

NIVELES DE OPTIMISMO EN UN GRUPO DE ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PARTICULAR DE LA CIUDAD DE LIMA

Mag. Mirian Pilar Grimaldo Muchotrigo,

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación constituye identificar los niveles de optimismo en un grupo de estudiantes de una universidad particular de la ciudad de Lima. La muestra estuvo conformada por 231 participantes entre varones y mujeres, menores de 21 años, estudiantes de primero y segundo ciclo de Psicología. Los instrumentos utilizados fueron: la Escala de Orientación hacia la vida - Revisado (LORT-R), Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes y la Escala de Satisfacción hacia la Vida de Diener. Para el análisis de los datos se utilizaron tablas de distribución de frecuencias y porcentajes. En relación a la verificación de las propiedades psicométricas de la Escala de Orientación hacia la Vida (LOT-R) de Sella & Carver se utilizaron: el Coeficiente r de Pearson, Coeficiente Alfa de Cronbach. Se concluye que el mayor porcentaje de estudiantes universitarios se ubican en un nivel promedio de optimismo disposicional. Menores porcentajes poseen bajo y alto nivel de optimismo. Palabras claves: Optimismo disposicional, optimismo situacional, orientación hacia la vida, estudiantes universitarios

ABSTRACT

The present investigation's objective is to identify the optimism levels in a group of students of a particular university in the city of Lima. The sample was conformed by 231 participants between men and women, under 21 years old, who were in the first and second cycles of Psychology. The instruments used were: Direction towards Life Scale - Revised (LORT-R), Olson & Barnes' Quality of Life Scale and The Diener Satisfaction towards Life Scale. For the data analysis charts of frequency distribution and percentage were used. About the verification of the psychometric properties of Sella & Carver's Direction towards Life Scale (LOT-R) were used: The Pearson's r Coefficient and the Alfa Cronbach Coefficient. It is concluded that the greatest percentage of university students are placed in an average level of dispositional optimism. Lower percentages have low and high levels of optimism.

Key Words: Dispositional Optimism, Situational Optimism, Direction towards life, University students.

INTRODUCCIÓN:

En el campo de la psicología positiva, el optimismo constituye un tema de interés, en la medida que en muchos casos la orientación que le demos a nuestra vida estará marcada por esta característica disposicional. Es así como, el optimismo constituye un aspecto que media entre las situaciones externas, ya sean físicas o sociales, y la interpretación que hacemos de estas situaciones.

La orientación optimista de la vida nos permite responder positivamente frente a situaciones adversas, críticas e inclusive traumáticas, permitiendo la posibilidad de enfrentar y superar dichas dificultades.

Algunos investigadores señalan que la diferencia entre una actitud optimista y una postura pesimista, depende del enfoque con que se evalúen las cosas. De esta manera una misma situación para ambas personas puede ser apreciada ya sea desde una perspectiva pesimista o desde un enfoque optimista; y dependiendo de su percepción se generan diferentes expectativas respecto a los resultados.

Sanna (1996) señala que la actitud del optimista se diferencia del pesimista en que los primeros actúan y luego evalúan su desempeño, a diferencia de los pesimistas que constantemente están evaluando su accionar y tienen expectativas negativas sobre su futuro.

Se entiende por optimismo como la inclinación de los individuos a esperar resultados favorables y positivos de la vida, siendo un aspecto que se encuentra profundamente ligado al bienestar psicológico y físico de los sujetos (Grant, 1992, citado por Concha, Dittus, Montesinos, Pandolfi & Perfetti, 1999).

Amoròs-Gòmez, Remor & Carboles (2004) plantean que el optimismo es un posible factor protector de salud y bienestar. Así mismo, Scheir & Carver (1992) señalan que las creencias o expectativas estables y generalizadas de que en la vida sucederán acontecimientos positivos (optimismo) parecen estar asociadas a un mejor bienestar físico y psicológico.

Al parecer, las personas optimistas tienden a tener mejor humor y a ser perseverantes, lo cual influye en su estado de salud física. En la literatura científica, se ha encontrado que aquellas personas que poseen altos niveles de optimismo y esperanza tienden a resolver sus dificultades, encontrando beneficios incluso en situaciones difíciles.

Corcuera (2003) señala que la actitud optimista consiste, en que la voluntad disponga a la inteligencia para que perciba el bien y lo valore, de manera que esas percepciones influyan en la persona completa - también y con especial importancia en los sentimientos-, dando como resultado un tono vital emocionalmente favorable que, a su vez, influirá en la voluntad y en la inteligencia para reforzar la disposición de percibir lo bueno.

