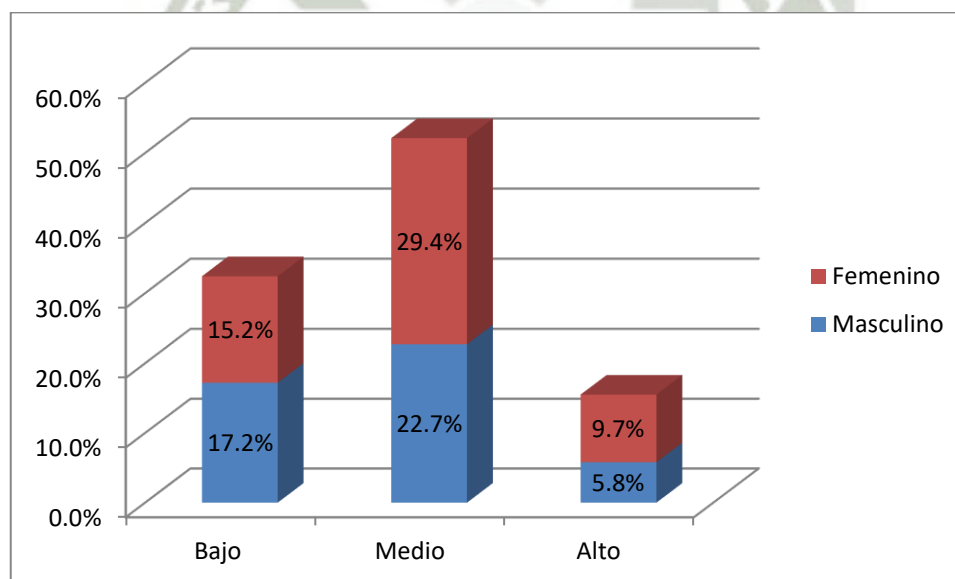


En la figura se puede observar que el nivel alto representa el 15.5% del total de evaluados, el nivel medio el 52.1%, y el nivel bajo obtiene un 32.4%.

Tabla N° 12
Optimismo Atributivo según el sexo de los estudiantes

	Optimismo							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Femenino	55	15.2%	106	29.4%	35	9.7%	196	54.3%
Masculino	62	17.2%	82	22.7%	21	5.8%	165	45.7%
Total	117	32.4%	188	52.1%	56	15.5%	361	100.0%

Fuente: Elaboración propia

Figura N° 12
Optimismo Atributivo según el sexo de los estudiantes


Los resultados obtenidos de optimismo señalan el sexo femenino como el que presenta el mayor porcentaje en los niveles medio y alto con un 29.4% y 9.7% respectivamente, siendo el masculino el único que resalta en el nivel bajo con un 17.2%.

Tabla N° 13
Correlación entre los factores de personalidad y optimismo atributivo

	Neuroticismo	Extraversión	Apertura	Amabilidad	Responsabilidad
Optimismo	-,165*	,135*	,118*	,185*	,128*

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

FUENTE. Elaboración propia

Figura N° 13
Correlación entre los factores de personalidad y Optimismo Atributivo


Según los datos obtenidos, existe correlación entre optimismo y los cinco factores de personalidad al 95% y al 99%; el optimismo, en relación al neuroticismo presenta una correlación estadísticamente significativa al 99% de confiabilidad, sin embargo esta es de intensidad baja y negativa, obteniendo un índice de -0.165; con la extraversión también existe una correlación estadísticamente significativa al 95%, pero esta es positiva y de intensidad baja con un índice de

0.135; al relacionarla con apertura se obtuvo una correlación positiva y de intensidad baja con un índice de 0.118; sucediendo lo mismo con amabilidad obteniéndose un índice de 0.185; finalmente al relacionar optimismo con responsabilidad se obtuvo un índice de 0.128 de correlación positiva.





Discusión

En la investigación desarrollada por Celis-Atenas, Cordoba-Rubio y vera-Villaroel (2009), encontraron que optimismo se correlaciona de forma inversa con variables negativas que denotan depresión y ansiedad, situación que guarda relación con lo encontrado en esta investigación donde optimismo correlacionó de forma inversa con neuroticismo, factor que usualmente se asocia con conductas de preocupación, depresión, ansiedad y otras emociones que influyen directamente en el mantenimiento de un adecuado equilibrio emocional.

