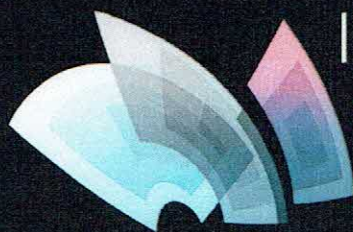


LIBRO DE CAPÍTULO



III Congreso Nacional de Psicología

3 al 7 Julio 2017 · Oviedo · Asturias



Consejo General
de la Psicología
ESPAÑA



COLEGIO OFICIAL DE PSICÓLOGOS
del PRINCIPADO de ASTURIAS



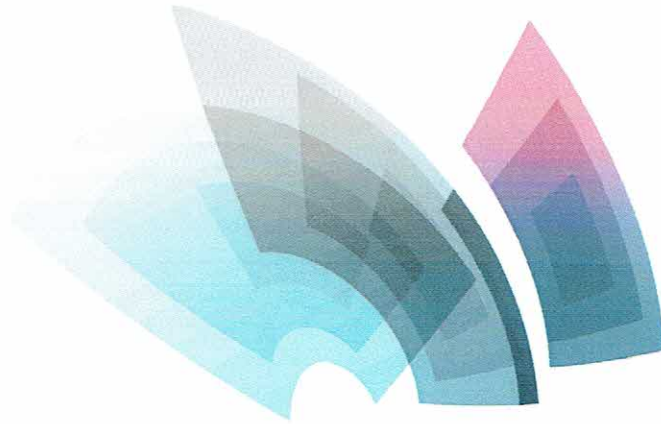
Universidad de Oviedo



OVIEDO^{ES}
AYUNTAMIENTO



PALACIO DE
EXPOSICIONES Y CONGRESOS
O V I E D O



III Congreso Nacional de Psicología

3 al 7 Julio 2017 • Oviedo • Asturias



Consejo General
de la **Psicología**
ESPAÑA

ISBN: 978-84-947385-2-4

ÍNDICE

ADICCIONES

- ¿Hay razones para preocuparse por el empeoramiento de los síntomas o el rendimiento cognitivo de los pacientes con esquizofrenia que dejan de fumar? 7.

EMERGENCIAS, CRISIS Y DESASTRES

- Intervención psicológica con bomberos tras incidentes críticos. A propósito de un caso 15.
→ La intervención psicológica en emergencias con afectados e intervinientes 23.

HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA

- Inmigración, Pánico Moral e Higiene Social. Análisis discursivo de los documentos de registro del Asilo Colonia Regional Mixto de Retardados del período 1915-1930 31.

NEUROPSICOLOGÍA

- Evaluación Neurocognitiva del Procesamiento Visual de Objetos, Caras y Expresiones Faciales en Personas Mayores con y sin Deterioro Cognitivo desde una Perspectiva Clínica 37.
→ Correlación de funciones ejecutivas con la lateralidad de la afectación del circuito nigro-estriatal en la Enfermedad de Parkinson 45.
→ Diferencias de género en resolución de problemas en personas con epilepsia fármaco-resistente (*) 50.

ORIENTACIÓN SEXUAL, IDENTIDAD DE GÉNERO Y DIVERSIDAD

- Evolución de la unidad de tratamiento de identidad de género del Principado de Asturias (UTIGPA). Reestructurar y adaptarse a los cambios 58.
→ Apoyo social y transexualidad 65.

PSICOBIOLOGÍA

- La afectividad negativa como un disruptor de la respuesta de estrés en estados adaptativos y desadaptativos de salud: implicaciones clínicas en pacientes con epilepsia refractaria 71.

PSICOLOGÍA CLÍNICA

- Perfil Del Cuidador En Un Grupo De Familiares De Pacientes Con Diagnóstico De Psicosis 79.
→ Psicólogo Interno Residente: autoevaluación en competencias 84.
→ Resultados de una intervención familiar en cuidadores de pacientes con diagnóstico de psicosis 89.
→ Adaptación cultural del inventario del proceso de recuperación (RPI). Cultural adaptation of the Recovery Process Inventory (RPI) 97.
→ Programa de Intervención de Familiares de Pacientes con Psicosis: Descripción y Dificultades Percibidas por las Familias 103.

