

Optimismo disposicional como predictor de estrategias de afrontamiento

Eliseo Chico Librán
Universidad Rovira i Virgili

El objetivo del presente estudio fue investigar la relación entre el optimismo disposicional y las diferentes estrategias de afrontamiento. Aunque el optimismo disposicional, valorado por el Test revisado de Orientación Vital (LOT-R) se ha asociado frecuentemente con estrategias de afrontamiento, algunos autores han encontrado que su poder predictivo desaparece cuando se controla los efectos de terceras variables, sobre todo, neuroticismo o afectividad negativa. Este estudio en el que se han utilizado 415 sujetos investiga la capacidad de una medida de optimismo disposicional para predecir las estrategias de afrontamiento. Los participantes cumplimentaron también medidas de neuroticismo y de afectividad negativa. Los análisis revelaron que el optimismo disposicional era un predictor significativo respecto a las estrategias de afrontamiento aún después de controlar los efectos del neuroticismo y de la afectividad negativa. De este forma, el Test de Orientación Vital parece poseer una adecuada validez predictiva.

Dispositional optimism as a predictor of strategies coping. The purpose of this study was to assess the relationship between dispositional optimism and coping strategies. Although dispositional optimism as assessed by the Life Orientation Test-Revised (LOT-R) has often been associated with coping strategies, some researchers have found that its predictive power disappears after controlling the effects of third variables, mainly, neuroticism and negative affectivity. This study used 415 subjects and investigated the ability of a revised measure of dispositional optimism to predict coping strategies. Participants also completed measures of neuroticism and negative affectivity. Analyses revealed that dispositional optimism was a significant predictor of coping strategies even when the effects of neuroticism and negative affectivity were controlled. Overall, the Life Orientation Test-Revised does appear to possess adequate predictive validity.

Durante los últimos años ha ido creciendo el interés sobre las distintas formas de cómo las personas hacen frente a las situaciones difíciles y estresantes que van encontrando en sus vidas. Este creciente interés se ha visto reflejado en una considerable cantidad de investigación que sobre el tema ha ido apareciendo en los últimos años. En la mayoría de casos, la investigación sobre las formas de afrontamiento ha tenido como punto de partida la teoría desarrollada por Lazarus y Folkman (1984).

En cuanto a las formas de afrontamiento que suelen utilizar las personas, los investigadores aceptan que, al menos, existen tres amplias estrategias diferentes de afrontamiento: Afrontamiento focalizado al problema, que hace referencia a los esfuerzos dirigidos a modificar las demandas o eventos ambientales causantes del estrés, intentando resolver el problema o, al menos que disminuya su impacto. Afrontamiento focalizado a las emociones, que implica realizar esfuerzos para reducir o eliminar los sentimientos negativos originados por la situación estresante, y Afrontamiento de evi-

tación que implica evitar el problema no pensando en él o distrayéndose con otras actividades o conductas.

Aunque los dos primeros tipos de afrontamiento son fácilmente distinguibles, ambos pueden ponerse en práctica de forma conjunta. Aunque a menudo se cree que las estrategias de afrontamiento dirigidas al problema son más efectivas que las dirigidas a las emociones, la evidencia es bastante compleja.

Existen algunas variables que parecen estar directamente relacionadas con los distintos tipos de afrontamiento. Un número considerable de estudios ha explorado el impacto que la variable de optimismo disposicional tiene sobre el afrontamiento (Scheier y Carver, 1985). Estos autores consideran al optimismo disposicional como la tendencia de las personas a esperar resultados positivos y favorables en sus vidas y como una expectativa generalizada de resultado positivo. Los resultados de varios estudios indican un efecto favorable del optimismo sobre el afrontamiento conductual y parece ser importante para afrontar con mayor posibilidad de éxito las situaciones estresantes (Scheier y Carver, 1993; Scheier, Weintraub y Carver, 1986). Los pesimistas, por otra parte, tienden a focalizarse en sus emociones negativas, distanciamiento mental y negación de la realidad (Boland y Cappeliez, 1997). En este sentido, se puede decir que el optimismo disposicional es un mediador de la forma en cómo las personas afrontan las situaciones estresantes, aunque no está muy claro la naturaleza

de este efecto (Scheier y Carver, 1985). Parece que, al menos en parte, el efecto mediador del optimismo disposicional estaría en que los optimistas y los pesimistas utilizan diferentes estrategias para afrontar situaciones estresantes (Scheier y alt. 1989). Más concretamente, parece que el optimista utilizaría estrategias de afrontamiento dirigidas al problema, incluyendo estrategias de afrontamiento cognitivo y tendería a no utilizar estrategias que suponen distanciamiento de la situación estresante (Taylor y alt. 1992; Fontaine, Manstead y Wagner, 1993).