En otro estudio realizado en la Universidad de Murcia por Ortín y Garcés de Fayos el 2012, mencionan que el optimismo es una capacidad que puede ser entrenada en las personas, donde este tiene un impacto positivo en la salud y el deporte, de manera que su desarrollo permite reconocer, valorar y reforzar las emociones positivas, lo que posibilita el mejor manejo de situaciones de estrés; dicho esto, y relacionándolo con la investigación se observa que los factores de personalidad “apertura” y “amabilidad” tienden a tener una correlación positiva con optimismo; en otras palabras las personas que tienden a tener emociones positivas, ser más emprendedoras y audaces al momento de enfrentar situaciones estresantes, son aquellas que podrían contar con una mayor facilidad para ser capacitadas en optimismo, respecto de aquellas que no presenten estos rasgos; situación que guarda coherencia con lo encontrado en la investigación donde los factores comúnmente catalogados como positivos de la personalidad mantienen una correlación positiva con el optimismo.

Al relacionar optimismo con el sexo del evaluado se encontró que no existe una diferencia significativa entre los niveles encontrados en varones y mujeres, situación que concuerda con lo encontrado por Caycho y Castañeda (2015) que indican que las puntuaciones de optimismo y

felicidad no difieren de forma significativa entre hombres y mujeres, sino que eso se relaciona más a factores culturales, conductuales y aquellas relacionadas con la expresión de las emociones dentro de cada sexo. Además, Panziera (2014) en su investigación entre estilos de pensamiento y optimismo tampoco encontraron diferencias significativas relacionadas al género, atribuyendo dichas diferencias a otras variables especialmente las de tipo sociocultural.

Respecto a la autoestima y la motivación, Bastianello y Hutz (2015) mencionan que la autoestima incrementa la motivación respecto de metas específicas, disminuyendo niveles altos de pesimismo; además indican que el optimismo puede ser aprendido a través de la experiencia donde los fracasos y los éxitos juegan un papel vital para su asimilación, mencionando también su relación con cuatro factores de la personalidad: Neuroticismo, extraversión, socialización y rendimiento; situación que guarda relación con lo encontrado en la investigación.

Respecto del factor apertura estudiado en esta investigación se encontró que son las personas del sexo femenino las que obtuvieron puntajes relativamente más altos a los de su contraparte masculina, por lo que se podría inferir que son las mujeres las que presentan mayores niveles de flexibilidad y creatividad, sin embargo en una serie de estudios realizados por Kay, Koval y Proudfoot (2015) encontraron que las concepciones acerca del pensamiento creativo se asocia fuertemente con cualidades comúnmente estereotipadas como masculinas, y son los hombres los que usualmente son juzgados como más creativos que las mujeres; situación que en cierta magnitud difiere con lo encontrado en la investigación.

Una situación interesante para analizar se encuentra en el estudio de Benenson y Wrangham (2016) que analizaron la afiliación post-conflicto como un factor que facilita la cooperación futura en una muestra de deportistas, encontrando que son los hombres los que tienden a ser más preocupados que las mujeres al expresar conductas afiliativas después de conflictos con pares no

relacionados del mismo sexo, conducta que podría asociarse en algún grado con el factor amabilidad presente en este estudio, pero que difiere respecto a los resultados encontrados en la presente investigación donde es el sexo femenino el que puntúa más elevado en el factor amabilidad.

Respecto al factor responsabilidad, tanto hombres como mujeres puntuaron en su mayoría bajo, sin embargo, son los hombres los que presentan un porcentaje ligeramente mayor en la categoría alto de dicho factor, lo que a simple vista podría interpretarse como que las personas de sexo masculino son más responsables que las de sexo femenino; situación que no del todo podría ser calificada como correcta, ya que en un estudio realizado por Bucks, St Claire, Whitfield y Williams (1991) encontraron que usualmente los profesionales de sexo femenino tienden a ser más modestas que los hombres cuando se les solicita evaluar su rendimiento, situación que en cierta medida podría explicar por qué en términos generales obtuvieron un puntaje menor al de sus contrapartes masculinas.

CAPÍTULO V

Conclusiones

PRIMERA: Existe relación entre los factores de personalidad y el optimismo atributivo donde el Neuroticismo cuenta con una correlación inversa, en comparación con la Extraversión, Amabilidad, Apertura y Responsabilidad que cuentan con una correlación directa; demostrando en todos los casos ser consistente y significativa, en consecuencia se comprueba la hipótesis.