Según Segerstrom (1993, citado por Concha et. Al., 1999) existen dos tipos de optimismo: el optimismo disposicional y el optimismo situacional. El primero de ellos se refiere a la manera constante de enfrentar los hechos en la que se da la generalización de expectativas positivas de obtener buenos resultados, es decir, es un estilo de enfrentar la vida que involucra una disposición positiva. Por otro lado, el optimismo situacional constituye un mecanismo que surge frente a un evento estresante y que permite enfrentar de mejor forma dicho evento. No es una disposición o manera de enfrentar la vida de forma constante, sino que se da frente a una situación particular, generalmente una situación estresante.

Scheier, Carver & Bridges (1994) plantean que el optimismo disposicional es la tendencia de las personas a esperar resultados positivos o favorables en sus vidas y como una expectativa generalizada de resultados positivos.

Existen otros tipos de optimismo: el defensivo y el proactivo. El primero corresponde al intento del individuo por minimizar la inquietud sobre un comportamiento frente al cual la persona se siente capaz de cambiar. El optimismo proactivo, por su parte fomenta el cambio positivo del comportamiento (Concha et. Al., 1999).

Para Avia & Vasquez (1999, citado por Cuadra & Florenzano, 2003) el optimismo es una dimensión de la personalidad relativamente estable, que está determinada en parte por la herencia y también por experiencias tempranas, pero es posible en etapas maduras aprender a ver las cosas de otra manera. Diferencian entre un optimista e incondicional al que consideran una forma de escape patológico, otra forma de optimista blando que puede en ocasiones hacer perder un tiempo precioso para llevar a cabo otras estrategias más protectoras. Finalmente, definen un optimismo inteligente que es una forma realista de ver las cosas, ya que la vida tiene múltiples significados que cada cual va construyendo a lo largo de su existencia y colectivamente a lo largo de la historia.

Corcuera (2003) señala que durante más de diez años, los psicólogos David G. Myers (Hope College de Michigan) y Ed Diener (Universidad de Illinois) estudiaron el tema de la felicidad. Entre los resultados que ellos obtuvieron se destaca que uno de los cuatro rasgos característicos de la persona feliz es el optimismo. No concluyen si este es causa de la felicidad o viceversa, simplemente consignan el hecho: quien es feliz es optimista. Esto es suficiente para intuir la íntima relación entre optimismo y felicidad, de tal manera que probablemente este factor disposicional influya incluso en los momentos de felicidad que disfrutamos cotidianamente.

Peterson (2000, citado por Cuadra & Florenzano, 2003) plantea que el optimismo involucra componentes cognoscitivos, emocionales y motivadores. Las creencias, evaluaciones y expectativas de los optimistas influirán en su estado emocional y probable-

mente ello los lleve a sentirse muy bien. Simultáneamente ello influirá en su sistema motivacional como impulsor de muchas conductas positivas y de afrontamiento

Dentro de las investigaciones internacionales podemos mencionar entre otras las siguientes:

Carver, Pozo, Harris, Noriega, Scheier, Robinson, Ketcham, Moffat & Clark (1994) investigaron como el Optimismo- pesimismo predicen la calidad del ajuste en un grupo de mujeres que se encuentran en las etapas iniciales de cáncer de mama. La muestra estuvo conformada por 70 mujeres con diagnóstico precoz de cáncer de mama. El instrumento utilizado fue Escala de Orientación hacia la vida - Revisado. Para el análisis de los datos se utilizaron tablas de distribución de frecuencias y porcentajes. Se concluye que el pesimismo predice un ajuste más pobre, sugiriendo que representa una vulnerabilidad para aquellas mujeres que asumen esta actitud frente a la enfermedad.

Viñas & Caparròs (2000) estudiaron el optimismo y la salud entre orientación vital (optimismo-pesimismo) y utilización de los recursos asistenciales sanitarios. La muestra estuvo conformada por 112 estudiantes universitarios entre 17 y 46 años. Los instrumentos utilizados fueron: Escala de Desesperanza de Beck y un Cuestionario de Utilización de Recursos Asistenciales. Para el análisis de los datos se presentan las tablas de distribución de frecuencias y porcentajes y la Prueba no paramétrica U de Mann-Whitney. Los resultados muestran que los más optimistas en general utilizan menos los servicios sanitarios y que adquieren menos productos farmacéuticos que los menos optimistas.

