



Clínica y Salud

www.elsevier.es/clysa



Sobre la felicidad y su relación con tipos y rasgos de personalidad

María Consuelo Morán^a, María José Fínez^a y Enrique G. Fernández-Abascal^{b,*}

^a Universidad de León, España

^b Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), Madrid, España

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 30 de noviembre de 2016
Aceptado el 30 de noviembre de 2016
On-line el xxx

Palabras clave:

Felicidad
Tipos de personalidad afectiva
Bienestar subjetivo
Satisfacción con la vida
PANAS
Big Five

Keywords:

Happiness
Affective personality types
Subjective wellbeing
Satisfaction with life
PANAS
Big Five

R E S U M E N

El presente estudio explora la relación entre los tipos de personalidad afectiva construidos a partir de las respuestas a las escalas PANAS de afecto positivo (PA) y afecto negativo (NA) y las dimensiones de personalidad medidas con el NEO FFI. Se obtuvieron también medidas de autoinforme de satisfacción con la vida y de bienestar subjetivo. Participaron 378 estudiantes universitarios españoles, con edades entre 18 y 36 años (media = 22.5 y $DT = 2.96$), siendo el 54% mujeres. Se clasificó a los participantes en cuatro tipos de personalidad afectiva. Los ANOVA posteriores mostraron diferencias significativas entre ellos, siendo los estudiantes de autorrealización (alto PA y bajo NA) los que tenían el mayor nivel de bienestar subjetivo, mientras que los individuos autodestructivos (bajo PA y alto NA) demostraron el nivel inferior; los afectivos altos fueron más adaptativos que los de tipo afectivo bajo. Los perfiles de personalidad con las dimensiones del NEO-FFI proporcionan una comprensión más profunda de las diferencias individuales entre los estudiantes universitarios.

© 2016 Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

On happiness and its relationship to personality types and traits

A B S T R A C T

The present study explores the relationship between the affective personality types constructed from responses to the PANAS scales, (PA) positive affect and (NA) negative affect and the personality dimensions evaluated by the NEO FFI. Self-report assessments of satisfaction with life and subjective wellbeing (happiness) were also obtained. Participants were 378 Spanish students, from 18 to 36 years old (mean = 22.5, $SD = 2.96$), 54% being women. Participants were classified into four affective personality types. Subsequent ANOVAs showed meaningful differences between them, being self-actualization type (high PA and low NA) the one with the highest level of subjective well-being, while the self-destructive type (low PA and high NA) showed the lower level; the high affective personality type was more adaptive than the low affective type. Personality profiles with the NEO-FFI dimensions provide a deeper understanding of individual differences among university students.

© 2016 Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. Published by Elsevier España, S.L.U. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Judge y Kammeyer-Mueller (2011) han destacado la función benefactora para la sociedad de los estudios sobre la felicidad o bienestar subjetivo. Los hallazgos empíricos indican que los niveles altos de felicidad se asocian, entre otras, a ventajas para la salud mental y con disposiciones y rasgos de personalidad más

adaptativos. Concretamente, la satisfacción con la vida es el principal indicador del bienestar subjetivo, importante parámetro de salud pública, como señalan Sánchez, García, Valverde y Pérez (2014).

Los afectos se dividen en cualidades positivas y negativas separadas, al ser relativamente independientes entre sí. Esta cuestión ha sido estudiada por Tellegen y su grupo (Tellegen, 1985; Watson y Clark, 1984; Watson y Tellegen, 1985), quienes han mostrado cómo algunas personas son propensas a experimentar más emociones positivas a lo largo del tiempo que otras personas. Por el contrario,

* Autor para correspondencia. Departamento de Psicología Básica II. Facultad de Psicología. UNED. Juan del Rosal 10. 28040 Madrid, España.
Correo electrónico: egarcia@psi.uned.es (E.G. Fernández-Abascal).