SEGUNDA: El perfil de personalidad presente en los estudiantes de la universidad católica de Santa María es Neuroticismo a nivel alto, Extraversión y Apertura a nivel medio; y finalmente Amabilidad y Responsabilidad a nivel bajo.

TERCERA: Se identificó que el nivel de optimismo atributivo en los estudiantes de la universidad es medio.

CUARTA: El perfil de los estudiantes según sexo en el factor neuroticismo alcanzó un nivel alto y no encontrándose diferencia entre hombres y mujeres, en extraversión prevalece un nivel medio, con una diferencia ligeramente mayor en mujeres que en hombres, en el factor apertura se distingue más el nivel medio nuevamente las mujeres obtiene un porcentaje mayor en comparación a los hombres, por el contrario el factor amabilidad indica un nivel bajo donde las mujeres alcanzan porcentajes ligeramente altos frente a los hombres, finalmente en el factor responsabilidad también obtiene niveles bajos en el que las mujeres obtienen porcentajes más altos que los hombres.

QUINTA: Al identificar los niveles de optimismo atributivo por sexo en los estudiantes de la universidad se encontró que predomina el nivel medio, alcanzando las mujeres un porcentaje mayor que los hombres.

Recomendaciones

PRIMERA: Se sugiere seguir realizando nuevas investigaciones de temas aún no estudiados a profundidad como el optimismo atributivo o investigaciones que se relacionen al desarrollo de emociones positivas y descubrir metodologías de como poder fortalecer estas actitudes en los estudiantes desde el inicio de su vida académica.

SEGUNDA: Se sugiere organizar y anexar en la currícula universitaria temas muy ligados al optimismo atributivo, así mismo ejercicios prácticos y desarrollo de investigaciones, para fortalecer pensamientos asertivos que ayuden a madurar a los estudiantes hacia actitudes positivas, para enfrentar situaciones que pudieran presentarse en la vida académica actual y laboral futura.

TERCERA: Se sugiere que en caso de continuar con una investigación igual o parecida utilicen una muestra donde los estudiantes estén cursando los últimos años de universidad o estudios de post grado, para tener datos comparativos.

CUARTA: En la investigación se indica un alto nivel de Neuroticismo es recomendable fortalecer capacidades optimistas mediante talleres que ayuden a reducir actitudes neuróticas en los estudiantes universitarios.

QUINTA: Frente a la baja correlación encontrada entre Neuroticismo y optimismo atributivo, se sugiere realizar la investigación en otras muestras, con distintos factores culturales y con personas de mayor edad, lo cual daría un mayor acercamiento al tema investigado.

Limitaciones

PRIMERA: Se procedió a sacar de la muestra los cuestionarios que no habían sido llenados por completo, siendo en su totalidad 13.

SEGUNDA: Se aplicó los cuestionarios a estudiantes que se encontraban recién iniciando la vida académica, por lo que la personalidad frente a nuevas experiencias académicas es vulnerable a cambios en esta etapa.



Referencias

- Aguilar E. (2007). El optimismo. Desarrollo del Optimismo Inteligente, de <http://www.uman.edu.mx/boletin/orienta%20febrero%202007.pdf>.
- Adler A, (2000). *El sentido de la vida* (1° Ed). España, Madrid., España: Ahimsa.
- Alarcón, R. (2009). *Introducción a la psicología positiva. Psicología de la felicidad*. (1°Ed.). Perú, Lima., Perú: Universidad Ricardo Palma Editorial Universitaria.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala para medir la felicidad. *Revista interamericana de psicología*, 99- 101.
- Allport, G. (1960). *Psicología de la personalidad*. (1° Ed). Argentina, Buenos aires., Argentina: Paidos.
- Bastianello, M., y Hutz, C. (2015). Do Optimismo Explicativo ao Disposicional: a Perspectiva da Psicologia Positiva. *Psico-USF*, 20(2), 237-247. <https://dx.doi.org/10.1590/1413-82712015200205>
- Bausela, E. (2005). Modelo alternativos de evaluación de la personalidad: modelo de los cinco factores, modelo 16 PF y otros. *Avances en Salud Mental Relacional*. Vol. 4 (N° 2), 1-30.
- Benenson, J., y Wrangham, R., (2016). Cross-Cultural Sex Differences in Post-Conflict Affiliation following Sports Matches. *Current Biology* 26, pp. 1-5. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.1016/j.cub.2016.06.024>

Bucks, R., St Claire, L., Whitfield, M. y Williams, A., (1991). Differences in the attitudes of men and women practitioners to responsibility and competence. University of Bristol. Bristol: United Kingdom. Recuperado de:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1371755/pdf/brjgenprac00065-0021.pdf>

Caycho, T (2010). Variables psicológicas asociadas con la felicidad en centros peri-urbanos y urbanos marginales de Lima. *UCV – Scientia*. 2(1). 61- 68.

