

# Variables cognitivas y afectivas como predictoras de satisfacción en la vida

Eliseo Chico Librán y Pere Joan Ferrando Piera  
Universidad Rovira i Virgili

Este trabajo muestra la relación existente entre variables de personalidad cognitivas y afectivas y el ajuste psicológico, como satisfacción en la vida y síntomas depresivos. Este estudio valoró el rol de las expectativas de resultados (optimismo y pesimismo) y afectividad (afecto positivo y negativo) como predictores de satisfacción en la vida y de síntomas depresivos. Un total de 450 alumnos de la Universidad Rovira i Virgili completaron las escalas LOT-R, PANAS, el Test de Satisfacción en la Vida y el Inventario de Depresión de Beck. Los resultados del path análisis señalan que las variables de afectividad son mejores predictoras de satisfacción en la vida y de síntomas depresivos. Se discuten algunas implicaciones para futuras investigaciones.

*Cognitive and affective variables as predictors of life satisfaction.* This work shows the association between personality variables, such as cognitive and affective variables, and psychological adjustment, such as life satisfaction and depressive symptoms. Accordingly, this study assessed the role of outcome expectancies (optimism and pessimism) and affectivity (positive and negative affect) as predictors of life satisfaction and depressive symptoms. A total of 458 students from the University Rovira i Virgili completed the scales LOT-R, PANAS, the Satisfaction with Life Scale and BDI. Path analysis results suggest that affectivity variables are more important to predict life satisfaction and depressive symptoms than outcome expectancies. Implications for future research are discussed.

Aquellos constructos de personalidad que se basan en el rol de cogniciones positivas se han utilizado frecuentemente en la predicción de síntomas físicos y bienestar subjetivo (Adler y Matthews, 1994; Scheier y Carver, 1985; Peterson y Seligman, 1984). Uno de los modelos de personalidad más importantes que se han utilizado y que incluyen medidas de cogniciones positivas es el modelo de optimismo disposicional (Carver y Scheier, 1981). Estos autores consideran que los optimistas serían personas con expectativas de resultados favorables, mientras que los pesimistas serían personas con expectativas de resultados desfavorables.

La revisión de la literatura señala que el interés por el constructo de optimismo no se debe tanto a preocupaciones teóricas, sino al hecho de que dicho constructo permite predecir variables de notable importancia en el campo de la psicología clínica y concretamente variables como síntomas depresivos o satisfacción en la vida.

De acuerdo con Chang (2002) en el modelo cognitivo de Beck (1967) ciertos tipos de cogniciones se consideran que están asociados con un rango de perturbaciones psicológicas, como depresión o, por el contrario, con satisfacción en la vida. Consistente con este punto de vista, distintos estudios han encontrado asocia-

ciones consistentes entre esquemas negativos y desajuste psicológico (Alford y Beck, 1997; Barlow, 1988). La unión entre esquemas o estilo exploratorio pesimista y desajuste psicológico se considera que está mediatizado por expectativas de resultados negativos (Hull y Mendolia, 1991).

En las últimas décadas, distintos investigadores se han interesado en el estudio de las influencias de variables cognitivas en el ajuste psicológico (Chang, Sanna, y Yang, 2003). Como variables cognitivas se han utilizado el optimismo y el pesimismo, definido por Scheier y Carver (1985) como expectativas generalizadas de resultados positivos o negativos, respectivamente. Generalmente se ha considerado que estas dos variables representan predictores importantes del ajuste psicológico. Especialmente, estos investigadores señalan que el optimismo estaría asociado fundamentalmente a resultados positivos, mientras que pesimismo estaría asociado a expectativas de resultados negativos (Scheier y Carver, 1985). Según un estudio llevado a cabo por Chang, Maydeu-Olivares y D'Zurilla (1997) optimismo estaría asociado con satisfacción en la vida, mientras pesimismo estaría asociado en mayor medida a síntomas depresivos. En este sentido, Scheier y Carver (1985) consideran que optimismo y pesimismo, definidos como expectativas de resultados positivos o negativos, respectivamente, representan determinantes próximos importantes del ajuste psicológico y, por consiguiente, las expectativas de resultados, medidas por el LOT-R, se ha comprobado que estarían asociadas significativamente con medidas de perturbación psicológica en población no clínica (Scheier y Carver, 1985).