Sin embargo, estas suposiciones que asocian optimismo con estilos de afrontamiento se han puesto en duda mediante lo que se ha venido en llamar «la tercera variable» y que hace referencia a un substantivo solapamiento entre optimismo y neuroticismo (Boland y Cappeliez, 1997; Smith, Pope, Rhodwalt y Poulton, 1989). Estos autores señalan que las relaciones entre optimismo y estrategias de afrontamiento tienden a desaparecer cuando se controla estadísticamente la influencia de la variable de neuroticismo, debido a la elevada correlación que existe entre optimismo disposicional y neuroticismo. Vickers y Vogelanz, (2000) señalan que los efectos atribuidos al optimismo disposicional pueden venir determinados por la varianza que esta variable comparte con el neuroticismo. Boland y Cappeliez (1997) señalaron que el optimismo disposicional pierde su valor predictivo sobre los estilos de afrontamiento cuando se controla los efectos del neuroticismo y por lo tanto señalan la necesidad de poder considerar el constructo de optimismo como un constructo que estaría englobado dentro de un factor más amplio de personalidad, como es el neuroticismo.

Otra de las variables que se podría considerar mediadora entre optimismo y las diferentes estrategias de afrontamiento sería la afectividad negativa. En este sentido, estudios llevados a cabo por Hotard, MacFatter, McWhirter, Stergall (1989) y por Meyer, Shack (1989) señalan una estrecha relación entre neuroticismo y afectividad negativa, constructo que estaría asociado a rasgos neuróticos primarios como la reacción al estrés, la alienación, preocupación y ansiedad. Desde Costa y McCrae (1980) y Tellegen (1985) se asume que los rasgos de neuroticismo representan una susceptibilidad a los estados de afecto negativo. Cooper y McConville (1989) encontraron una relación entre neuroticismo y afecto negativo de .73, lo que indicaría un grado sustantivo de solapamiento entre estos dos constructos. En función de estos datos, se podría esperar que también hubiera un cierto solapamiento entre optimismo y afectividad negativa y que esta variable pudiera también modular la relación entre optimismo y los diferentes estilos de afrontamiento.

Smith y alt. (1989) señalan que optimismo es indistinguible de neuroticismo y de afecto negativo y señalaron que optimismo correlacionaría tan estrechamente con medidas de neuroticismo y afectividad negativa como con otros medidores de optimismo. Marshall, Wortman, Kusulas, Hervig y Vicker (1992) señalaron que pesimismo está estrechamente asociado con neuroticismo y afectividad negativa. No obstante, Scheier, Carver y Bridges (1994) manifestaron que la relación entre optimismo y las diferentes estrategias de afrontamiento se mantiene aún después de controlar los efectos de neuroticismo, considerando que optimismo y neuroticismo no son intercambiables, ya que neuroticismo se debe considerar como un constructo multifacético que englobaría, aunque de forma parcial, el pesimismo o ausencia de optimismo. Tanto neuroticismo como afectividad negativa tienen un cierto solapamiento tanto conceptual como empírico con optimismo, aunque cada constructo incorpora el menos una cualidad adicional

más allá del optimismo. En este sentido, Mroczek, Spiro, Aldwin, Ozer y Bossé (1993) encontraron que optimismo seguía prediciendo el malestar psicológico (distress) aún después de eliminar la influencia de neuroticismo. Estos resultados llevan a Scheier, Carver y Bridges (1994) a señalar que no se debe concluir de forma prematura que el optimismo no tenga una validez predictiva independientemente de los otros constructos.

Los objetivos principales en este trabajo fueron dos: Primero, determinar la validez predictiva del constructo de optimismo disposicional con respecto a los distintos estilos de afrontamiento. Se intenta replicar los resultados previos relativos a las correlaciones de optimismo con las diferentes estrategias de afrontamiento (Scheier y alt. 1986) y evaluar la contribución del neuroticismo a estas correlaciones mediante el estudio de las correlaciones simples entre los tres constructos, las correlaciones parciales entre optimismo y las diferentes estrategias de afrontamiento controlando la influencia de los otros dos constructos y la realización de un análisis factorial con todos los ítems de las tres medidas predictoras. Se supone que si el optimismo tiene pobre validez predictiva y baja validez discriminante con relación a neuroticismo y afectividad negativa, entonces las correlaciones simples entre los tres constructos serían altamente elevadas, las correlaciones parciales entre optimismo y los estilos de afrontamiento serían bajas y en el análisis factorial aparecerá una solución tendente a un solo factor con cargas factoriales relativamente iguales y altas para todos los ítems. En segundo lugar, se pretende determinar si, sobre la teoría de Scheier y Carver (1986), los optimistas, según las puntuaciones en el LOT-R, manifiestan más estrategias de afrontamiento adaptativas y menos estrategias potencialmente más desadaptativas.

Método

Sujetos y procedimiento

La muestra del presente trabajo estuvo compuesta por 415 sujetos, todos ellos alumnos de las facultades de psicología y de relaciones laborales de la Universidad Rovira i Virgili de Tarragona. La edad media de los alumnos fue de 23.25 y su desviación típica de 4.71. En cuanto al procedimiento, todos los sujetos participantes cumplimentaron los distintos cuestionarios de personalidad y de afrontamiento. En el caso de los alumnos la administración de las escalas se llevó a cabo dentro del aula y en el horario académico de los estudiantes, siempre con el margen de tiempo necesario para permitirles contestar con total libertad y sin premuras de tiempo. En la aplicación de cada una de las pruebas se dio en todo momento las directrices oportunas para poder realizar correctamente las pruebas. En todo momento se señaló la voluntariedad, la finalidad y el anonimato de los resultados individuales.