Amoròs-Gómez, Remor & Carboles (2004) estudiaron si el optimismo disposicional constituye un factor protector de las emociones negativas. La muestra estuvo conformada por 86 estudiantes universitarios entre varones y mujeres, con una edad media de 20.3 años. Los instrumentos utilizados fueron: Escala de Orientación hacia la vida - Revisado (LOT-R), Sub escalas E de Sent y STAXI-2 de Spielberg, sub escala N (EPQ-R) de Eysenk, Eysenk & Barret. Para el análisis de datos se utilizaron tablas de distribución de frecuencia y porcentajes, Prueba T de Student y coeficiente de correlación de

Pearson. Se encontraron diferencias significativas entre los grupos altos y bajos en optimismo disposicional por lo que se refiere a las siguientes variables dependientes: estado de ira y sentimiento de ira. Se concluye que las características de la personalidad como el optimismo disposicional, más que el neuroticismo, puede proteger a las personas de la experiencia de emociones negativas.

Es necesario mencionar que no se ha encontrado ninguna investigación en nuestro contexto.

A partir de todo lo anterior se plantea el siguiente problema de investigación: ¿Cuál es el nivel de optimismo disposicional de un grupo de estudiantes universidad particular en la ciudad de Lima?

Objetivo General:

Identificar los niveles de optimismo en un grupo de estudiantes de una universidad particular de la ciudad de Lima.

METODO

1. Diseño

El diseño de la presente investigación corresponde a un estudio descriptivo.

2. Participantes

El muestreo seleccionado para la presente investigación, fue de tipo Intencional. La muestra estuvo conformada por 231 estudiantes de primer y segundo ciclo de psicología de una universidad particular de Lima, de ambos sexos, cuyas edades fluctuaron entre 18 y 25 años.

Criterios de inclusión de la muestra:

Edades	:	18 a 25 años
Año de Estudios	:	1ro a 5to
Instituto de Procedencia	:	Universidad estatal
Turno de estudio	:	Mañana
Participación	:	Voluntaria
Universidades	:	Estatal y particular

Criterios de exclusión de la muestra :

Nacionalidad	:	Extranjera
--------------	---	------------

A continuación se presentan las características más importantes de la muestra. En la tabla 1 se observa que el 75.8% de participantes son mujeres, mientras que 24.2% son varones.

TABLA 1

Distribución de frecuencia y porcentaje de la muestra según el Sexo

Sexo	n	%
Varón	56	24.2
Mujer	175	75.8
Total	231	100.0

En relación con la edad, en la tabla 2 se aprecia que 42.4% son menores de 18 años, 35.5% tienen entre 19 a 21 años y 22.1% tienen más de 21 años.

TABLA 2

Distribución de Frecuencias y Porcentajes de la

Grupos de Edad	N	%
Menos de 18	98	42.4
19 - 21 años	82	35.5
Más de 21	51	22.1
Total	231	100.0

muestra según edad

3. Instrumentos

El instrumento utilizado fue el siguiente:

- **Escala de Orientación hacia la vida - Revisado (LOT-R)**

Esta escala se basa en la Escala de Orientación para la vida (LOT), trabajada en 1985 por Seller & Carver. Fue desarrollada para evaluar las diferencias individuales en el pesimismo versus optimismo generalizado. Aunque el LOT se usó ampliamente, tuvo algunos problemas. El más importante fue que sus ítems originales no se enfocaron totalmente como explícitas expectativas hacia el futuro, como la teoría lo establecía. Para remedir esta deficiencia se desarrolló una versión del LOT denominada LOT-R.

Los autores de este instrumento (Seller, Carver & Bridges, 1994) señalan que el objetivo de este instrumento es identificar expectativas positivas y negativas, a partir del grado de acuerdo o desacuerdo frente a 10 ítems.

La administración puede ser individual y colectiva, con una duración de aproximadamente 5 minutos. El puntaje máximo para cada ítems es de 5 y el

mínimo de 0. Seis de estos ítems evalúan el constructo; los puntajes a tres de los ítems se deben invertir antes de calcular el puntaje total. En la interpretación de los puntajes, los valores más altos indican mayor optimismo.

El LOT-R es una medida muy breve y fácil de usar. Los ítems 2,5, 6 y 8 son de relleno.

Se deben convertir las puntuaciones directas de cada una de las escalas en percentiles tomando como referencia el baremo.

La validez predictiva estableció que este instrumento permite evaluar el grado de optimismo en las personas. En cuanto a la validez convergente y divergente. Las asociaciones del LORT-R con mediciones del estado emocional y depresión se hallaron en la línea de lo esperado. Con una medida de estados de ánimo, el POMS se correlacionó negativamente con las sub escalas: Ansiedad ($r = -.25$), Fatiga ($r = -.17$), Depresión ($R = -.40$), Cólera ($R = -.27$) y Confusión ($R = -.26$); y positivamente con las sub escalas Vigor ($R = .37$).