<http://docplayer.es/15156556-Variables-psicologicas-asociadas-con-la-felicidad-en-centros-peri-urbanos-y-urbanos-marginales-de-lima.html>

Cazalla. L, y Molero, D (2016). Inteligencia emocional percibida, disposición al optimismo-pesimismo, satisfacción vital y personalidad de docentes en su formación inicial. *Revista de Investigación Educativa*, 34(1), 241-258.

<http://dx.doi.org/10.6018/rie.34.1.220701>.

Carver, C. (1998). *Optimism*. Recuperado el 01 de abril del 2015, de

http://cancercontrol.cancer.gov/brp/constructs/dispositional_optimism/dispositional_optimism.pdf

Carr, A. (2004). *Psicología positiva. La ciencia de la felicidad (1º Ed.)*. España, Varcelona, España: Ediciones Paidós Iberica.

Calvanece N, Garcia, H y Velásquez, B. (2014). Optimismo y salud: perspectivas teóricas y consideraciones empíricas. Recuperado el 11 de marzo del 2015 de

http://www.medic.ula.ve/cip/docs/optimismo_salud.pdf

- Caycho, T. y Castañeda, M. (2015). Felicidad y optimismo en adolescentes peruanos y paraguayos: Un estudio predictivo. *Revista Salud y Sociedad*. Vol. 6. N 3. Pp 250-263. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439744554005>
- Celis-Atenas, K; Córdova-Rubio, N; Vera-Villarroel, P; (2009). Optimismo Versus Autoestima: Implicancia para la psicología clínica y psicoterapia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XVIII() 21-30. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921800002>
- Conversano, C., Rotondo A, Lensi E, Vista O, Arpone F y Reda M. (2010). El optimismo y sus efectos en el bienestar mental y físico –Ser. *Clin Pract Epidemiol Ment Health*, 6, 25-29. <https://translate.google.com.pe/translate?hl=es&sl=en&u=http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2894461/&prev=search>
- Costa y McCrae. (1999). Cuatro maneras de cinco factores son básicas c. Personalidad y diferencias individuales. 13, 653-665.
- Costa y McCrae. (2002). Inventario de personalidad de Neo Revisado – Manual profesional: TEA Ediciones, S.A.
- Gázquez, J. J., Pérez, M. del C., Mercader, I., Molero, M. del M. & Inglés, C. J. (2014). Repercusión del optimismo y de los Cinco Grandes factores de personalidad sobre la salud de personas mayores. *Universitas Psychologica*, 13(3), 15-23. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.rocg>

Giménez, M. (2005). Optimismo y pesimismo. Variables asociadas en el contexto escolar.

Pulso 28 (1), 9-23.

Goñi, C. (2002). Historia de la filosofía (1º ed.). España, Madrid. España: Ediciones palabra.

Gómez, E. (2014, enero). Nuevos aportes de la psicología positiva: estudio del optimismo,

la felicidad, la creatividad, el fluir en las tareas diarias. *Psicología Positiva.*

Recuperado el 1 de marzo del 2015, de

<http://www.enriquecetupsicologia.com/psicologia-positiva-seligman.pdf>.

Gordon, H y Ernest R. (1989). *Teorías del Aprendizaje*. (2º Ed). México: Editorial Trillas.

Gillén F, Pérez J y Arnaiz P, 2013. (2013). Relación entre motivación y optimismo

disposicional en aprendices de inglés como lengua extranjera en un contexto

universitario. *Revista de educación extraordinario*.1,104-128.

[http://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-](http://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulosre2013/re201305.pdf?documentId=0901e72b8176d629)

[educacion/articulosre2013/re201305.pdf?documentId=0901e72b8176d629](http://www.mecd.gob.es/dctm/revista-de-educacion/articulosre2013/re201305.pdf?documentId=0901e72b8176d629).

Holt, Rinehart y Winston. (1963). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*.