Instrumentos

Estrategias de afrontamiento. Las diferentes estrategias de afrontamiento se midieron mediante el cuestionario COPE (Carver y alt. 1989), en la versión española realizada por Crespo y Cruzado (1997), un instrumento que mide la frecuencia con que las personas utilizan determinadas estrategias para afrontar situaciones estresantes. Los sujetos deben responder cómo afrontan generalmente aquellas situaciones que consideran estresantes o amenazadoras. El cuestionario se compone de 15 escalas, cuatro ítems por escala: *Afrontamiento activo* (dar los pasos necesarios para elimi-

nar la fuente del estrés); *Planificación* (pensar y elaborar una estrategia de cómo afrontar el estresor); *Supresión de actividades distractoras* (intentar evitar distraerse con otros pensamientos); *Refrenar el afrontamiento* (esperar hasta que aparezca la ocasión adecuada para actuar); *Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales* (buscar consejo, asistencia o información); *Búsqueda de apoyo social por razones emocionales* (buscar soporte emocional); *Focalizarse en las emociones y desahogarse* (centrarse en su propio malestar emocional y desahogar sus sentimientos); *Distanciamiento conductual* (reducir o renunciar al esfuerzo propio para afrontar el estresor); *Distanciamiento mental* (distanciarse del estresor o de la fuente del estrés mediante la ensoñación); *Consumo de alcohol o drogas* (Tomar drogas o alcohol para hacer frente al estresor); *Negación* (intentar rechazar la realidad del problema); *Reinterpretación positiva y crecimiento personal* (intentar sacar la parte positiva de la situación estresante para desarrollarse como persona, o ver la situación desde una perspectiva favorable); *Religión* (aumentar sus implicaciones en actividades religiosas); *Humor* (hacer bromas sobre el estresor) y *Aceptación* (Aceptar el hecho de que el suceso ha ocurrido y es real).

Carver y alt. (1989) llevaron a cabo un análisis factorial de segundo orden basado en las puntuaciones de las distintas escalas y obtuvieron cuatro factores con valores propios superiores a 1.0. Estos factores recibieron el nombre de: afrontamiento hacia la tarea, hacia la emoción, evitación y afrontamiento cognitivo, aunque desgraciadamente los autores proporcionan escasa información sobre el procedimiento utilizado en el análisis. Por otra parte, Ingledeew, Hardy, Cooper y Jemal (1996), llevaron a cabo un análisis factorial de segundo orden usando la técnica factorial de ejes principales con rotación oblicua y encontraron tres factores que denominaron: Afrontamiento focalizado al problema, afrontamiento focalizado a las emociones y afrontamiento de evitación. Estos resultados fueron aparentemente similares a los obtenidos por Carver y alt. (1989). Igualmente, Lyne y Roger (2000) hicieron un reanálisis del COPE tanto por ítems como por subescalas. Los resultados mostraron una clara estructura trifactorial: Afrontamiento racional o activo, afrontamiento focalizado a las emociones y afrontamiento de evitación. Esta solución replicaba la encontrada por Ingledeew y alt. (1996), aunque estos hicieron el análisis basado en las subescalas del COPE y aquellos en los ítems del cuestionario.

Parece, pues, que los resultados confirman un patrón emergente de tres factores: Afrontamiento focalizado al problema (incluía afrontamiento activo, planificación, reinterpretación positiva y crecimiento personal, supresión de actividades distractoras, aceptación y refrenar el afrontamiento), afrontamiento focalizado a las emociones (que incluiría búsqueda de apoyo social instrumental y emocional, centrarse en las emociones y desahogarse) y afrontamiento de evitación (que incluiría distanciamiento conductual y mental, negación, humor). Además, según los estudios de Ingledeew y alt. (1996) las correlaciones existentes entre las 15 escalas parecen agruparlas en dos amplias dimensiones: Una primera que englobaría aquellas estrategias que se podrían considerar adaptativas (afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades distractoras, refrenar el afrontamiento, reinterpretación positiva y crecimiento personal, búsqueda de apoyo social instrumental y emocional) y una segunda dimensión que englobaría aquellas estrategias que se pueden considerar desadaptativas (negación, distanciamiento conductual y mental, centrarse en las emociones y desahogarse, religión, consumo de alcohol y drogas)