<http://dx.doi.org/10.1016/j.clysa.2016.11.003>

1130-5274/© 2016 Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

hay gente más predispuesta a tener experiencias emocionales negativas. Se considera, entonces, que hay dos dimensiones de la afectividad: una positiva y otra negativa. Las emociones positivas proveen a las personas de capacidades cognitivas especiales, proporcionando unos guiones de comportamiento más amplios y ricos que los que propician las negativas (Fernández-Abascal, 2009).

La medición de la afectividad positiva y la negativa se efectúa a través de las escalas de afecto positivo (PA) y afecto negativo (NA), o escalas PANAS, de Watson, Clark y Tellegen (1988). Cuando se han comparado los resultados de las escalas PANAS con las dimensiones de personalidad del modelo de los “cinco factores”, los 10 descriptores de PA se relacionan con las puntuaciones altas en extraversión, en tanto que los 10 descriptores de NA se asocian con las puntuaciones altas en neuroticismo (Burger y Caldwell, 2000; Connor-Smith y Flachsbart, 2007; Miller y Harrington, 2011). Ya hace algunos años, Norlander, Bood y Archer (2002) idearon un procedimiento para poder clasificar a los sujetos en cuatro tipos de personalidad afectiva. Dividiendo en dos mitades los resultados de las escalas PANAS, la mediana deja altos y bajos en PA y lo mismo hace en NA. Los tipos resultantes son el autoconstructivo (altos en PA y bajos en NA), el autodestructivo (bajos en PA y altos en NA), el afectivo alto (altos en PA y altos en NA) y el afectivo bajo (bajos en PA y bajos en NA).

El bienestar subjetivo se define generalmente como la presencia de satisfacción con la vida y afecto positivo, junto con relativa ausencia de afecto negativo (Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999). Busseri, Sadava, Molnar y DeCourville (2009) describen la investigación contemporánea sobre el bienestar subjetivo como la ciencia de la felicidad y de la satisfacción con la vida (Morán, Vicente, Sánchez y Montes, 2014), lo mismo que ha propuesto unos años antes el grupo de Diener (Diener, Lucas y Oishi, 2005). Desde que Diener (1984) definió al bienestar subjetivo en términos de tres componentes primarios (la satisfacción con la vida, el afecto positivo y el afecto negativo), esta conceptualización ha tenido una gran influencia. Según Busseri et al. (2009), esa influencia ha creado una pluralidad de modelos teóricos en los que se han explorado numerosas variables.

La satisfacción con la vida, el componente cognitivo expresado como una sensación de bienestar, se caracteriza por la percepción del individuo de cuánta felicidad tiene en su vida. Alta satisfacción con la vida se asocia a mayor esperanza de vida (Diener et al., 2005), salud y longevidad (Avey, Luthans, Smith y Palmer, 2010), relaciones amistosas y satisfacción en el matrimonio (Rivera, Cruz y Muñoz, 2011), satisfacción con el salario y con el trabajo (Vera-Villarreal et al., 2012); alta satisfacción con la vida también se asocia a estrategias de afrontamiento adaptativas orientadas a la solución de los problemas (Diener y Chan, 2011). La satisfacción con la vida también supone una ventaja en el equilibrio hormonal y en otros indicadores del sistema fisiológico e inmune (Jiménez, Martínez, Miró y Sánchez, 2008).

El afecto positivo está implicado en procesos psicobiológicos que favorecen la salud de los individuos (Archer, Adrianson, Placak y Karlsson, 2007; Steptoe, Dockray y Wardle, 2009); según Veenhoven (2008), son destacables los efectos del afecto positivo sobre la salud física, llegando a ser un eficaz medio de prevención; según Archer, Adolfsson y Karlsson (2008), la personalidad afectiva muestra relación con las predisposiciones autoinformadas para la salud o la enfermedad.

La afectividad positiva correlaciona positivamente con la extraversión, factor de personalidad, de modo similar a la correlación existente entre afectividad negativa y otro factor de personalidad como es el neuroticismo (Costa y McCrae, 1980; Tellegen, 1985; Watson y Clark, 1992). Los estudios realizados sobre esta clase de relaciones han mostrado que la extraversión y el neuroticismo interactúan para predecir ambos tipos de afecto, de tal modo que los sujetos con altas puntuaciones en neuroticismo y bajas en

extraversión (introvertidos) son los que puntúan más altos en afecto negativo y los más bajos en afecto positivo (McFatter, 1994).