Recuperado el 13 de marzo del 2015, de

[http://www.conductitlan.net/libros_y_lecturas_basicas_gratuitos/aprendizaje_social_](http://www.conductitlan.net/libros_y_lecturas_basicas_gratuitos/aprendizaje_social_desarrollo_de_la_personalidad_albert_bandura_richard_h_walters.pdf)

[desarrollo_de_la_personalidad_albert_bandura_richard_h_walters.pdf](http://www.conductitlan.net/libros_y_lecturas_basicas_gratuitos/aprendizaje_social_desarrollo_de_la_personalidad_albert_bandura_richard_h_walters.pdf)

Hothersall, D. (1998). *Historia de la psicología*. (3º Ed). México: Mcgraw-hill /

interamericana de México.

- Kay, A., koval, C., Proudfoot, D., (2015). A Gender Bias in the attribution of Creativity: Archival and Experimental Evidence for the Percieved Association Between Masculinity and Creative Thinking. *Association for Psychological Science* Vol. 26(11) pp. 1751 – 1761. Recuperado de <http://www.bm.ust.hk/mgmt/staff/papers/christy/Psy%20Sci-2015-26-1751-61.pdf>
- Martinez, J. (1997). *Psicología y psicobiología de las diferencias individuales desde la perspectiva de Eysenck*. *Anales de psicología*, 13(2), 111-117.
- Mangas, Ramos y Morán. (2004). *The Spanish norms of the NEO Five-Factor Inventory: New data and analyses for its improvement*. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 4, 639-648.
- Ortín, F. y Garcés de los Fayos, E. (2012). Influencia del optimismo en la actividad física y el deporte. *Revista universitaria de la Educación física y el deporte*. Año 5. N 5. 15-21. Montevideo Uruguay. Recuperado de: <http://www.latindex.unam.mx/buscador/ficRev.html?folio=17836&opcion=1>
- Panziera, J. (2014). Estilos de pensamiento y optimismo disposicional en estudiantes de psicología. Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina. Recuperado de: <http://bibliotecaparalapersona-epimeleia.com/greenstone/collect/ecritos2/index/assoc/HASH0152/04b82c32.dir/doc.pdf>

Plazas E. (2006). B. F. Skinner: *La búsqueda de orden en la conducta voluntaria*.

Recuperado el día 9 de marzo del 2015, de

<http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v5n2/v5n2a1>.

Pradós, F., Martínez, M., Gutiérrez, C. y Medina, M. (2010). La psicología positiva. Una joven disciplina científica que tiene como objeto de estudio un viejo tema, la felicidad. *Uaricha Revista de psicología*. 2010 (14). 30-40.

Reynaldo Alarcón. (2013). *Construcción y validación de una escala para medir el optimismo*. Documento presentado en el XXXIV Congreso Internacional de Psicología, (pp. 379-388). Brasil.

Rojas, L. (2005). *La fuerza del optimismo*. (1º Ed). España, Madrid, España: Santillana Ediciones Generales.

Rozas, J. (2011). Teoría de los Esquemas, recuperado el 11 de marzo del 2015, de <http://stjpsicologiacognitiva.blogspot.com/2011/09/teoria-de-los-esquemas.html>.

Ryff, C. (1989). Escala de bienestar psicológico. Revisión de la estructura del bienestar psicológico. *Revista de personalidad y psicología social*. (69); 719-727.

Salkind, K. (1998). *Métodos de investigación*. México: Pearson Prentice Hall.

Seligman M. (2004). *Aprenda Optimismo: Haga de la vida una experiencia maravillosa*. (1º Ed). España: S.A. Editorial Atlántida.