Optimismo disposicional. En este trabajo se ha utilizado el Test de Orientación Vital revisado (LOT-R; Scheier, Carver y Bridges, 1994) para medir el optimismo disposicional o predisposición generalizada hacia las expectativas de resultados positivos, en la versión española de Otero-López, Luengo, Romero, Triñanes, Gómez y Castro (1998). En su primera versión este cuestionario constaba de 8 ítems (más 4 de relleno) que evalúa las expectativas generalizadas hacia resultados positivos o negativos. Se pregunta a los sujetos que indiquen el grado de acuerdo o desacuerdo con afirmaciones como «En tiempo difíciles, generalmente espero lo mejor», usando un escala de 5 puntos, desde 0 (*muy en desacuerdo*) hasta 4 (*muy de acuerdo*). De los 8 ítems, 4 están redactados en sentido positivo y 4 en sentido negativo. Después de revertir los ítems redactados en sentido negativo, se haya la puntuación total en optimismo. Recientemente Scheier, Carver y Brigdes (1994) revisaron esta medida de optimismo y eliminaron 2 ítems que consideraban que no hacían referencia explícitamente a las expectativas de resultados. El renovado LOT-R consta de 6 ítems (más 4 ítems de relleno) que proporcionan una puntuación de optimismo disposicional. La forma de puntuación se mantuvo igual que en la versión primera. El alfa de Cronbach en su trabajo fue de 0.78 y la correlación con el LOT original fue de 0.95.

Afectividad negativa. La afectividad negativa se valoró mediante el Inventario de Afecto Positivo y Afecto Negativo (PANAS; Watson, Clark y Tellegen, 1988) en la versión española realizada por Sandín, Chorot, Lostao, Joiner, Santed y Valiente (1999). Este inventario consta de 20 ítems descriptores de sentimientos y emociones, 10 de ellos describen afectividad positiva (p. e. entusiasmo, inspirado) y los otros 10, afectividad negativa (p. e. malestar, enfado). Cada grupo de descriptores se suman de forma separada dando lugar a las puntuaciones en las dos escalas. A los sujetos se les pregunta que se evalúen en cada uno de los 20 adjetivos sobre una escala Likert de 1 (*nada o casi nada*) a 5 (*muchísimo*) de cara a expresar el grado en que de forma general experimentan el particular sentimiento o emoción. Watson y alt. (1988) señalan una fiabilidad alfa de 0.88 y .87 para AP y AN respectivamente. En la versión española, respetando la estructura de la versión original y con objeto de mejorar la validez de la versión española, los autores reformularon algunos ítems que parecían presentar un menor grado de validez. Además añadieron, en algunos casos, un segundo descriptor a la formulación del afecto en cuestión, ya que consideraban que el formato original de un descriptor simple para cada uno de los 20 estados afectivos podría resultar ambiguo para ciertas descripciones afectivas.

Neuroticismo. Para valorar la dimensión de neuroticismo se utilizó la escala N del Eysenck Personality Questionnaire-Revised (EPQ-R, Eysenck, Eysenck y Barret, 1985) en la versión española de Aguilar, Tous y Andrés (1990). Esta escala consta de 24 ítems que se responden de forma binaria.

Resultados

Las correlaciones encontradas entre los tres predictores se presentan en la tabla 1.

Como se puede comprobar todas las correlaciones entre los predictores fueron altamente significativas. No obstante, conviene señalar que la magnitud de la correlación entre optimismo disposicional y los otros dos predictores es inferior a la obtenida entre los otros dos predictores entre sí. Esto generalmente viene a suge-

rir que la varianza común entre optimismo y los otros dos predictores es menor que la varianza compartida entre los otros dos predictores entre sí (neuroticismo y afectividad negativa).

En la tabla 2 se presentan las correlaciones obtenidas entre los tres predictores y las distintas estrategias de afrontamiento.

En general, las variables predictoras muestran un buen nivel de correlación con los distintos estilos de afrontamiento, aunque cabe señalar que las correlaciones tienden a ser más elevadas con aquellos estilos de afrontamiento que se podrían considerar como negativos (centrarse en las emociones y desahogarse, negación, distanciamiento conductural y mental, consumo de drogas y alcohol, evitación y afrontamiento desadaptativo). Por otra parte, optimismo disposicional es de las tres variables la que obtuvo correlaciones más altas con planificación y reinterpretación positiva.

En la tabla 3 se presentan las correlaciones parciales entre optimismo y las diferentes estrategias de afrontamiento controlando los efectos de cada uno de los otros dos predictores tomados de forma individual y en conjunto.

En general, se puede observar que bastantes de las correlaciones simples de optimismo permanecen significativas aún después de que los efectos de los otros dos predictores hayan sido controlados, aunque como es lógico las correlaciones disminuyen en magnitud (planificación, reinterpretación, distanciamiento con-

ductual y mental, afrontamiento focalizado al problema, evitación, afrontamiento adaptativo y desadaptativo). Controlando los efectos de los dos predictores de forma aislada, columnas 2 y 3 de la tabla 3, ninguno de ellos fue capaz de hacer disminuir las correlaciones entre optimismo y los estilos de afrontamiento a no significativas (salvo en el caso del afrontamiento focalizado a las emociones). En la columna 4 de la tabla 3 se presentan las correlaciones parciales entre optimismo y los estilos de afrontamiento controlando los efectos de los otros dos predictores tomados en conjunto. También en este supuesto, optimismo disposicional mantuvo correlaciones significativas con distintos estilos de afrontamiento (planificación, reinterpretación positiva y crecimiento personal, distanciamiento conductural, afrontamiento focalizado al problema, evitación, afrontamiento adaptativo y desadaptativo). Estos resultados parecen ir en la dirección marcada por Scheier, Carver y Bridges (1994) cuando señalan que optimismo disposicional no se puede considerar como una variable que se solape con neuroticismo o afectividad negativa y que por lo tanto optimismo es un predictor independiente de los otros dos predictores y que puede tener una asociación fiable (independientemente de neuroticismo y afectividad negativa) con algunas de las estrategias de afrontamiento.