En cuanto a la dimensionalidad del inventario LOT-R podemos señalar que distintos investigadores han criticado la unidimensio-

---

Fecha recepción: 2-7-07 • Fecha aceptación: 23-12-07

Correspondencia: Eliseo Chico Librán

Facultad de Psicología

Universidad Rovira i Virgili

43007 Tarragona (Spain)

E-mail: eliseo.chico@urv.cat

nalidad del constructo de optimismo. Desde el principio, se ha cuestionado la unidimensionalidad del LOT-R (Marshall, Wortman, Kusulas, Herving, y Vickers, 1992). Los análisis factoriales confirmatorios han mostrado mejor un modelo de dos factores que un modelo de un solo factor, tanto para el LOT como para el LOT-R (Robinson-Whelen, Kim, MacCallum, y Kiecolt-Glaser, 1997; Vautier, Raufaste, y Cariou, 2003). Estos resultados han guiado a algunos investigadores a señalar que los ítems negativos del LOT-R miden un constructo parcialmente independiente, llamado «pesimismo»; su argumento se basa en una serie de diferentes correlaciones tanto de los ítems de optimismo como los de pesimismo con otros constructos.

Podemos señalar, pues, que distintos análisis factoriales que han intentado examinar la estructura factorial del LOT-R han señalado que optimismo y pesimismo emergen como dos factores distinguibles (Marshall, Wortman, Kusulas, Hervig, y Vilers, 1992; Scheier, Carver, y Bridges, 1994; Chang, Maydeu-Olivares, y D'Zurilla, 1997). En este sentido, Ferrando, Chico y Tous (2002) señalan que la escala LOT-R tiene una estructura clara de dos dimensiones parcialmente independientes.

Por otra parte, y a pesar de lo señalado más arriba, estudios recientes han dejado claro que a la hora de considerar el ajuste psicológico (es decir, satisfacción en la vida y síntomas de depresión) no solo es necesario tener en cuenta los concomitantes cognitivos de optimismo y pesimismo, sino también el rol del estado de ánimo, es decir, los concomitantes afectivos (afecto positivo y afecto negativo). En cuanto a la dimensionalidad del estado de ánimo, Watson y Clark (1984), Watson, Clark y Tellegen (1988) señalan que dentro del estado de ánimo se pueden distinguir también dos dimensiones claramente distinguibles, las llamadas «afectividad positiva» y la «afectividad negativa». La afectividad positiva es una dimensión que refleja el nivel de compromiso agradable con el entorno. Un alto nivel de afectividad positiva supone entusiasmo, energía, mente despierta, mientras que un bajo nivel de afectividad positiva refleja fatiga, cansancio mental y físico. El rasgo de afectividad positiva supone una predisposición a experimentar emociones positivas, reflejando una sensación general de bienestar personal y social. La afectividad negativa es un factor de *distrés* subjetivo y engloba un amplio rango de estados de ánimo negativos, incluyendo miedo, ansiedad, hostilidad y disgusto. Pero además, la afectividad negativa indicaría una amplia predisposición a experimentar emociones negativas que tienen influencia en los procesos cognitivos, en el nivel de autoconcepto y por supuesto en la tendencia a la depresión o baja satisfacción en la vida.