En el estudio de Scheir, Carver & Bridges (1994) con estudiantes universitarios, el LORT-R se correlacionó con una medida de ansiedad rasgo en $-.53$ y con dos medidas de neuroticismo en $-.43$ y $-.36$. En el mismo estudio se correlacionó con una escala de autoestima y $.48$ con una escala de autodominio. Con una medida de depresión, la escala Centro de Estudios Epidemiológicos Depresión tuvo una correlación de $-.52$.

La confiabilidad fue determinada a partir del Coeficiente Alpha de Cronbach, cuyos rangos se ubican entre $.43$ y $.63$. También se utilizó el método test - retest, en donde se obtuvieron las siguientes correlaciones $.56$ para 24 meses y $.79$ para 28 meses. En conjunto, estos hallazgos sugieren que los puntajes son estables en el tiempo. Se presenta un ejemplar en el apéndice 1.

- **Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes**

Esta Escala fue construida por David Olson & Howard Barnes en 1982. Los objetivos de esta Escala son medir las percepciones de individuales de satisfacción dentro de los dominios de la experiencia vital de los individuos como por ejemplo, vida marital y familiar, amigos, domi-

cilio y facilidades de vivienda, educación, empleo, religión, etc. (Díaz et. Al, 2001) .

Los ítems son de tipo likert con las siguientes opciones: Insatisfecho, un poco satisfecho, más o menos satisfecho y completamente satisfecho. La validez de esta escala fue determinada mediante la validez de construcción a partir del análisis factorial, el cual sustentó la estructura conceptual inicial de la escala, con pocas excepciones. Algunas Escalas conceptuales se unieron para definir un solo factor; la escala Hogar se dividió en ítems relativos al espacio y en ítems relativos a las responsabilidades domésticas, agrupando las preocupaciones específicas del adolescente en un solo factor.

La confiabilidad se trabajó mediante el método test - retest, usando la forma de adolescentes con 124 sujetos de doce clases universitarias y secundaria. El tiempo que transcurrió entre la primera y segunda aplicación, fue de cuatro a cinco semanas. La correlación de Pearson para la Escala Total es de .64 y las correlaciones para los doce factores van desde .40 hasta .72. La confiabilidad de la consistencia interna se determinó con el Coeficiente de Confiabilidad Alfa de Cronbach, alcanzando para la Escala adolescentes. 86.

Grimaldo (2004) realizó un estudio psicométrico del instrumento, para lo cual utilizó el Coeficiente de Correlación de Pearson (Validez Divergente) y el Análisis Factorial (Validez de Constructo). En el caso de la confiabilidad se realizó a partir de la aplicación del coeficiente Alfa de Cronbach. Se concluyó que el presente instrumento cuenta con validez y confiabilidad para ser aplicados a grupos similares a la muestra.

■ **Escala de Satisfacción con la Vida de Diener**

Esta escala consta de cinco ítems, a los que le se responde seleccionando una entre siete alternativas que van de "completamente de acuerdo" a "completamente de desacuerdo". El total del puntaje va de 7 a 35.

Esta Escala tiene propiedades psicométricas adecuadas con validez entre coreanos, chinos y rusos (Cuadra & Florenciano, 2003).

En Lima, Alarcón (2000) estableció la confiabilidad interna de la prueba mediante el coeficien-

te Alfa de Cronbach, obteniéndose .528, un valor moderado que indica que los ítems del test no covarían en alto grado, como podría esperarse. Utilizando el método de mitades, corregido por la fórmula de profecía de Spearman Brown, se obtuvo $r = .581$. Es probable que el escaso número de ítems de la Escala de satisfacción con la vida afecte su confiabilidad.

La validez de constructo de la escala fue evaluada mediante análisis factorial. Alarcón (2000) utilizó el Método de componentes principales y la rotación Varimax. Se advierte que la escala carece de unidimensionalidad y se sugiere que está conformada por dos factores.

4. Procedimiento

■ **Primera Fase: Coordinaciones Previas**

Se realizaron las coordinaciones previas con las autoridades (Jefe de Departamento, Coordinadora Académica y Docentes) para llevar a cabo la aplicación del instrumento.

■ **Segunda fase: Administración del Instrumento**

La aplicación fue anónima, colectiva y autoadministrada, en horas de la mañana y tarde. Se aplicó a un total de 267 participantes, de las cuales fueron anuladas 36 aplicaciones, debido a las siguientes razones:

- Por errores en responder el instrumento (20)
- Por falta de motivación (10)
- Por no terminar de responder los instrumentos (6)

■ **Tercera Fase: Verificación de las propiedades psicométricas de la Escala de Orientación hacia la Vida (LOT-R)**

Para el presente estudio se estimaron los parámetros de validez y confiabilidad para los puntajes de la Escala de Orientación hacia la vida (LOT-R), debido a que tal como lo señala Alarcón (2000) muy a menudo un test pierde su poder psicométrico original al utilizarse en otra cultura. Se trata de una breve escala compuesta por diez ítems, a los que se contesta seleccionando entre cinco alternativas (Completamente de acuerdo, parcialmente de acuerdo, indeciso, parcialmente en desacuerdo y completamente en desacuerdo).