Otra forma de determinar si el optimismo es un predictor independiente de neuroticismo y afectividad negativa es mediante la realización de un análisis factorial sobre todos los ítems de los tres cuestionarios tomados conjuntamente. Se supone que si optimismo disposicional es un predictor independiente, los 6 ítems que lo componen deberían aparecer formando un factor independiente de los ítems de los otros dos predictores. Con la finalidad de explorar esta hipótesis, se llevó a cabo un análisis factorial utilizando la técnica de componentes principales con rotación Oblimin. El número de factores obtenidos con valor propio superior a 1.0 fue de 11. En cuanto a los ítems del cuestionario LOT-R saturaron en dos factores, en uno de ellos solamente saturaron los 3 ítems redactados

Tabla 1
Correlaciones entre los tres predictores

| | LOT-R | N | AN |
|-------|-------|--------|--------|
| LOT-R | 1.000 | -.44** | -.38** |
| N | | 1.000 | .57** |
| AN | | | 1.000 |

Nota: * $p < .01$; ** $p < .001$; LOT-R: Test de Orientación Vital revisado; N: Neuroticismo; AN: Afectividad negativa

Tabla 2
Correlaciones entre variables predictoras y los diferentes estilos de afrontamiento

| Estilos de afrontamiento | Optimismo | Neuroticismo | Afectividad Neg. |
|--------------------------------|-----------|--------------|------------------|
| Afrontamiento activo | .16 ** | -.15** | -.13* |
| Planificación | .20** | -.08 | -.13* |
| Búsqueda apoyo social instrum. | -.03 | .12* | .09 |
| Reinterpretación positiva | .30** | -.13* | -.11* |
| Aceptación | .11* | -.05 | -.03 |
| Supresión de activ. compet. | .05 | -.03 | .04 |
| Refrenar el afrontamiento | .06 | -.03 | -.05 |
| Búsqueda apoyo social emocio. | -.01 | .12* | .07 |
| Centrarse en las emociones | -.25** | .47** | .35** |
| Negación | -.20** | .25** | .33** |
| Distanciamiento conductural | -.32** | .23** | .21** |
| Religión | -.07 | .14** | .12* |
| Distanciamiento mental | -.24** | .34** | .30** |
| Consumo de alcohol y drogas | -.16** | .13* | .29** |
| Humor | .08 | -.13* | .03 |
| Afrontamiento al problema | .22** | -.12* | -.10* |
| Afrontamiento a las emociones | -.12* | .30** | .21** |
| Evitación | -.24** | .24** | .32** |
| Afrontamiento adaptativo | .17** | -.03 | -.04 |
| Afrontamiento desadaptativo | -.39** | .52** | .46** |

Nota: * $p < .01$; ** $p < .001$

Tabla 3
Correlaciones parciales entre optimismo y los distintos estilos de afrontamiento controlando los efectos de

| Estilos de afrontamiento | Neuroticismo | Afectividad negativa | Neuroticismo Afect. negat. | Neuroticismo menos 7 ítems |
|--------------------------------|--------------|----------------------|----------------------------|----------------------------|
| Afrontamiento activo | .13* | .12* | .12* | .15** |
| Planificación | .19** | .17** | .18** | .21** |
| Búsqueda apoyo social instrum. | .02 | -.01 | .01 | .01 |
| Reinterpretación positiva | .29** | .27** | .28** | .30** |
| Aceptación | .08 | .12* | .10* | .09 |
| Supresión de activ. compet. | .03 | .08 | .06 | .05 |
| Refrenar el afrontamiento | .03 | .05 | .03 | .04 |
| Búsqueda apoyo social emocio. | .04 | .01 | .04 | .04 |
| Centrarse en las emociones | -.06 | -.14** | -.05 | -.10* |
| Negación | -.13* | -.08 | -.09 | -.16** |
| Distanciamiento conductural | -.28** | -.26** | -.27** | -.30** |
| Religión | -.01 | -.03 | -.01 | -.01 |
| Distanciamiento mental | -.14** | -.15** | -.13* | -.19** |
| Consumo de alcohol y drogas | -.11* | -.05 | -.06 | -.12* |
| Humor | .06 | .10* | .07 | .06 |
| Afrontamiento al problema | .19** | .20** | .19** | .21** |
| Afrontamiento a las emociones | .01 | -.05 | -.01 | -.02 |
| Evitación | -.26** | -.23** | -.23 | -.30** |
| Afrontamiento adaptativo | .25** | .23** | .24** | .27** |
| Afrontamiento desadaptativo | -.26** | -.27** | -.24** | -.32** |

Nota: * $p < .01$; ** $p < .001$

en sentido positivo (los ítems de optimismo) y en el otro factor saturaron los 3 ítems redactados en sentido negativo (los ítems de pesimismo). Este tipo de soluciones también habían aparecido en los trabajos de Scheier, Carver y Bridges (1994) y de Marshall, Wortman, Kusulas, Hervig y Vickers (1992). Las saturaciones de los 6 ítems del LOT-R en cada uno de los dos factores fue superior a .56 (con una saturación promedio total de .65).