Por otra parte, debemos señalar que estas dimensiones, en contra de lo que pueda parecer a simple vista, deben considerarse como esencialmente independientes, por lo que una reducción del afecto negativo no implica necesariamente un incremento del afecto positivo (Avia y Sánchez, 1995). Hay que señalar que los resultados de recientes estudios han encontrado que las medidas de ajuste psicológico (depresión y satisfacción en la vida) están estrechamente asociadas no solamente con los factores cognitivos de optimismo y pesimismo, sino también con factores afectivos como afectividad positiva y afectividad negativa (Chang y otros, 1997). Si consideramos el modelo de mediación, es importante señalar que la influencia de las variables cognitivas de optimismo y pesimismo sobre el ajuste psicológico señala que éste no está mediado total y únicamente por el componente cognitivo, sino que debemos dar cabida a los componentes afectivos. El siguiente modelo representa una predicción de síntomas depresivos y satis-

facción en la vida a partir de los concomitantes cognitivos y afectivos. Chang, Sanna y Yang (2003) presentan este modelo de predicción de síntomas depresivos y satisfacción en la vida que recoge los aspectos explicados hasta ahora (figura 1). En el apartado de resultados vamos a utilizar este modelo explicativo de Chang, Sanna y Yang.

La figura 1 representa un modelo de predicción de síntomas depresivos y satisfacción en la vida que recoge los aspectos discutidos hasta ahora.

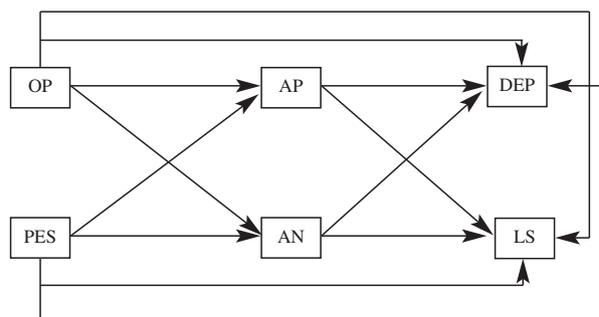


Figura 1. El afecto positivo y negativo considerados como mediadores entre la relación entre optimismo y pesimismo y depresión y satisfacción en la vida

#### Objetivos del presente estudio

Teniendo en cuenta todo lo dicho anteriormente, queremos realizar una replicación del modelo relacional en la figura 1 de Chang, Sanna y Yang, (2003). Mediante esta replicación queremos valorar: (a) la relación que pueda existir entre medidas de expectativas de resultados (optimismo y pesimismo), afectividad (afecto positivo y negativo) y ajuste psicológico (síntomas depresivos y satisfacción en la vida); (b) determinar qué tipo de concomitantes, si los cognitivos o los afectivos, tienen mayor validez discriminante a la hora de predecir las dos variables del ajuste psicológico (síntomas depresivos y satisfacción en la vida).

#### Método

##### Participantes

La muestra utilizada en el presente trabajo estuvo compuesta por 458 sujetos, todos ellos alumnos de distintas facultades de la Universidad Rovira i Virgili (universidad de psicología, relaciones laborales, empresariales, jurídicas...). 298 eran mujeres con una media de edad de 23.78 (4.8), y 160 eran hombres con una media de edad de 24.78 (5.2). Son distintos los estudios en que se han investigado las diferencias de género en las medidas utilizadas en el presente trabajo, y aunque algunos estudios previstos han indicado diferencias de género (Boggiano y Barret, 1991; Jolly, Dyck, Kramer, y Wherry, 1994; Osman, Barrios, Longnecker, y Osman, 1994), en nuestra muestra no-clínica de población universitaria de distintas facultades, el sexo no fue un predictor significativo de síntomas depresivos.

En cuanto al procedimiento, tendríamos que señalar que la administración de las escalas se llevó a cabo en el aula y dentro del horario académico, y con el margen de tiempo necesario para permitir a los alumnos 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 del trabajo y el anonimato de los resultados.