En la tabla 3, se observa que los ítems 1,3,4,9 y 10 tie-

nen validez interna, ya que alcanzan correlaciones ítem-test superiores al criterio 0.30; con excepción del séptimo ítem, lo cual nos indica que sería necesario revisar dicha proposición. Es probable que esta baja correlación esté influenciada por las propiedades estadísticas de tal ítem por la divergencia de su contenido respecto al puntaje total; se observa que el ítem en cuestión tiene una respuesta promedio de 2.87, el más alto.

TABLA 3

Análisis psicométrico de la Escala Orientación hacia

Items	Media	Desviación Estándar	Ritc Discriminación (correlación ítem-test corregido)
1	2.3593	1.0282	.3580
3	2.1818	1.1158	.3939
4	1.9264	.9685	.3160
7	2.8701	1.2478	.2430
9	2.4069	1.3282	.4104
10	2.0260	1.1829	.3654

la vida - Revisado (LORT-R)

VALIDEZ DIVERGENTE

Se utilizó el Coeficiente r de Pearson, para establecer la relación lineal entre la Escala de Orientación hacia la Vida (LOT-R) de Sèller & Carver , Escala de Satisfacción hacia la Vida de Diener y Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes.

En la tabla 4 se observa una baja correlación entre la Escala de Orientación hacia la vida (LOT-R) de Sèller & Carver y la Escala de Calidad de Vida, lo cual indica que estos constructos mantienen su independencia, pues la correlación es igual a 0.137, siendo la relación baja relación entre ellas. De manera similar, con Escala de Satisfacción hacia la vida de Diener, en donde se observa una baja correlación. De esta manera, obtenemos evidencias de prueba respecto a la Validez Divergente de la Escala de Orientación hacia la vida (LOT-R) con los otros instrumentos aplicados.

TABLA 4

Análisis Correlacional (r) de Pearson entre los instru-

	Satisfacción hacia la Vida	Calidad de Vida	Orientación hacia la Vida
Satisfacción hacia la Vida	1	.527(**)	.259(**)
Calidad de Vida	.527(**)	1	.137(*)
Orientación hacia la Vida	.259(**)	.137(*)	1

** p < 0.01 (2 colas). * p < 0.05 l (2 colas).

mentos

En cuanto a la confiabilidad, se determinó la consistencia interna del instrumento mediante el Coeficiente Alfa de Cronbach. En la tabla 5 se aprecia que la Escala de Orientación hacia la Vida - Revisada (LOT-R) tiene confiabilidad para la muestra total (.61), para la muestra de Varones (.68) y mujeres (.58). Aunque se observa que la confiabilidad en varones es más alta que el de las mujeres, estas diferencias sin embargo no son estadísticamente significativas.

La magnitud del coeficiente alfa está por debajo de .070 y puede ser una valor cuestionable, sin embargo, para el constructo evaluado por el LOT-R, este mantiene un nivel bajo de especificidad; es decir más general y global, de tal modo que la consistencia en una medida para un constructo de esta naturaleza tiende a no ser alto (Bagozzi & Edwards, 1998; Bagozzi & Heatherton, 1994).

TABLA 5

Confiabilidad de la Escala de Orientación Hacia la

Confiabilidad	N	Coeficiente Alfa
Muestra total	214	.61
Varones		.68
Mujeres		.58

Vida- Revisado (LOT-R)

En la tabla 6 se reportan las correlaciones ítem-test corregido y las correlaciones inter-ítem. Puede observarse que en el ítem 7 presenta una algunas correlaciones no significativas, aunque las demás correlaciones indican que los ítems guardan cohesión

con la escala total.

TABLA 6

Correlaciones ítem-test corregido y correlaciones

Item	L01	L03	L04	L07	L09	L010
L01	1					
L03	.178**	1				
L04	.372**	.137*	1			
L07	.081	.245**	-.001	1		
L09	.169**	.396**	.175**	.281**	1	
L010	.317**	.184**	.308**	.113	.187**	1

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

inter-ítem

RESULTADOS

En la tabla 7 se observa que el 64.5 de los estudiantes universitarios de psicología tienen un nivel de optimismo ubicado en la categoría media. En segundo lugar se ubica el 19.5 de los participantes, correspondiente a un nivel bajo y en tercer lugar encontramos el 16% con un nivel alto de optimismo.