Aunque este primer análisis proporcionó unos resultados interpretables, sobre todo con respecto al cuestionario LOT-R, se realizó posteriormente otro análisis factorial siguiendo el mismo método y en el que se retuvieron solamente tres factores. Las razones para la realización de este segundo análisis factorial, reteniendo solamente tres factores, fueron las siguientes: a) Nos pareció que 11 factores era una super-extracción de factores. De hecho, había un factor en el que saturaba solamente un ítem, otros dos factores en los que saturaban solamente dos ítems en cada uno de ellos, b)

Los ítems sobre los que se hacía el análisis factorial procedían de tres cuestionarios distintos, y c) El «scree plot» de Cattell sugería la viabilidad de una solución en tres factores. Los resultados obtenidos en este nuevo análisis factorial se presentan en la tabla 4 y proporcionó una solución más simple y más fácil de interpretar.

En el primer factor saturaban todos los ítems del cuestionario de afectividad negativa más 1 ítem de neuroticismo. Este primer factor de afectividad negativa explicaba el 24.7% de la varianza. En el segundo factor saturaban los 6 ítems del cuestionario LOT-R más siete ítems del cuestionario de neuroticismo que saturaban todos ellos de forma negativa. Este segundo factor explicaba el 6.4% de la varianza. En el tercer factor saturaban el resto de ítems de la escala de neuroticismo y explicaba el 5.4% de la varianza. Estos resultados nos lleva a pensar que posiblemente los siete ítems de neuroticismo que cargan negativamente en el factor 2 junto a los ítems de optimismo, tal vez estén midiendo un aspecto específico del neuroticismo como es el pesimismo y que estos 7 ítems podrían ser los responsables de que las correlaciones parciales de optimismo con los distintos estilos de afrontamiento, controlando los efectos de neuroticismo, tuvieran un ligero descenso. De hecho, en la columna 5 de la tabla 3 se presentan las correlaciones parciales entre optimismo y las diferentes estrategias de afrontamiento controlando los efectos de la escala de neuroticismo pero eliminando de ella los 7 ítems que saturaban en el factor 2 juntamente con los ítems del LOT-R. Como se puede observar el patrón de correlaciones obtenido es prácticamente igual al patrón de correlaciones simples entre optimismo y los diferentes estilos de afrontamiento que aparecen en la tabla 2 y en cualquier caso, superiores a las correlaciones obtenidas cuando se controló los efectos de la escala completa de neuroticismo.

A partir de los resultados obtenidos y considerando, como se ha comentado antes, que el neuroticismo se considera como un constructo multifacético que coincide en parte, pero no totalmente con pesimismo, la pregunta que nos podíamos hacer es si todas las facetas de neuroticismo son igual de importantes y tienen el mismo efecto sobre optimismo o es solamente la parte de neuroticismo relacionada con pesimismo. Para responder a esta pregunta conviene descomponer la dimensión de neuroticismo en sus unidades más básicas y determinar de forma más precisa la fuente exacta de la asociación entre neuroticismo y optimismo. Para ello se hizo un análisis factorial de componentes principales con rotación Varimax sobre los 24 ítems de la escala de neuroticismo. En la tabla 5 se presentan los factores y las correspondientes cargas factoriales.

Como se puede comprobar el análisis factorial da una solución en 3 factores claramente interpretables. En el primer factor saturan 8 ítems, 7 de los cuales son los que habían saturado en el primer análisis factorial junto con los 6 ítems del cuestionario LOT-R, por lo que se podría llamar a este factor de *pesimismo*. Este primer factor explicaba un 26.1% de la varianza total. En el segundo factor saturaban 8 ítems y dado el contenido de los mismos se podría considerar como un factor de irritabilidad-nerviosismo, este segundo factor explicaba un 6.9% de la varianza restante. En el tercer factor saturaban otros 8 ítems y que por su contenido se podría considerar como un factor de preocupación o ansiedad generalizada, este tercer factor explicaba un 6.4% de la varianza restante. Se puede deducir de estos resultados que es la faceta de pesimismo del constructo multifacético de neuroticismo el que, de alguna forma, se solapa con el optimismo disposicional y no tanto el constructo completo de neuroticismo.