### Instrumentos

**Optimismo disposicional.** Para medir el optimismo disposicional o predisposición a las expectativas de resultados positivos o negativos se utilizó el Test Revisado de Orientación Vital (LOT-R de Scheier, Carver y Bridges, 1994) en la versión española desarrollada por Otero, Luengo, Romero Gómez y Castro (1999). En su segunda versión revisada este cuestionario consta de 6 ítems (más 4 ítems de relleno). De los 6 ítems válidos, 3 están redactados en sentido positivo y los otros 3 están redactados en sentido negativo. Por lo que obtenemos una puntuación de optimismo y otra de pesimismo. Si se revierten los 3 ítems redactados en sentido negativo obtendremos una puntuación general de optimismo disposicional. Se pregunta a los sujetos el grado de acuerdo o desacuerdo con afirmaciones como: «En tiempos difíciles, generalmente espero lo mejor». Se utiliza una escala tipo Likert con un rango de cinco puntos, desde 0 (*estoy totalmente en desacuerdo*) hasta 4 (*estoy totalmente de acuerdo*). El LOT-R es una versión reducida de la versión original del Test de Orientación Vital (LOT, Scheier y Carver, 1985) y se ha obtenido una correlación de 0.95 entre ambas versiones (Scheier y otros, 1994). En un estudio realizado por Ferrando, Chico y Tous (2002) se estudió la validez de esta variable utilizando tres constructos: (a) afectividad negativa, (b) estrés percibido, y (c) neuroticismo. Los coeficientes de validez fueron relativamente elevados y en la dirección esperada en todos los casos. En nuestro estudio hemos obtenido una fiabilidad alfa de Cronbach de .70 y .69 para optimismo y pesimismo, respectivamente.

**Afectividad positiva y afectividad negativa.** La afectividad positiva y negativa se valoró mediante el Inventario de Afecto positivo y Afecto negativo (PANAS; Watson, Clark, y Tellegen, 1988) en la versión española llevada a cabo 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 o AP (por ejemplo, entusiasmo) y otros 10 ítems miden afectividad negativa o AN (por ejemplo, irritable). Cada grupo de descriptores se suman de forma separada dando lugar a la puntuación en las dos escalas. A los sujetos se les pregunta que se evalúen en cada uno de los 20 adjetivos sobre una escala tipo Likert con un rango de 1 (*nada o casi nada*) hasta 5 (*muchísimo*) para expresar el grado en que de forma general experimentan el particular sentimiento o emoción. Watson y otros (1988) señalan una fiabilidad alfa de 0.88 y 0.87 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.

**Depresión.** Esta variable se valoró mediante la versión española del Inventario de Depresión de Beck. El BDI (Beck, Rush, Shaw, y Emery, 1979). Es una escala de 21 ítems que identifica síntomas relacionados con componentes de depresión cognitivos,

conductuales, afectivos y somáticos. Cada ítem se puntúa en un rango de 0 a 3 según la intensidad, y se señala a los sujetos que respondan de la forma que mejor describa sus propios sentimientos. Se pregunta a los sujetos que expresen, en una escala de 4 puntos, en qué medida han experimentado *en la última semana, incluyendo hoy*, síntomas depresivos. La validez del constructo del BDI se confirma en un artículo de Beck, Steer y Garbin (1988). En España, y según los resultados de Canals, Bladé, Carbajo y Doménech-Llaberia (2001), en una población no-clínica de adolescentes, las puntuaciones inferiores a 10 indicarían una depresión mínima; la puntuación entre 11 y 18, una depresión moderada; una puntuación entre 19 y 29, una depresión de moderada a severa; y una depresión severa con una puntuación entre 30 y 36. La fiabilidad alfa de Cronbach obtenida en nuestro trabajo fue de .85.