TABLA 7

Niveles de Optimismo en un grupo de estudiantes

NIVELES DE OPTIMISMO	N	%
Alto	37	16
Medio	149	64.5
Bajo	45	19.5
Total	231	100

universitarios de la ciudad de Lima

En la tabla 8 podemos apreciar 36.8% de los participantes se encuentran parcialmente de acuerdo en relación a que en momentos de incertidumbre o inseguridad, generalmente piensan que le va a ocurrir lo mejor. Por otro lado, 26.4% de los participantes se encuentran indecisos frente a esta proposición y 22.1% de los alumnos se encuentran totalmente de acuerdo.

TABLA 8

Distribución de frecuencias y porcentajes acerca de los pensamientos positivos que se generan frente a

Alternativas	n	%
Completamente de acuerdo	51	22.1
Parcialmente de acuerdo	85	36.8
Indeciso	61	26.4
Parcialmente en desacuerdo	29	12.6
Completamente en desacuerdo	5	2.2
Total	231	100.0

momentos de inseguridad

En la tabla 9, se observa que 34.2% de los estudiantes se encuentra completamente de acuerdo respecto a la seguridad que tiene en que algo malo le pasará. De la misma forma, 29.9% de los participantes se encuentran parcialmente de acuerdo con esta afirmación.

TABLA 9

Distribución de frecuencia y porcentajes acerca de la

Alternativas	n	%
Completamente de acuerdo	79	34.2
Parcialmente de acuerdo	69	29.9
Indeciso	50	21.6
Parcialmente en desacuerdo	27	11.7
Completamente en desacuerdo	6	2.6
Total	231	100.0

seguridad que tiene respecto a que algo malo sucederá

En la tabla 10 se visualiza que el 42.4% de los participantes están parcialmente de acuerdo en considerar su optimismo frente al futuro. De la misma manera, un 37.7% de la muestra se encuentra completamente de acuerdo con esta premisa.

TABLA 10

Distribución de Frecuencia y Porcentajes acerca del

Alternativas	n	%
Completamente de acuerdo	87	37.7
Parcialmente de acuerdo	98	42.4
Indeciso	28	12.1
Parcialmente en desacuerdo	12	5.2
Completamente en desacuerdo	6	2.6
Total	231	100.0

optimismo que tiene frente al futuro

En la tabla 11 se aprecia que 27.7% de los estudiantes están parcialmente de acuerdo en considerar que raras veces esperan que las cosas salgan a su manera. Así mismo, un 25.1% de los alumnos se encuentran indecisos frente a esta posibilidad.

TABLA 11

Distribución de Frecuencia y Porcentajes acerca de las pocas veces que espera que las cosas salgan a su

Alternativas	n	%
Completamente de acuerdo	39	16.9
Parcialmente de acuerdo	58	25.1
Indeciso	49	21.2
Parcialmente en desacuerdo	64	27.7
Completamente en desacuerdo	21	9.1
Total	231	100.0

manera

En la tabla 12, se observa que 36.8% de los participantes se encuentran totalmente de acuerdo en no esperar que las cosas buenas sucedan. Por otro lado, 19.5% de los estudiantes se encuentran parcialmente en desacuerdo frente a esta afirmación.

TABLA 12

Distribución de Frecuencia y Porcentajes acerca falta

Alternativas	n	%
Completamente de acuerdo	85	36.8
Parcialmente de acuerdo	42	18.2
Indeciso	44	19.0
Parcialmente en desacuerdo	45	19.5
Completamente en desacuerdo	15	6.5
Total	231	100.0

de esperanza en que las cosas buenas sucedan

En la tabla 13, se visualiza que 41.6% de los evaluados se encuentra completamente de acuerdo en pensar que más cosas buenas que malas les van a suceder. Asimismo, 32.5% de la muestra se encuentra parcialmente en desacuerdo con esta premisa.

TABLA 13

Distribución de Frecuencia y Porcentajes acerca del pensamiento que tiene respecto a que le sucederán

Alternativas	n	%
Completamente de acuerdo	96	41.6
Parcialmente de acuerdo	75	32.5
Indeciso	25	10.8
Parcialmente en desacuerdo	16	6.9
Completamente en desacuerdo	17	7.4
Total	231	100.0

mas cosas buenas que malas

DISCUSIÓN

Al observar los resultados encontrados se aprecia que un gran porcentaje se ubica en un nivel medio de optimismo. Es decir una gran parte de los estudiantes universitarios de psicología evaluados, poseen esta característica disposicional que los ayuda a enfrentar las dificultades, descubriendo lo positivo que tienen las personas y las situaciones, confiando en sus posibilidades, recursos y capacidades. Acheier, Carver & Bridges (1994) señalan que el optimismo disposicio-

nal es la tendencia de las personas a esperar resultados positivos o favorables en sus vidas y como una expectativa generalizada de resultados positivos.