| Ítems | Factores | | |
|----------|----------|------|------|
| | 1 | 2 | 3 |
| AN 4 | .74 | | |
| AN 5 | .74 | | |
| AN 2 | .73 | | -.34 |
| AN 3 | .72 | | |
| AN 10 | .70 | | |
| AN 9 | .69 | | |
| AN 7 | .65 | | |
| AN 8 | .64 | | |
| AN 6 | .64 | | |
| AN 1 | .55 | | |
| N 7 | .34 | | |
| LOT-R 9 | | .69 | |
| LOT-R 7 | | .61 | |
| N 15 | | -.60 | |
| LOT-R 10 | | .60 | |
| N 2 | | -.60 | |
| LOT-R 4 | | .58 | |
| N 9 | | -.57 | |
| N 20 | | -.52 | |
| LOT-R 3 | | .48 | |
| N 6 | | -.47 | |
| LOT-R 1 | | .45 | |
| N 14 | | -.45 | |
| N 17 | | -.38 | |
| N 5 | | | .56 |
| N 16 | | | .55 |
| N 1 | | | .49 |
| N 4 | | | .49 |
| N 21 | | | .47 |
| N 22 | | | .46 |
| N 19 | | | .45 |
| N 24 | | | .45 |
| N 8 | | | .45 |
| N 18 | | | .44 |
| N 3 | | | .37 |
| N 23 | | | .35 |
| N 10 | | | .33 |
| N 12 | | | .32 |
| N 11 | .30 | | .31 |
| N 13 | | | .30 |

Nota: Se han eliminado las cargas factoriales inferiores a .30. AN: afectividad negativa; LOT-R: Test de Orientación Vital Revisado; N: neuroticismo

Tabla 5
Análisis factorial de la escala N

| Items | Factores | | |
|-------|----------|-----|-----|
| | 1 | 2 | 3 |
| N 2 | .77 | | |
| N 6 | .71 | | |
| N 15 | | | |
| N 20 | .69 | | |
| N 20 | .68 | | |
| N 14 | .63 | | |
| N 9 | .56 | | |
| N 7 | .52 | | .31 |
| N 17 | .40 | | |
| N 8 | | .69 | |
| N 19 | | .69 | |
| N 4 | | .58 | |
| N 24 | | .52 | |
| N 11 | | .48 | |
| N 13 | | .48 | |
| N 1 | .42 | .43 | |
| N 22 | | .31 | |
| N 18 | .42 | | .57 |
| N 21 | | | .57 |
| N 12 | | | .53 |
| N 5 | .34 | | .52 |
| N 16 | | | .51 |
| N 3 | .36 | | .50 |
| N 10 | | | .50 |
| N 23 | | .31 | .39 |

Nota: Las cargas factoriales inferiores a .30 se han eliminado. N: neuroticismo.

Discusión

En principio se puede señalar que el optimismo disposicional, valorado mediante el cuestionario LOT-R, parece tener una aceptable validez predictiva sobre los distintos estilos de afrontamiento, además los resultados aportan una cierta evidencia que sugiere que el optimismo está positivamente asociado con el uso de aquellas estrategias que apuntan directamente a disminuir la fuente del estrés, y esto basado en los siguientes hechos: a) Las correlaciones encontradas entre optimismo y los otros dos predictores se encuentran en un rango moderado, lo que parece indicar que la varianza compartida entre optimismo y los otros dos predictores también se puede considerar moderada. Aunque estudios previos (Smith y alt. 1989) encontraron correlaciones más elevadas entre

optimismo y otras variables predictoras, estos estudios se llevaron a cabo sobre muestras de sujetos más bien pequeñas. En este sentido, Mroczek y alt (1993) presentan correlaciones de $-.37$ entre optimismo y neuroticismo en una muestra de 1.192 sujetos y Scheier, Carver y Bridges (1996) presentan correlaciones de $-.50$ en una muestra de 4.309 sujetos, b) Muchas de las correlaciones simples entre optimismo disposicional y las diferentes estrategias de afrontamiento permanecen significativas aún después de haber controlado los efectos de los otros dos predictores, sobre todo estas correlaciones parciales son relativamente fuertes con el afrontamiento de evitación, afrontamiento adaptativo y con el afrontamiento desadaptativo. Estos resultados tomados en conjunto, parecen señalar que la escala LOT-R tiene una aceptable validez predictiva y discriminante y que el optimismo disposicional parece ser un constructo teórica y relativamente independiente de los otros dos predictores.