**Satisfacción en la Vida (S V).** Es una escala multi-ítem desarrollada en USA por Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985), y revisada posteriormente por Pavot y Diener (1993). Es una medida del concepto de satisfacción en la vida persona, considerada ésta en su totalidad y no como un aspecto concreto. En este trabajo hemos utilizado la traducción realizada por Atienza, Pons, Balaguer y García-Merita (2000). Ejemplos de ítems de este cuestionario son: *En la mayoría de los aspectos mi vida es como quiero que sea*, y *Estoy satisfecho con mi vida*. Se valora mediante una escala Likert de 1 (*totalmente en desacuerdo*) a 7 (*totalmente de acuerdo*). Como señala Atienza et al. (2000), la SWLS ha mostrado una elevada consistencia interna, habiéndose obtenido unas alfa de Cronbach que oscilan entre .89 y .79. En nuestro caso, la consistencia interna de la escala, estimada a través del cálculo del coeficiente alfa de Cronbach es de .82. En cuanto a la correlación ítem-total, en el caso de Pavot y Diener (1993) oscila entre .80 y .51. En el caso de Atienza entre .74 y .57, y en el nuestro entre .75 y .56.

### Diseño y análisis

El sistema de relaciones mostrado en la figura 1 se evaluó mediante un sistema de ecuaciones estructurales basado en correlaciones y tratando a las variables como observables (path análisis). Estrictamente hablando, las variables que se relacionan en el modelo son puntuaciones en tests y, por tanto, medidas falibles que contienen error de medida. Sin embargo, establecer un modelo de variables latentes relacionadas requeriría tener varios indicadores por variable latente (de los que no se dispone), aparte de que el modelo sería entonces muy complejo y, por tanto, muy inestable. La aproximación utilizada es relativamente simple y la información obtenida consideramos que es suficiente para los objetivos planteados.

### Resultados

En la tabla 1 aparecen las puntuaciones medias y desviaciones típicas en las distintas pruebas. Igualmente se presentan los índices de fiabilidad (alfa de Cronbach) de las medidas utilizadas. Los índices son semejantes a los aparecidos en otros trabajos. Únicamente las variables de optimismo y pesimismo presentan un coeficiente de fiabilidad relativamente bajo y se puede considerar que viene determinado porque estas variables constan solamente de tres ítems. Y sabemos que a medida que disminuye el número de ítems, disminuye en la misma medida el índice de fiabilidad. En cualquier caso están dentro de las fiabilidades habituales que aparecen en otros estudios.

Relaciones entre optimismo, pesimismo, afectividad y ajuste psicológico. Las distintas correlaciones obtenidas entre las distintas variables utilizadas en el estudio se presentan en la tabla 2.

Como muestra la tabla, el patrón esperado de relaciones entre las distintas variables fue muy similar al obtenido por otros autores (Chang, Sanna, y Yang, 2003). Podemos ver, por ejemplo, que las correlaciones obtenidas entre Satisfacción en la Vida y optimismo y afectividad positiva son mayores que las obtenidas entre Satisfacción en la Vida y pesimismo y afectividad negativa. Podemos comprobar también que la correlación entre los dos tipos de afectividad, positiva y negativa, no presentan ningún tipo de correlación, indicando de forma clara que son dos variables independientes. Igualmente, se puede observar que las correlaciones entre optimismo y pesimismo está en .42, con una varianza común del 17%, porcentaje que viene a señalar que existe una relativa independencia entre ambas variables.

¿La afectividad actúa de mediador entre las expectativas de resultados (optimismo y pesimismo) y el ajuste psicológico? Para poder responder a esta pregunta tendremos que examinar el modelo de mediación en el que la influencia hipotetizada de optimismo y pesimismo sobre el ajuste psicológico está parcialmente influenciada por la afectividad positiva y negativa. En este sentido, y siguiendo el modelo general de Baron y Kenny (1986), para poder defender nuestra hipótesis es necesario que se produzcan tres condiciones. Primero, se debe mostrar que las expectativas de resultados (optimismo y pesimismo) están relacionadas de forma significativa con la afectividad positiva y negativa. Segundo, se debería mostrar que la afectividad está asociada con cada una de las dos medidas del ajuste psicológico (satisfacción en la vida y síntomas de depresión). Tercero, la relación significativa entre expectativas de resultados y ajuste psicológico quedaría reducida si controlamos la influencia de la afectividad (positiva y negativa).