Estos resultados, pueden ser analizados desde una perspectiva multidimensional, ya que tanto a nivel macrosocial como mesosocial y por lo tanto a nivel familiar, la resiliencia está presente en los distintos hogares de nuestra sociedad. Existen factores internos como la autoestima, el optimismo, la fe, la confianza en sí mismo, la responsabilidad, la capacidad de elegir o de cambio de las competencias cognoscitivas. Una vez fortalecidos estos aspectos, se refuerzan las posibilidades del grupo de apoyar a las personas como ser humano integro, seguro y capaz de salir adelante (Lamas & Lamas, 1997).

También es importante considerar las características de la familia, en donde se puede mencionar los siguientes aspectos: la unión cálida, estabilidad, seguridad, respeto a normas y valores, actitud parental competente, entre otros (Amar & Amar, 2000).

En nuestro contexto, se ha encontrado que las familias peruanas tanto de nivel socioeconómico bajo como medio han desarrollado estrategias para afrontar la crisis económica actual. Majluf (1994) señala que existen diferencias significativas en la modalidad, recurriendo las de nivel socio económico medio más a la reestructuración y las de nivel socio económico bajo a la movilización familiar para obtener y aceptar ayudar, no difiriendo ambos estratos en la búsqueda de apoyo espiritual y de apoyo social.

Como se observa en los resultados de la investigación anterior, tanto para el caso de las familias ubicadas en nivel socioeconómico medio y bajo, esta búsqueda de estrategias para solucionar sus dificultades, puede verse afectada por diversos factores, uno de los cuales podría ser el optimismo. Como se conoce, una persona optimista, espera resultados favorables y positivos de la vida, siendo ello un aspecto que se encuentra profundamente ligado al bienestar psicológico y físico de los sujetos (Grant, 1992, citado por Concha, et al., 1999).

Un estudio del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, realizado en 1998 por el Centro Nacional de Consultoría en todo el país, con 1200 niños de

todas las zonas geográficas, investigó los factores protectores que favorecen una respuesta sana y adaptativa frente a los factores adversos. El resultado fue sorprendente: en un 80% de los casos esos factores brindaban una protección alta entre los encuestados. Observadores notaron que si bien las personas que tuvieron niñez traumática y con deprivaciones tienen mayor posibilidad de desarrollar depresión, lo cierto es que un alto porcentaje de ellos llegan sanos y felices a la vida adulta (Amar, 2000).

Como vemos entonces, los niveles de optimismo pueden verse influidos por las características de la familia a la cual pertenecen ya que tal como lo señala Avia & Vasquez (1999, citados por Cuadra & Florenzano, 2003) el optimismo como una dimensión de la personalidad relativamente estable, está determinada en parte por la herencia y también por experiencias tempranas.

Los resultados del presente estudio se relacionan con los hallazgos de Alarcón (2001) quien estudió en Lima las relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal y encontró que el mayor número de sujetos reportó sentirse feliz.

CONCLUSIONES

- El 65% del grupo de estudiantes de una universidad particular de Lima se ubica en un nivel de Optimismo Medio, lo cual indica que tienen una tendencia a esperar resultados positivos o favorables en sus vidas y expectativas generalizadas de resultados positivos.
- Un menor porcentaje (19.5%) se ubica en un nivel bajo de optimismo y un 16% en un nivel alto de optimismo disposicional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALARCÓN, R. (2000). *VARIABLES PSICOLÓGICAS ASOCIADAS CON LA FELICIDAD*. En: Revista Persona. Vol 3. p. 147 - 157.
- ALARCÓN R. (2001). *RELACIONES ENTRE FELICIDAD, GÉNERO, EDAD Y ESTADO CONYUGAL*. En: Revista de Psicología. Vol XIX. No. 1. p. 29-46
- AMAR, J. (2000). *NIÑOS INVULNERABLES. FACTORES COTIDIANOS DE PROTECCIÓN QUE FAVORECEN EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS QUE VIVEN EN CONTEXTOS DE POBREZA*. En: Revista de Psicología desde el Caribe. No. 5. p. 96-123.
- AMORÓS-GÓMEZ, M., REMOR, E. Y CARBOLES, J. (2004) *¿ES EL OPTIMISMO DISPOSICIONAL UN FACTOR PROTECTOR DE LAS EMOCIONES?*