En otro orden de cosas, parece confirmarse la idea de que el optimismo disposicional está directamente relacionado con estrategias de afrontamiento positivas (planificación, reinterpretación positiva y crecimiento personal, afrontamiento focalizado al problema y afrontamientos adaptativos) y negativamente relacionado con estilos de afrontamiento que se podrían considerar como negativos (centrarse en las emociones y desahogarse, negación, distanciamiento conductual y mental, consumo de alcohol y drogas y afrontamiento desadaptativo). No obstante, conviene señalar que aunque el patrón de correlaciones es consistente con investigaciones anteriores, en el sentido de que optimismo puede ser un determinante de las estrategias que la gente utiliza para afrontar situaciones de estrés, también es igualmente cierto que determinadas formas de afrontamiento influyen a su vez o incluso determinan el nivel de optimismo; es decir, la relación se establece en doble sentido, como una interacción. Por otra parte, conviene señalar, como dice Lazarus (1991), que el afrontamiento es más bien un proceso y no tanto un rasgo. Es decir, las estrategias de afrontamiento no serían elementos fijos de la personalidad, sino que las personas utilizarían distintos tipos de afrontamiento dependiendo tanto de cuál sea su estrategia preferida como de cuáles sean las demandas adaptativas de cada situación. Por lo tanto, no se puede hablar de forma absoluta de afrontamiento positivo o negativo, ya que la bonanza en la utilización de un afrontamiento es relativa, dependiendo del momento y del problema en cuestión. Finalmente señalar que muchas de las correlaciones están por debajo del $.20$. y esto indicaría que la magnitud de los efectos es generalmente pequeña (Cohen, 1988) y por lo tanto la mayor porción de varianza en los afrontamientos queda sin explicar.

Referencias

- Aguilar, A.; Tous, J.M. y Andrés, A. (1990). Adaptación y estudio psicométrico del EPQ-R. *Anuario de Psicología*, 46, 101-118.
- Boland, A. y Cappeliez, P. (1997). Optimism and neuroticism as predictors of coping and adaptation in older women. *Personality and Individual Differences*, 22, 909-919.
- Carver, C.S., Scheier, M. y Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically-based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 375-390.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*, 2nd edn, Erlbaum, Hillsdale, NJ.
- Cooper, C. y McConville, C. (1989). The factorial equivalence of state anxiety-negative affect and state extraversion-positive affect. *Personality and Individual Differences*, 10, 919-920.
- Costa, P. y McCrae, R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Crespo, M. y Cruzado, J.A. (1997). La intervención del afrontamiento: adaptación española del cuestionario COPE con una muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de Conducta*, 23, 92, 797-830.

- Eyencek, S.B.; Eysenck, H.J. y Barrett, P. (1985). A revised version of the psychoticism scale. *Personality and Individual Differences*, 6, 21-29.
- Fontaine, K., Manstead, A. y Wagner, H. (1993). Optimism, perceived control over stress, and coping. *European Journal of Personality*, 1, 267-281.
- Hotard, S., McFatter, R., McWhirter, R. y Stegall, M. (1989). Interactive effects of extraversion, neuroticism, and social relationship on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 145, 321-331.
- Ingledeu, D., Hardy, L., Cooper, C.L. y Jemal, H. (1993). *Coping Strategies and Health Behaviours: Dimensionality and Relationships*. Bangor: University of Wales, Bangor, School of Education.
- Lazarus, R. (1991). *Emotion and adaptation*. Nueva York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. NY: Springer (trad. Martínez Roca, 1986).
- Lyne, K. y Roger, D. (2000). A psychometric re-assessment of the COPE questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 29, 321-335.
- Marshall, G., Wortman, C., Kusulas, J., Hervig, L. y Wickers, R.R. Jr. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relations to fundamental dimensions of mood and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1.067-1.074.
- Meyer, G. y Shack, J. (1989). Structural convergence of mood and personality: Evidence for old and new directions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 691-706.
- Mroczek, D., Spiro, III, A., Aldwin, C., Ozer, D. y Bossé, R. (1993). Construct validation of optimism and pessimism in older men: Findings from the normative aging study. *Health Psychology*, 12, 406-409.
- Otero, J.M., Luengo, A., Romero, E., Gómez, J.A. y Castro, C. (1998). *Psicología de personalidad. Manual de prácticas*. Barcelona: Ariel Practicum.
- Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T., Santed, M. y Valiente, R.M. (1999). Escala PANAS de afecto positivo y negativo: Validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11, 1, pp. 37-51.
- Scheier, M. y Carver, C. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Scheier, M. y Carver, C. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in Psychological Science*, 2, 26-30.
- Scheier, M., Carver, C. y Bridges, M. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- Scheier, M., Matthews, K., Owens, J., Magovern, G., Lefebvre, R., Abbott, R. y Carver, C. (1989). Dispositional optimism and recovery from coronary bypass surgery: The beneficial effects on physical and psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1.024-1.040.
- Smith, T., Pope, M., Rhodewalt, F. y Poulton, J. (1989). Optimism, neuroticism, coping, and symptoms reports: An alternative interpretation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 640-648.
- Taylor, S., Kemeny, M., Aspinwall, L., Schneider, S., Rodriguez, R. y Herbert, M. (1992). Optimism, coping, psychological distress, and high-risk sexual behavior among men at risk for Acquired Immunodeficiency Syndrome (AIDS). *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 460-473.
- Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assessing anxiety, with an emphasis on self-report. En Tuma, A. y Mason, J. (Eds), *Anxiety and the anxiety disorders*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Vickers, K. y Vogeltanz, N. (2000). Dispositional optimism as a predictor of depressive symptoms over time. *Personality and Individual Differences*, 28, 259-272.
- Watson, D., Clark, L. y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1.063-1.070.