La mediación completa se realizaría si las asociaciones entre expectativas de resultados y afectividad, y entre afectividad y ajuste psicológico fuesen significativas, pero que después de controlar la afectividad la asociación previamente significativa entre expectativas de resultados y ajuste psicológico quedase en no significativa.

*Tabla 1*  
Datos descriptivos e índices de fiabilidad

	Satisf.	BDI	Optim.	Pesim.	AP	AN
Media	11.8	6.7	7.7	5.0	32.2	20.1
D. T.	3.6	5.4	2.4	2.4	6.2	6.0
α	.83	.83	.71	.69	.86	.87

*Tabla 2*  
Correlaciones entre todas las variables utilizadas

	Opt.	Pes	AP	AN	BDI	S V
Opt.		-.44**	.42**	-.32**	-.40**	.44**
Pes.			-.22**	.37**	.35**	-.38**
AP				-.01	-.33**	-.42**
AN					.48**	-.35**
BDI						-.58**

Nota: Opt: optimismo; Pes: pesimismo; AP: afecto positivo; AN: afecto negativo; BDI: depresión; SV: satisfacción en la vida

En la figura 2 se presentan las estimaciones obtenidas en el modelo de ecuaciones estructurales. Se presentan los coeficientes estandarizados y entre paréntesis los errores típicos que nos indicarán si las correlaciones entre las distintas variables quedan significativas o no.

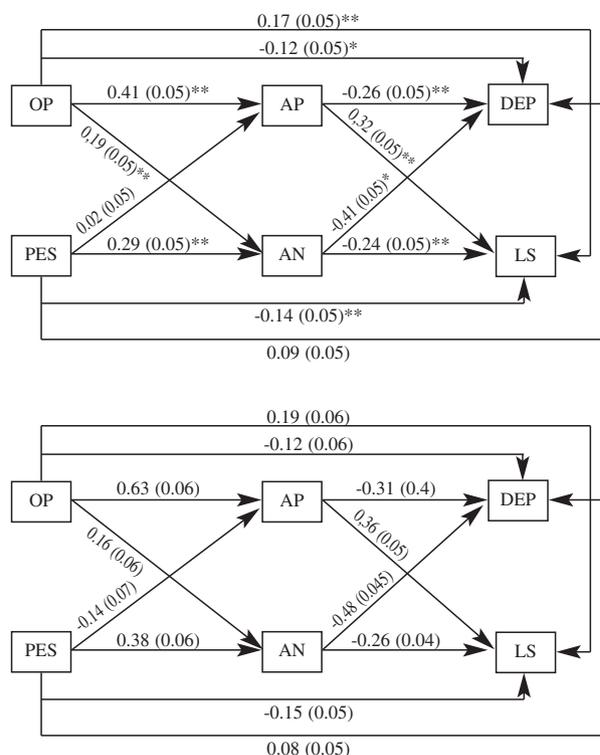


Figura 2. Resultados del «path análisis». Coeficientes estandarizados y errores típicos entre paréntesis. \*  $p < 0.01$ . \*\*  $p < 0.001$ . Panel superior: información con error en las variables. Panel inferior: estimación directa

Los coeficientes estandarizados nos indican la importancia relativa de cada variable predictora. Como se puede observar, el optimismo era un predictor significativo de afectividad positiva y negativa, respectivamente; sin embargo, pesimismo es predictor significativo de afectividad negativa, pero no de afectividad positiva. Igualmente, cada dimensión de afectividad era un predictor significativo de síntomas depresivos y satisfacción en la vida aún después de controlar expectativas de resultados.

Por otra parte, las conexiones entre pesimismo y satisfacción en la vida y entre optimismo y síntomas depresivos estaban mediados claramente por afectividad. Sin embargo, es importante señalar que aun después de controlar las influencias de afectividad, el optimismo continúa siendo un predictor significativo tanto de depresión como de satisfacción en la vida, aunque más con depresión. Por otra parte, pesimismo continúa siendo un buen predictor de satisfacción en la vida, después de controlar la afectividad, pero la relación entre pesimismo y satisfacción en la vida, después de controlar la afectividad, deja de ser significativa.