No existen teorías generales sobre cómo se relaciona la personalidad en su conjunto con el bienestar subjetivo, pero sí sabemos que McCrae y Costa (1991) informaron de que distintos rasgos de personalidad exhibían diferentes patrones de asociación con bienestar subjetivo, afecto positivo, afecto negativo y satisfacción con la vida. Dado que neuroticismo y extraversión son las variables de la personalidad más estrechamente relacionadas con la felicidad, han tenido un papel más relevante en esas investigaciones (Bobić, 2012; García, 2012; García, Nima y Kjell, 2014). Esta relación, referida sólo a neuroticismo y extraversión, puede comprobarse con el modelo de personalidad de tres factores de Eysenck (e.g., Chico, 2006). Pero existe el modelo de los cinco factores (McCrae y Costa, 1991), que permite explorar de manera más completa esa relación entre bienestar subjetivo y personalidad, tal como proponen Steel, Schmidt y Shultz (2008).

El propósito de este estudio es descubrir si hay estudiantes universitarios del tipo autoconstructivo contrapuestos a estudiantes del tipo autodestructivo y cómo se diferencian en las escalas PANAS y en bienestar subjetivo. Intentamos conocer cómo se relacionan los tipos de personalidad afectiva con las dimensiones de personalidad medidas con el Inventario NEO-FFI. Esperamos altas puntuaciones en neuroticismo y bajas en extraversión del tipo menos adaptado y de autodestrucción y a la inversa para el tipo autoconstructivo. Al mismo tiempo, buscamos establecer perfiles específicos en el NEO-FFI de los cuatro tipos de personalidad afectiva que aclaren la posible asociación entre tipos afectivos y dimensiones más allá de neuroticismo y extraversión.

Método

Participantes

En el estudio participaron 378 estudiantes de todos los cursos de magisterio de la Facultad de Educación de la Universidad de León (España), de 18 a 36 años de edad (media = 22.5 y $DT = 2.96$), siendo el 54% mujeres. Los cuestionarios de autoinforme fueron completados en una única sesión en el contexto del aula, con grupos no superiores a 50 personas. Todos los cuestionarios entregados fueron cumplimentados y entregados.

Instrumentos

PANAS (Watson, Clark y Tellegen, 1988). El afecto positivo (PA) y el afecto negativo (NA) se evaluaron con la versión en castellano (Sandín et al., 1999). El cuestionario PANAS consta de 20 adjetivos, 10 de los cuales describen estados de ánimo positivos y los otros 10 los describen negativos. A continuación se hallan cinco ejemplos de los 20 adjetivos, que van precedidos de la frase “te comportas como una persona”: *tensa* (con tensión o estrés), *viva* (animosa, despierta), *hostil* (enemiga), *fuerte* (enérgica), *culpable* (con sentimientos de culpa). La intensidad de los estados de ánimo experimentados se midió en las escalas PANAS durante la vida en general. Las respuestas se recogían a través de una escala de tipo Likert de cinco puntos, desde *nada* (1) hasta *mucho* (5) con puntuaciones intermedias.

Escala de Satisfacción con la Vida [Satisfaction With Life Scale] (SWLS; Diener, Emmons, Larsen y Griffin, 1985; adaptación al castellano de Vázquez, Duque y Hervás, 2013). Es una medida de 5 ítems, que pretende evaluar la satisfacción global con la vida, o la satisfacción de una persona con la vida como un todo, antes que evaluar cualquier dominio específico. Se pide a los sujetos que califiquen en una escala de tipo Likert de 5 puntos, de 1 (*muy en desacuerdo*) a 5 (*muy de acuerdo*), el grado de acuerdo o desacuerdo con cada

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/7263246>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/7263246>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)