PSICOLOGÍA COMUNITARIA

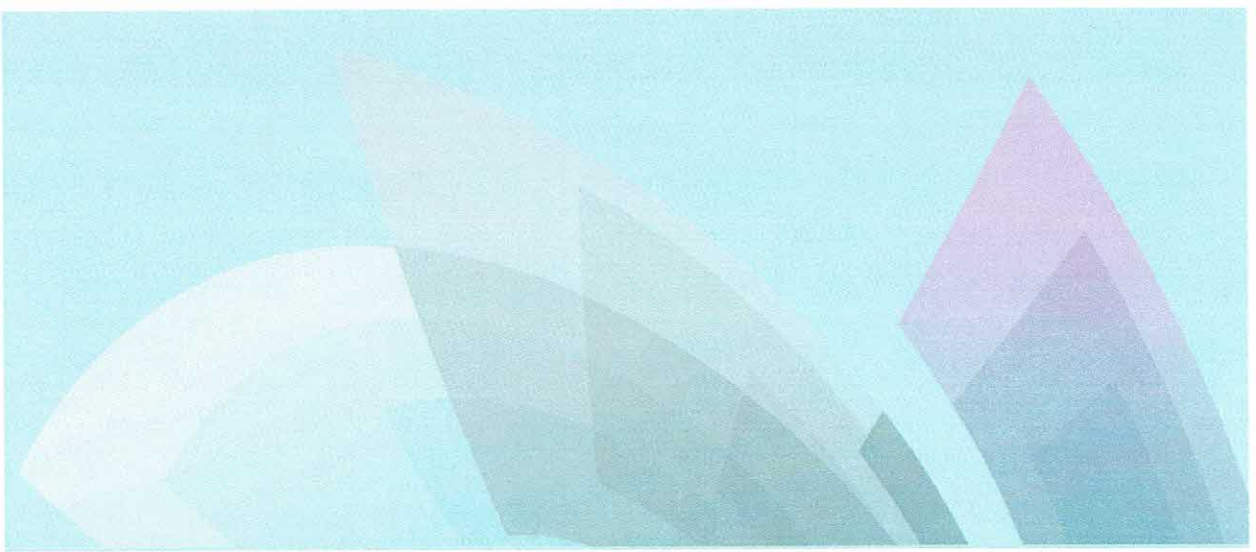
- Proyecto de Capacitación y Empoderamiento a través del Arte 109.
→ La necesaria recuperación del estigma empresarial en la inclusión laboral de personas con trastorno mental grave 115.

PSICOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN

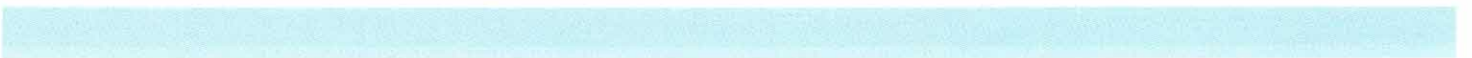
- Trabajo en red y coordinación interservicios. Una respuesta imprescindible 123.

ÍNDICE

→ Efectos de incluir detalles seductores y organizadores gráficos en un texto expositivo escrito	129.
→ PISA 2012: ¿Qué estrategias utilizan los escolares con bajo rendimiento en matemáticas?	136.
→ Propuesta de intervención en un alumno con problemas de conducta	146.
→ Mejora de la Convivencia: Resultados de una encuesta virtual anónima	153.
→ Enfoque preventivo de los problemas de conducta y respuesta educativa actual	159.
PSICOLOGÍA DE LA SALUD	
→ El sentido de la vida y la resiliencia en pacientes con depresión	167.
→ Fundamentación de la Terapia de Relajación Acuática	173.
→ Optimismo disposicional y ansiedad en cuidadores de menores con diabetes tipo 1	181.
PSICOLOGÍA DEL DESARROLLO Y CICLO VITAL	
→ Consumismo en adolescentes de diferentes niveles socio-económicos	189.
PSICOLOGÍA DEL TRÁFICO Y DE LA SEGURIDAD	
→ Evaluación de la personalidad normal y de sus variantes desadaptativas	196.
PSICOLOGÍA INFANTO-JUVENIL	
→ Bienestar en estudiantes universitarios y su relación con síntomas de depresión, ansiedad y estrés	204.
PSICOLOGÍA JURÍDICA Y FORENSE	
→ Autoengaño: autoconocimiento y autoestima	212.
→ Adaptación del Cuestionario de Violencia Filio-Parental (C-VIFIP) en adolescentes chilenos: Análisis preliminares	219.
PSICOLOGÍA MEDIOAMBIENTAL	
→ Aportaciones de la Psicología Ambiental a la investigación sobre la percepción del riesgo de inundación: Resultados desde un marco interdisciplinar	226.
PSICOLOGÍA POSITIVA	
→ Análisis de las relaciones entre la experiencia de significado en la vida, variables sociodemográficas y satisfacción vital	233.
→ Factores protectores de la felicidad en adolescentes	240.
PSICOLOGÍA Y DISCAPACIDAD	
→ Factores Influyentes en la Conciencia de Estigma en trabajadores/as en activo con Discapacidad Física o Sensorial	248.
→ Análisis discursivo entre las cuatro esferas de la personalidad eficaz en personas con discapacidad física en el Principado de Asturias	255.
→ Efecto conjunto del género, edad y etiología en la conducta adaptativa en una muestra de adultos con discapacidad intelectual	260.
PSICOMETRÍA	
→ Adaptación de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de secundaria de Villavicencio	268.