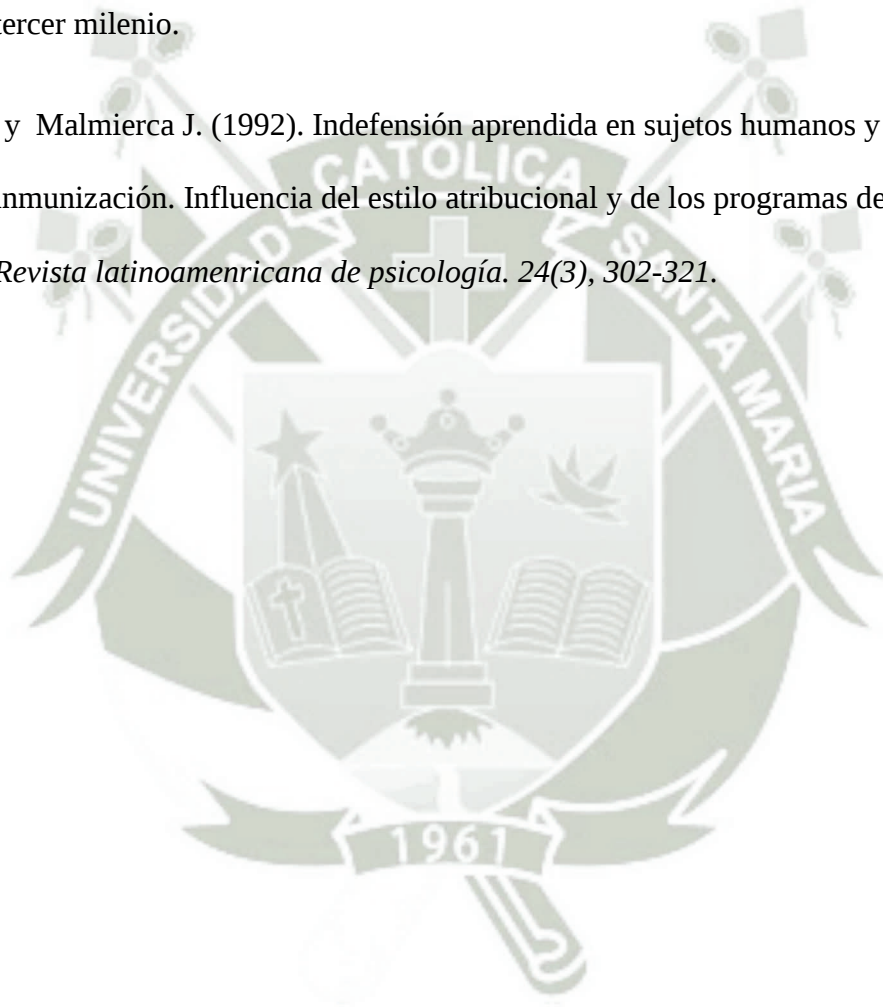
Seligman, M y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.

Seligman M. (2011). *La vida que florece* (1° Ed) España, Barcelona., España: Ediciones B, S.A.

Schultz D y Schultz S. (2010). *Teorías de la personalidad* (9° Ed.).México: Cengage Learning.

Seelbach G, (2012). *Teorías de la personalidad* (1° Ed) México, Tlalnepantla., Mexico: Red tercer milenio.

Yela, B y Malmierca J. (1992). Indefensión aprendida en sujetos humanos y su inmunización. Influencia del estilo atribucional y de los programas de reforzamiento. *Revista latinoamericana de psicología*. 24(3), 302-321.





ANEXOS

Anexo N° 1: Escala de optimismo atributivo

ANEXO. Escala de Optimismo Atributivo (EOA)

Reynaldo Alarcón

Hombre ____ Mujer ____ Educación: Primaria ____ Secundaria ____ Superior ____ Edad ____
Estado civil: Soltero ____ Casado ____ Viudo ____ Conviviente ____ Distrito de residencia ____

Instrucciones

Lea detenidamente cada frase, y luego utilice la Escala para indicar su grado de Acuerdo o Desacuerdo con cada una de las frases. Marque con X sus respuestas. No hay respuestas buenas ni malas.

Escala:

TA = Totalmente de Acuerdo

A = Acuerdo

¿ = Ni acuerdo ni Desacuerdo

D = Desacuerdo

TD = Totalmente en Desacuerdo

1. Tengo esperanza en el futuro	TA	A	¿	D	TD
2. Si fracaso en el primer intento, en el próximo tendré éxito.	TA	A	¿	D	TD
3. No espero que me ocurran cosas buenas en el futuro	TA	A	¿	D	TD
4. Tengo confianza en obtener lo que deseo	TA	A	¿	D	TD
5. No creo que lo que suceda será bueno para mí	TA	A	¿	D	TD
6. Con persistencia puedo obtener lo que me propongo	TA	A	¿	D	TD
7. No estoy seguro de obtener lo que más quiero	TA	A	¿	D	TD
8. Confío en mis habilidades para alcanzar lo que deseo	TA	A	¿	D	TD
9. A menudo, gano porque tengo talento.	TA	A	¿	D	TD
10. Siempre veo las cosas en su aspecto favorable.	TA	A	¿	D	TD