- ciones negativas?. En: Resúmenes del III Simposio de la Asociación de Motivación y Emoción. Disponible en: <http://reme.uji.es/articulos/agarce2130505103/texto.html>. Recuperado el 30 de agosto del 2004.
- BAGOZZI, R. & EDWARDS, J. (1998). *A General approach of representing constructs in organizational research*. En: *Organizational Research Methods*. Vol 1. p. 45-87
- BAGOZZI, R. & HERATHERTON, T. (1994). *A General approach of representing multifaceted personality constructs: Application to state self-esteem*. En: *Structural Equation Modeling*, Vol 1. p. 35-67
- CARVER, S.; POZO, D. ; HARRIS, C.; NORIEGA, S.; SCHEIER, M.; ROBINSON, S.; KETCHAM, S.; MOFFAT, F.; & CLARK, K. (1994). *El Optimismo-pesimismo como predictor de la calidad del ajuste de mujeres con diagnóstico precoz de cáncer de mama*. En: *Revista Cáncer*. No. 73. p. 1213-1220
- CONCHA, C.; DITTUS, P.; MONTESINOS, A., PANDOLFI, M., PERFETTI, R. (1999) *Optimismo*. Disponible en: <http://apsique.virtuabyte.cl/tiki-index.php?page=SociOptimismo>
- CORCUERA F. (2003). *Optimismo. Elección personal*. En: *Archivo Histórico*. Año 45. No. 267. p. 10 - 23
- CUADRA, H. & FLORENZANO, R. (2003). *El Bienestar Subjetivo: Hacia un Psicología Positiva*. En: *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*. Vol. XII. No. 1. p. 83-96
- GRIMALDO, M. (2004). *Manual Técnico de la Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes*. Lima: Universidad de San Martín de Porres.
- LAMAS, H, & LAMAS, J. (1997). *El Adulto Mayor en el Perú*. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos15/adulto-mayor/adulto-mayor.shtml#ENFOQ>. Recuperado el 30 de Agosto del 2004.
- MAJLUF, A. (1994). *Algunas Estrategias utilizadas por familias peruanas para afrontar la crisis económica actual*. En: *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*. Vol.XII. No. 2. p. 175-188.
- SANNA, L. (1996). *Defensive pessimism, optimism and simulating alternatives; some ups and downs of prefactual and counterfactual thinking*. En : *Journal of Personality and Social Science*. P. 15-24.
- SCHEIER, M. F., & CARVER, C. S. (1992). *Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update*. En: *Cognitive Therapy and Research*, 16, 201-228.
- SCHEIER, M., CARVER, CH, & BRIDGES, M. (1994). *Distinguishing Optimism From Neuroticism and (Trait Anxiety, Self-Mastery, and Self-Esteem): A Reevaluation of the Life Orientation Test*. En: *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 67. No 6. p 1063-1078.
- SELLER M, & CARVER, C. (1993). *On the power of Positive Thinking: the benefits of being optimistic*. En: *Psychological Science*. No. 2. p. 26-30
- VIÑAS, F. & CAPARRÓS, B. (2000) *Optimismo y Salud: relación entre orientación vital (optimismo-pesimismo) y utilización de los recursos asistenciales*. Disponible en: http://www.psiquiatria.com/congreso/mesa58/poster58/58_pos

Instituto de Investigación Escuela Profesional de Psicología
 Universidad de San Martín de Porres
 E-mail: mgrimaldo2001@yahoo.com

_b.htm. Recuperado el 30 de Agosto del 2004.

APÉNDICE 1 CUESTIONARIO

Las siguientes afirmaciones se refieren a cómo tú ves

la vida en general. Después de cada afirmación, indica si estás de acuerdo o en desacuerdo con una X. No hay respuestas correctas, ni incorrectas, solo nos interesa tu opinión honesta.

Usa la siguiente escala para responder a todas las afir-

1	2	3	4	5
Estoy completamente de acuerdo	Estoy parcialmente de acuerdo	Indeciso	Estoy parcialmente en desacuerdo	Estoy completamente en desacuerdo

Marca todas las afirmaciones:

1. En momentos de incertidumbre o inseguridad, generalmente pienso que me va a ocurrir lo mejor.	1	2	3	4	5
2. Me es fácil relajarme	1	2	3	4	5
3. Si algo malo me pueda pasar, estoy segura(o) que me pasara.	1	2	3	4	5
4. Siempre soy optimista en cuanto al futuro.	1	2	3	4	5
5. Disfruto de mis amistades.	1	2	3	4	5
6. Para mi, es importante estar siempre ocupado(a).	1	2	3	4	5
7. Raramente espero que las cosas salgan a mi modo.	1	2	3	4	5
8. No logro enfadarme fácilmente.	1	2	3	4	5
9. No espero que las cosas buenas me sucedan.	1	2	3	4	5
10. En general, yo pienso que más cosas buenas que malas me van a suceder. No espero que las cosas buenas me sucedan.	1	2	3	4	5