PSICOLOGÍA POSITIVA



FACTORES PROTECTORES DE LA FELICIDAD EN ADOLESCENTES

FACTORS PROTECTORS OF HAPPINESS IN ADOLESCENTS

Lorena Toribio-Pérez^{1*}, Norma Ivonne González-Arratia-López-Fuentes¹, Hans Oudhof-van-Barneveld¹
y Marta Gil-Lacruz²

¹Facultad de Ciencias de la Conducta. Universidad Autónoma del Estado de México

²Departamento de Psicología y Sociología. Universidad de Zaragoza

Resumen

El objetivo de la presente investigación, consiste en determinar la incidencia de la autoestima y el optimismo en la felicidad en una muestra de adolescentes. Se trabajó con 533 adolescentes de la ciudad de Toluca, México, hombres (237) y mujeres (296), entre 14 y 20 años de edad ($M=16.3$ $DE=.97$). Se obtuvo autorización por parte del Comité de Ética, así mismo se contó con autorización de las instituciones educativas y con el consentimiento informado de los participantes. Se aplicaron la Escala de Felicidad, Escala de Autoestima y Escala de Optimismo. De acuerdo con los resultados, se obtuvieron altos niveles de felicidad, autoestima y optimismo. Se encontró una correlación positiva y significativa entre las variables. El resultado de la ecuación de regresión múltiple contempla dos pasos. En el primero se incluyó autoestima ($R^2=.632$, $f=913.03$, $p=.000$), en el segundo se agregó optimismo ($R^2=.044$, $f=554.84$, $p=.000$). Ambos permiten predecir la felicidad en un 67.7% de la varianza ($R=.823b$, $R^2=.677$, $f=72.95$, $p=.000$). Se puede concluir que un autoconcepto positivo y mantener actitudes positivas ante el futuro, generan mayor bienestar y felicidad, durante la adolescencia. Se recomienda continuar con la investigación de la felicidad, con la finalidad de ampliar la evidencia científica al respecto.

Palabras clave: Felicidad, Autoestima, Optimismo, Adolescencia.

Abstract

The objective of the present research is to determine the incidence of self-esteem and optimism in happiness in a sample of adolescents. The study consisted of 533 adolescents from the city of Toluca, Mexico, men (237) and women (296), between 14 and 20 years of age ($M = 16.3$ $DS = .97$). Authorization was obtained from the Ethics Committee, as well as authorization from educational institutions and with the informed consent of the participants. The Happiness Scale, Self-esteem Scale and Optimism Scale were applied. According to the results, high levels of happiness, self-esteem and optimism were obtained. A positive and significant correlation was found between the variables. The result of the multiple regression equation contemplates two steps. In the first one, self-esteem ($R^2 = .632$, $f = 913.03$, $p = .000$) was included, while optimism was added ($R^2 = .044$, $f = 554.84$, $p = .000$). Both predict happiness in 67.7% of the variance ($R = .823b$, $R^2 = .677$, $f = 72.95$, $p = .000$). It can be concluded that a positive self-concept and maintaining positive attitudes towards the future, generate greater well-being and happiness during adolescence. It is recommended to continue the research of happiness, in order to expand the scientific evidence about it.

Key words: Happiness, Self-esteem, Optimism, Adolescence.

Las investigaciones en psicología, se habían centrado en el estudio de los trastornos mentales,

dejando de lado los aspectos positivos de la salud mental. Actualmente, se propone una psicología positiva, dando pauta a la investigación de las fuentes de salud psicológica y de los factores que permiten a los individuos vivir plenamente, así como obtener sustento científico para poder realizar intervenciones

*Correspondencia: Lorena Toribio Pérez.
Universidad Autónoma del Estado de México.
C.P: 50090, México.
E-mail: toribio_lore@hotmail.com

con enfoque positivo, todo ello, sin dejar de lado el estudio de la psicopatología (Seligman, 2012). Por lo tanto, se cuenta con investigaciones centradas en el estudio de variables positivas como el optimismo, los afectos positivos (Vera-Villarroel & Celis-Atenas, 2014) y la felicidad (Alarcón, 2006; Veenhoven, 2009).

La investigación de la felicidad es uno de los objetivos centrales de la psicología positiva. Su definición etimológica (*felicitas-atris*) significa satisfacción o posesión de un bien. Desde la filosofía, se tenía la idea de que el propósito de la vida era experimentar la máxima cantidad de placer (hedonismo) y para filósofos como Aristóteles la felicidad era la plenitud del ser (eudaimonia), expresión de la virtud que consiste en hacer aquello que vale la pena hacer (Alarcón, 2006).