Anexo N° 2: Cuestionario NEO-FFI

Ítems ▪ NEO-FFI

A: En total desacuerdo; B: En desacuerdo; C: Neutral; D: De acuerdo; E: Totalmente de acuerdo		A	B	C	D	E
A menudo me siento inferior a los demás	1					
Soy una persona alegre y animosa	2					
A veces, cuando leo poesía o contemplo una obra de arte, siento una profunda emoción o excitación	3					
Tiendo a pensar lo mejor de la gente	4					
Parece que nunca soy capaz de organizarme	5					
Rara vez me siento con miedo o ansioso	6					
Disfruto mucho hablando con la gente	7					
La poesía tiene poco o ningún efecto sobre mí	8					
A veces intimidado o adulo a la gente para que haga lo que yo quiero	9					
Tengo unos objetivos claros y me esfuerzo por alcanzarlos de forma ordenada	10					
A veces me vienen a la mente pensamientos aterradores	11					
Disfruto en las fiestas en las que hay mucha gente	12					
Tengo una gran variedad de intereses intelectuales	13					
A veces consigo con artimañas que la gente haga lo que yo quiero	14					
Trabajo mucho para conseguir mis metas	15					
A veces me parece que no valgo absolutamente nada	16					
No me considero especialmente alegre	17					
Me despiertan la curiosidad las formas que encuentro en el arte y la naturaleza	18					
Si alguien empieza a pelearse conmigo, yo también estoy dispuesto a pelear	19					
Tengo mucha autodisciplina	20					
A veces las cosas me parecen demasiado sombrías y sin esperanza	21					
Me gusta tener mucha gente alrededor	22					
Encuentro aburridas las discusiones filosóficas	23					

A: En total desacuerdo; B: En desacuerdo; C: Neutral; D: De acuerdo; E: Totalmente de acuerdo		A	B	C	D	E
Cuando me han ofendido, lo que intento es perdonar y olvidar	24					
Antes de emprender una acción, siempre considero sus consecuencias	25					
Cuando estoy bajo un fuerte estrés, a veces siento que me voy a desmoronar	26					
No soy tan vivo ni tan animado como otras personas	27					
Tengo mucha fantasía	28					
Mi primera reacción es confiar en la gente	29					
Trato de hacer mis tareas con cuidado, para que no haya que hacerlas otra vez	30					
A menudo me siento tenso e inquieto	31					
Soy una persona muy activa	32					
Me gusta concentrarme en un ensueño o fantasía, y dejándolo crecer y desarrollarse, explorar todas sus posibilidades	33					
Algunas personas piensan de mí que soy frío y calculador	34					
Me esfuerzo por llegar a la perfección en todo lo que hago	35					
A veces me he sentido amargado y resentido	36					
En reuniones, por lo general prefiero que hablen otros	37					
Tengo poco interés en andar pensando sobre la naturaleza del universo o la condición humana	38					
Tengo mucha fe en la naturaleza humana	39					
Soy eficiente y eficaz en mi trabajo	40					
Soy bastante estable emocionalmente	41					
Huyo de las multitudes	42					
A veces pierdo el interés cuando la gente habla de cuestiones muy abstractas o teóricas	43					
Trato de ser humilde	44					
Soy una persona productiva, que siempre termina su trabajo	45					
Rara vez estoy triste o deprimido	46					
A veces reboso felicidad	47					

A: En total desacuerdo; B: En desacuerdo; C: Neutral; D: De acuerdo; E: Totalmente de acuerdo		A	B	C	D	E
Experimento una gran cantidad de emociones o sentimientos	48					
Creo que la mayoría de la gente con la que trato es honrada y fidedigna	49					
En ocasiones primero actúo y luego pienso	50					
A veces hago las cosas impulsivamente y luego me arrepiento	51					
Me gusta estar donde está la acción	52					
Con frecuencia pruebo comidas nuevas o de otros países	53					
Puedo ser sarcástico y mordaz si es necesario	54					
Hay tantas pequeñas cosas que hacer que a veces lo que hago es no atender a ninguna	55					
Es difícil que yo pierda los estribos	56					
No me gusta mucho charlar con la gente	57					
Rara vez experimento emociones fuertes	58					
Los mendigos no me inspiran simpatía	59					
Muchas veces no preparo de antemano lo que tengo que hacer	60					