A pesar de su complejidad, se considera que la felicidad, es un estado afectivo de satisfacción plena que experimenta subjetivamente el individuo en posesión de un bien anhelado, que puede ser de naturaleza variada, se compone de cuatro dimensiones: sentido positivo de la vida, satisfacción con la vida, realización personal y alegría de vivir (Alarcón, 2006). Diener & Biswas (2008) la definen como una evaluación que se hace de que tan satisfecho está con la vida, tomando en cuenta aspectos emocionales y cognitivos. Veenhoven (2009) la describe como satisfacción vital, diferenciándola de las satisfacciones instantáneas, de las satisfacciones en un solo ámbito de la vida y de las experiencias cumbre (sentimientos breves e intensos). Sugiere que es el grado en el que una persona juzga favorablemente la calidad global de su propia vida como un todo. Una persona es feliz si considera su vida favorable más que desfavorable. El juicio que hace la persona de su felicidad es una actividad intelectual, ya que hacer un juicio global implica evaluar las experiencias pasadas y estimar las experiencias futuras.

Algunos autores reportan que intervienen varios factores en felicidad, que pueden ser de carácter biológico (Seligman, 2012), también se ha encontrado que la edad y el sexo tienen poco efecto en el hecho de que las personas sean felices o no (Yiengprugsawan, Somboonsook, Seubsman & Sleight, 2012), así mismo, Veenhoven (2009) afirma que si bien los ingresos, la educación y el empleo mantienen cierta relación con la felicidad, juntas no explican más del 10% de su variación. En ésta misma línea, ha encontrado que las personas tienden a disfrutar sus vidas una vez que las condiciones son tolerables y que la felicidad es menor

cuando se acumulan condiciones adversas, como la pobreza, la soledad y la enfermedad. Al respecto, en México, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2015) reportó que las condiciones asociadas a la satisfacción con la vida, se relacionan con no presentar condiciones de pobreza y vulnerabilidad.

Además de los factores externos, los autores coinciden en que la felicidad se encuentra estrechamente asociada a factores internos, a rasgos de personalidad como la resiliencia (González-Arratia & Valdez, 2013b), la salud mental (Ahmani, Yazdkhasti, Safari & Nasr, 2014), la autoestima y el optimismo (Vera-Villarroel, Córdova-Rubio & Celis-Atenas, 2009). Respecto a la autoestima, algunas investigaciones en muestras españolas (Garaigordobil, 2015; Moreno & Marrero, 2015), en jóvenes turcos (Dogan, Totan & Sapmaz, 2013) y griegos (Tsigilis, 2015), así como en mexicanos (Núñez, González & Realpozo, 2015; Toribio, González-Arratia, Valdéz, González & Oudhof, 2012a) confirman la incidencia de la autoestima en la felicidad. Se sugiere que en esta relación destaca la importancia del autoconcepto positivo (Coopersmith, 1967, citado en González-Arratia, 2011).

En cuanto al optimismo, se define como un rasgo de personalidad relativamente estable en el tiempo, se caracteriza por el mantenimiento de una actitud positiva ante las expectativas del futuro y persistir en lograrlas (Carver, Scheier & Segerstrom, 2014; Scheier & Carver, 1985), y puede ser disposicional y situacional (González-Arratia & Valdez, 2013a). Varios estudios coinciden en que las personas con actitudes optimistas presentan una probabilidad elevada de ser felices (Hutz, Midgett, Cerentini, Bastianello & Zanon, 2014; Jiang et al., 2014; Vera-Villarroel et al., 2009). Además permite resolver hábilmente situaciones conflictivas (Chico, 2002). Moreno & Marrero (2015) encontraron que el optimismo incide alrededor del 30% en la felicidad, así mismo, un estudio realizado en adolescentes peruanos, muestra que existe una relación significativa con el optimismo (Caycho & Castañeda, 2015).

A pesar de estos avances científicos, son escasas las investigaciones que tomen en cuenta la autoestima y el optimismo en conjunto, para determinar su efecto sobre la felicidad (Moreno & Marrero, 2015; Toribio et al., 2012a). Por lo que el objetivo de la presente investigación consiste en determinar la incidencia de la autoestima y el optimismo en la felicidad, en adolescentes mexicanos.

MÉTODO

PARTICIPANTES

La investigación se llevó a cabo en una muestra de 533 adolescentes entre 14 y 20 años de edad, 44,4% fueron hombres (237) y un 55,6% mujeres (296). La media de edad fue de 16 años y la desviación típica de un año. Los participantes se encontraban estudiando en diferentes instituciones públicas de educación superior de la ciudad de Toluca (México).

MATERIALES

Se aplicaron tres escalas:

1. Escala de Felicidad (Alarcón, 2006), adaptada para población mexicana (Toribio, González-Arratia, Valdéz, González & Oudhof, 2012b) consta de 26 ítems contruidos en escala de tipo Likert de cinco opciones de respuesta; (*totalmente de acuerdo, de acuerdo, ni de acuerdo ni desacuerdo, desacuerdo y totalmente en desacuerdo*). Al extremo positivo se le otorga cinco puntos y al extremo negativo un punto. Los ítems negativos se califican de manera inversa (2, 7, 13, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 25). Se compone de cuatro dimensiones; sentido positivo de la vida (10 ítems), satisfacción con la vida (6 ítems), realización personal (5 ítems) y alegría de vivir (5 ítems). Reporta un *Alpha de Cronbach* de ,917 y una varianza explicada de 50,32% (Toribio et al., 2012b).

2. Escala de autoestima (González-Arratia, 2011), se compone de 25 reactivos, con cuatro tipos de respuesta: *siempre, muchas veces, pocas veces y nunca*. Los ítems negativos se califican de forma inversa (3, 5, 6, 9, 12, 15, 18, 21 y 25). Está integrada por 6 factores; yo (5 ítems), familia (5 ítems), fracaso (5 ítems), trabajo intelectual (4 ítems), éxito (3 ítems) y afectivo-emocional (3 ítems). El *Alpha de Cronbach* de ,874 y la varianza explicada de 62,3% (Toribio et al., 2012b).

3. Escala de Optimismo (González-Arratia & Valdez, 2013a): contiene 39 reactivos, con cinco tipos de respuesta: *siempre, la mayoría de las veces, indeciso, algunas veces y nunca*, se otorga 1 punto a las respuestas negativas y 5 a las positivas. Presenta dos dimensiones; optimismo disposicional (28 ítems) y optimismo situacional (11 ítems), con un *alpha de*

Cronbach de ,94 y una varianza explicada de 33,85% (Toribio et al., 2012b).

PROCEDIMIENTO

En primer lugar se obtuvo la aprobación del Comité de ética de la Universidad Autónoma del Estado de México, el consentimiento y asentimiento informado de los adolescentes participantes y de los padres respectivamente. Se consiguió permiso de las autoridades institucionales para aplicar las escalas. Se les explicó a los participantes la forma de responder los cuestionarios. Las dudas que surgieron se aclararon en el momento, por parte de los investigadores. Se llevó a cabo la aplicación de los instrumentos de forma grupal, durante el horario lectivo y en el aula de los estudiantes, en un tiempo aproximado de cuarenta minutos.

DISEÑO

Esta investigación es de tipo empírica con estrategia descriptiva de corte transversal (Ato, López & Benavente, 2013). La muestra se obtuvo mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los análisis estadísticos se realizaron en el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS) versión 23.0. Se llevaron a cabo análisis descriptivos, análisis de correlación y análisis de regresión múltiple.

RESULTADOS

En cuanto a los resultados descriptivos, referente a la variable felicidad, se obtuvo que el 47,7% de la muestra se encuentra en un nivel de *muy alta* felicidad, mientras que solo el 1,7% está en un *nivel bajo*. El 55,9% de la muestra obtuvo *muy alta* autoestima, mientras que solo el 1,1% *baja*. En la variable optimismo, se observa que el 45,8% de la muestra se encuentra en *nivel alto* y solo el 1,30% presentan un optimismo *bajo* (Ver Tabla 1).

En el análisis de correlación, se encontraron correlaciones altas, positivas y significativas, entre felicidad y autoestima ($r=.795^{**}$, $p < .01$), entre felicidad y optimismo ($r=.721^{**}$, $p < .01$). Así como entre autoestima con optimismo ($r=.724^{**}$, $p < .01$). De igual forma, se obtuvieron correlaciones significativas entre las dimensiones de las tres variables en estudio (Ver Tabla 2).

Tabla 1.
Nivel de felicidad, autoestima y optimismo

Variables	Niveles	Rangos	Frecuencia	Porcentaje
Felicidad	Muy baja	26-47	2	,40%
	Baja	48-68	9	1,70%
	Media	69-89	57	10,70%
	Alta	90-110	211	39,60%
	Muy alta	111-131	254	47,70%
	N		533	100%
Autoestima	Muy baja	25-40	1	,20%
	Baja	41-55	6	1,10%
	Media	56-76	36	6,80%
	Alta	77-85	192	36,00%
	Muy alta	86-100	298	55,90%
	N		533	100%
Optimismo	Muy bajo	39-70	2	,40%
	Bajo	71-102	7	1,30%
	Medio	103-134	59	11,10%
	Alto	135-166	244	45,80%
	Muy alto	167-198	221	41,50%
	N		533	100

Nota. Fuente: Elaboración propia.

Con el objetivo de determinar de qué manera la autoestima y el optimismo inciden en la felicidad, en primer lugar se procedió a realizar un análisis de regresión múltiple por pasos en el que se incorporó a la felicidad como variable dependiente y los totales de autoestima y optimismo como variables independientes. La ecuación de regresión contempla dos pasos. En el primero se incluyó la variable autoestima ($R^2=,632$, $f=913,03$, $p=,000$) y en el segundo se agregó el optimismo ($R^2=,044$, $f=554,84$, $p=,000$). Ambas permiten predecir la felicidad en un 67,7% de la varianza total ($R=,823$, $R^2=,677$, $f=72,95$, $p=,000$) (Ver Tabla 3).

Posteriormente se realizó un análisis de regresión múltiple por el método por pasos, en el que se incorporó la felicidad como variable dependiente y en este caso a las dimensiones de autoestima (yo, familia, fracaso, trabajo intelectual, éxito y afectivo-emocional), como variables independientes. La ecuación de regresión se compone de cinco pasos. En el primero se incluyó la dimensión yo ($R^2=,515$, $f=563,04$, $p=,000$), en el segundo se agregó afectivo-emocional ($R^2=,092$, $f=408,86$, $p=,000$), en el tercero, éxito ($R^2=,026$, $f=304,0$, $p=,000$), en el cuarto, fracaso ($R^2=,014$, $f=242,62$, $p=,000$), y por último familia ($R^2=,011$, $f=203,66$, $p=,000$). Todas permiten predecir la felicidad en un 65,6% de la varianza total ($R=,812$, $R^2=,659$, $f=203,66$, $p=,000$) (Ver Tabla 4).

Tabla 2.
Correlación de Pearson entre las dimensiones de felicidad, autoestima y optimismo

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.Sentido Positivo de la vida	1										
2.S.con la vida	,635**										
3.R. Personal	,569**	,724**									
4.Alegría de vivir	,632**	,650**	,540**								
5.Yo	,603**	,664**	,568**	,615**							
6.Familia	,443**	,466**	,413**	,352**	,449**						
7.Fracaso	,690**	,539**	,497**	,518**	,630**	,405**					
8.Trabajo Intelectual	,430**	,433**	,430**	,408**	,499**	,366**	,434**				
9.Éxito	,454**	,486**	,448**	,451**	,515**	,331**	,475**	,646**			
10.Afectivo-emocional	,672**	,471**	,432**	,483**	,531**	,431**	,729**	,339**	,361**		
11.O. disposicional	,611**	,636**	,547**	,703**	,680**	,422**	,518**	,612**	,577**	,449**	
12. O. situacional	,516**	,564**	,479**	,630**	,619**	,395**	,475**	,527**	,544**	,412**	,862**

Nota. Fuente: Elaboración propia.
1. Sentido positivo de la vida. 2. Satisfacción con la vida. 3. Realización personal. 4. Alegría de vivir. 5. Yo. 6. Familia. 7. Fracaso. 8. Trabajo Intelectual. 9. Éxito. 10. Afectivo-Emocional. 11. Optimismo disposicional. 12. Optimismo Situacional.
** $p < ,01$.

Tabla 3.
Análisis de regresión múltiple para felicidad, con los totales de autoestima y optimismo

Modelo	R	R ²	R ² ajustado	Cambios de R ²	Coefficiente B	Coefficiente β	T	f	(p)
1	,795	,632	,632	,632	1,188	,795	30,216	913,03	,000
2	,823	,677	,676	,044	,205	,306	8,541	72,95	,000

Nota. Fuente: Elaboración Propia.

Modelo 1. Predictores constantes. Autoestima.

Modelo 2. Predictores constantes. Autoestima, optimismo.

Tabla 4.
Análisis de regresión múltiple por pasos para felicidad, con dimensiones de autoestima

Modelo	R	R ²	R ² ajustado	Cambios de R ²	Coefficiente B	Coefficiente β	T	f	(p)
1	,717	,515	,514	,515	19,647	,717	23,729	563,049	,000
2	,779	,607	,605	,092	10,696	,358	11,141	124,128	,000
3	,796	,633	,631	,026	5,518	,190	6,145	37,759	,000
4	,805	,648	,645	,015	6,055	,119	4,693	22,023	,000
5	,812	,659	,656	,011	3,112	,124	4,184	17,504	,000

Nota. Fuente: Elaboración Propia.

Modelo 1. Predictores constantes. Yo.

Modelo 2. Predictores constantes. Yo, afectivo emocional.

Modelo 3. Predictores constantes. Yo, afectivo emocional, éxito.

Modelo 4. Predictores constantes. Yo, afectivo emocional, éxito, fracaso.

Modelo 5. Predictores constantes. Yo, afectivo emocional, éxito, fracaso, familia.

Tabla 5.
Análisis de regresión múltiple por pasos para felicidad, con dimensiones de optimismo

Modelo	R	R ²	R ² ajustado	Cambios de R ²	Coefficiente B	Coefficiente β	T	f	(p)
1	,729	,531	,531	,531	19,430	,729	24,540	602,196	,000

Nota. Fuente: Elaboración Propia.

Modelo 1. Predictores constantes. Optimismo disposicional.

DISCUSIÓN

Por último se llevó a cabo un análisis de regresión, en el que se incluyó nuevamente a la felicidad como variable dependiente y las dimensiones de optimismo (optimismo situacional y optimismo disposicional) como variables independientes. La ecuación de regresión es de un paso. En el cual se incluyó la variable optimismo disposicional, que predice la felicidad en un 53,1% de la varianza ($R^2=.531$, $f=602,19$, $p=.000$) (Ver Tabla 5).

Los resultados encontrados, permiten inferir que los adolescentes de esta muestra presentan altos niveles de felicidad, autoestima y optimismo. Estas evidencias coinciden con estudios anteriores realizados en muestras mexicanas (González-Arratía & Valdez, 2013a; González-Arratía & Valdez, 2013b; Núñez et al., 2015; Toribio et al., 2012), así mismo, algunos autores mencionan que la felicidad no depende de la edad (Veenhoven, 2009), por lo que se puede decir que

los adolescentes, se encuentran en una etapa en la que tienen metas por cumplir y creen en que pueden lograrlo, estas actitud de optimismo y seguridad, les permite sentirse satisfechos con lo que hacen.

El primer análisis de regresión múltiple por pasos, demuestra que la autoestima predice la felicidad (Dogan et al., 2013; Garaigordobil, 2015; Núñez et al., 2015; Tsigilis, 2015). Sin embargo, son escasas las evidencias acerca de esta incidencia en conjunto con el optimismo (Moreno & Marrero 2015). Cuando se hace el análisis para conocer como inciden las dimensiones de autoestima, se excluye trabajo intelectual. En este sentido la dimensión que mayormente predice la felicidad es el Yo, en un 51,4%, a diferencia de estudios anteriores donde se reporta en primer lugar el hecho de no fracasar (44,5%) y en segundo lugar al Yo (Toribio et al., 2012), lo cual puede deberse a las diferencias culturales. Se puede afirmar que durante la adolescencia necesitan en primer lugar confiar en sí mismos y sobre todo tener un autoconcepto positivo (Yo) (González-Arratia, 2011), sentirse queridos por las personas significativas (afectivo-emocional), lograr sus objetivos y al final sentirse parte importante de la familia a la que pertenece, para poder ser felices. Así mismo, estas características positivas, permiten a los adolescentes tener la capacidad de afrontar situaciones adversas de forma eficiente (González-Arratia & Valdez, 2013b).

En cuanto al análisis de regresión con optimismo, varios autores (Carver et al., 2014; Jiang et al., 2014; Moreno & Marrero; 2015) confirman los hallazgos de esta investigación. Específicamente, el optimismo disposicional predice la felicidad en un 53,1%, lo que es similar con estudios anteriores donde se reportó 46,2% (Toribio et al., 2012). Por lo que se puede decir que durante la adolescencia es importante mantener una actitud positiva estable en el tiempo. Es posible que la formación de expectativas hacia el futuro, les permita tener un sentido positivo de la vida, ya que mientras logran sus metas de vida, se sienten satisfechos con lo que hacen para conseguirlo. A pesar de lo anterior, siguen siendo escasos los estudios que analicen el efecto de la autoestima y el optimismo, en la felicidad, sin embargo, se sugiere continuar indagando al respecto, a fin de precisar estos datos. Si bien se tienen evidencias de su asociación (Caycho & Castañeda, 2015; Hutz et al., 2014) se recomienda realizar estudios de tipo explicativo.

CONCLUSIONES

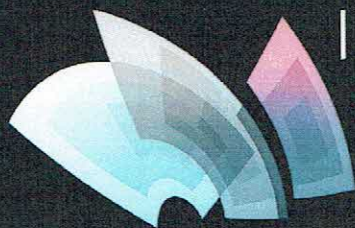
Los hallazgos de la presente investigación, resultan relevantes ya que permiten enriquecer la evidencia acerca de las variables asociadas a la felicidad, en muestras mexicanas. A pesar de que se obtuvieron resultados consistentes, hay que tener en cuenta ciertas limitaciones, ya que se trabajó con una muestra no probabilística, por lo que no se pueden generalizar a toda la población. Además sería importante generar nuevas líneas de investigación, que incluyan otras variables que pudieran estar asociadas a la felicidad, como la resiliencia, las fortalezas y virtudes, los afectos y rasgos de la personalidad. Se sugiere tomar en consideración la promoción de la autoestima y el optimismo para fomentar el bienestar y satisfacción con la vida, durante la adolescencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ahmadi, F., S., H., Yazdkhasti, F., Safari, H., S. & Nasr, E., M., H., (2014). Infertile Individuals' Marital Relationship Status, Happiness, and Mental Health: A Causal Model. *International Journal of Fertility and Sterility*, 8 (3), 315-324.
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Revista Interamericana de Psicología*, 40, (1), 96-106.
- Ato, M. López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29, 1038-1059.
- Carver, CH., S. Scheier, M., F., & Segerstrom, S. C. (2014). Optimism. *Clin Psychol Rev*, 30 (7), 879-889.
- Caycho, R., T., & Castañeda, M., C. (2015). Felicidad y optimismo en adolescentes y jóvenes peruanos y paraguayos: un estudio predictivo. *Salud y sociedad*, 6 (3), 250-263.
- Chico, L. E. (2002). Optimismo disposicional como predictor de estrategias de afrontamiento. *Psicothema*, 14 (3), 544-550.
- Diener, E., & Biswas, R. (2008). *Happiness. Unlocking the Mysteries of psychological wealth*. E.U.A.: Blackwell Publishing.
- Dogan, T., Totan, T. & Sapmaz, F. (2013). The role of self-esteem, psychological well-being, emotional self-efficacy, and affect balance on happiness: a path model. *European Scientific Journal*, 9 (20), 31-42.
- Garaigordobil, M. (2015). Predictor variables of happiness and its connection with risk and protective

- factors for health. *Frontiers in Psychology*, 6.
- González Arratia, L.F.N.I. (2011). *La autoestima. Medición y estrategias de intervención a través de una experiencia en la reconstrucción del ser*. 2^{da} edición. México. UAEM.
- González-Arratia, L. F. N. I. & Valdez, M. J. L. (2013a). Optimismo: Validación de una escala para adolescentes mexicanos. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 2 (1). 121-130.
- González-Arratia, L. F. N. I. & Valdez, M. J. L. (2013b). Resiliencia y Felicidad, el impacto de hechos vitales negativos y positivos en adolescentes. *Pensando Psicología*, 9, (16), 43-53.
- Hutz, C. S., Midgett, A., Cerentini, J. P., Bastianello, M. R., & Zanon, C. (2014). The Relationship of Hope, Optimism, Self-Esteem, Subjective Well-Being, and Personality in Brazilians and Americans. *Psychology*, 5, 523-531.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (2015). Indicadores de Bienestar Subjetivo de la población adulta en México.
- Jiang, W. Li, F., Jiang, H., Yu, L., Liu, W., Li, Q. & Zuo, L. (2014). Core Self-Evaluations Mediate the Associations of Dispositional Optimism and Life Satisfaction. *Plos. ONE*, 9 (6), Doi:10.1371/journal.pone.0097752.
- Moreno, Y. & Marrero, R., J. (2015). Optimismo y autoestima como predictores de bienestar personal: diferencias de género. *Revista Mexicana de Psicología*, 32 (1), 27-36.
- Núñez, M., González, G. & Realpozo, R. (2015). Relación de autoestima y felicidad desde la psicología positiva en estudiantes de enfermería intercultural. *Rev. Enfermería Actual en Costa Rica*, 29, 1-17. DOI: <http://dx.doi.org/10.15517/revenf.v0i29.19726>
- Scheier M.F. & Carver C.S. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implication of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*. 4, 219-247.
- Seligman, M. (2012). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Byblos.
- Toribio. P.L, González Arratia, L.F.N.I., Valdéz, M. J.L.; González, E. S. & Oudhof, V. B. H. (2012a). *Autoestima, Optimismo, y personalidad entrópica, como predictoras de la felicidad en adolescentes*. Tesis inédita de maestría. UAEM. Toluca, Estado de México.
- Toribio. P.L, González Arratia, L.F.N.I., Valdéz, M. J.L.; González, E. S. & Oudhof, V. B. H. (2012b). Validación de la escala de felicidad de Alarcón para adolescentes mexicanos. *Psicología iberoamericana*. 20 (1),71-79.
- Tsigilis, N. (2015). Does Self-Esteem Mediates the association Between personality traits and happiness? A structural Equation Modeling Approach. *Journal of Social Science Studies*. 2 (2). 102-106.
- Veenhoven, R. (2009). Medidas de la Felicidad Nacional Bruta. *Psychosocial Intervention*. 18 (3), 279-299.
- Vera-Villaruel, P. & Celis-atenas, K. (2014). Afecto positivo y negativo como mediador de la relación optimismo-salud: evaluación de un modelo estructural. *Universitas Psychologica*. 13 (3), 15-23.
- Vera-Villaruel, P., Córdova-Rubio, N. & Celis-Atenas, K. (2009). Optimismo Versus Autoestima: Implicancia para la psicología clínica y psicoterapia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 18 (1), 21-30.
- Yiengprugsawan, V., Somboonsook, B., Seubsman, S., & Sleight, A. C. (2012). Happiness, Mental Health, and Socio-Demographic Associations Among a National Cohort of Thai Adults. *Journal of Happiness Studies*, 13, 1019-1029.

LIBRO DE CAPÍTULOS



III Congreso Nacional de Psicología

3 al 7 Julio 2017 · Oviedo · Asturias



Consejo General
de la Psicología
ESPAÑA



COLEGIO OFICIAL DE PSICÓLOGOS
DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS



Universidad de Oviedo



OVIEDO
AYUNTAMIENTO



PALACIO DE
EXPOSICIONES Y CONGRESOS
OVIEDO