### Discusión y conclusiones

De acuerdo con investigaciones previas, optimismo y pesimismo quedan correlacionadas solamente de forma moderada, con un 19% de varianza común. Estos resultados podrían indicar que es-

tas dos variables no son dos polos opuestos de una misma dimensión, sino que son dos dimensiones relativamente independientes. En cuanto a las variables de afectividad, las puntuaciones en AP y AN prácticamente muestran una correlación de .01, lo que supone una varianza común prácticamente de 0%, y esto nos indicaría que ambas variables son realmente dos dimensiones completamente distintas y prácticamente incorreladas.

Como indica la figura 2, la unión entre pesimismo y satisfacción en la vida y optimismo y síntomas depresivos están mediados por la afectividad. Sin embargo, es importante señalar que aun después de controlar la influencia de la afectividad, el optimismo continúa siendo un predictor significativo de satisfacción en la vida, y que pesimismo deja de tener correlación con síntomas depresivos después de controlar la afectividad. Por otra parte, pesimismo continúa siendo un buen predictor de satisfacción en la vida, después de controlar la afectividad.

En general, podemos señalar que las estimaciones del modelo estructural sugieren que las influencias de las expectativas de resultados y la afectividad sobre el ajuste psicológico son importantes, pero también complejas.

Concluyendo, a partir de los resultados que se han comentado más arriba, se pueden obtener tres importantes conclusiones: (a) dado que realmente existe un modelo relativamente bidimensional de optimismo y pesimismo, consideramos que no se deben utilizar medidas conjuntas de optimismo y pesimismo como una sola dimensión; (b) que los componentes afectivos (afectividad positiva y afectividad negativa) se pueden considerar como dos constructos bidimensionales totalmente independientes; (c) que en poblaciones no clínicas, los componentes afectivos tienen mayor capacidad predictiva que los componentes cognitivos (optimismo y pesimismo), tanto sobre satisfacción en la vida como sobre síntomas de depresión.

Finalmente, podemos señalar algunas posibles limitaciones del presente trabajo. En primer lugar, como hemos comentado en el apartado correspondiente, no hemos tenido en cuenta las posibles diferencias sexuales, y en futuros trabajos convendría tener en cuenta las posibles diferencias de género. Por otra parte, en el presente trabajo únicamente se han utilizado instrumentos de autoinforme para medir depresión. En futuros trabajos sería interesante poder utilizar otros posibles predictores, como las entrevistas clínicas, para poder detectar de manera más fina la posible depresión.

## Referencias

- Atienza, F.L., Pons, D., Balaguer, I., y García Merita, M.L. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319.
- Avia, M.D., y Sánchez, M.L. (1995). *Personalidad: aspectos cognitivos y sociales*. Madrid. Pirámide.
- Baron, R.M., y Kenny, D.A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1173-1182.
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., y Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford.
- Beck, A.T., Steer, R.A., y Garbin, M.G. (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8, 77-100.
- Canals, J., Bladé, J., Carbajo, G., y Domènech-Llaberia, E. (2001). The Beck Depression Inventory: Psychometric characteristics and usefulness in nonclinical adolescents. *European Journal of Psychological Assessment*, 17(1), 63-68.
- Chang, E.C., Maydeu-Olivares, A., y D'Zurilla, T.J. (1997). Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relations to positive and negative affectivity and psychological wellbeing. *Personality and Individual Differences*, 23, 433-440.
- Chang, E.C., Sanna, L.J., y Yang, K.M. (2003). Optimism, pessimism, affectivity and psychological adjustment in US and Korea: A test of a mediation model. *Personality and Individual Differences*, 34, 1195-1208.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., y Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Ferrando, P.J., Chico Librán, E., y Tous, J.M. (2002). Propiedades psicométricas del test de optimismo Life Orientation Test. *Psicothema*, 14, 3, 673-680.
- Jöreskog, K., y Sörbon, D. (1996). *User's reference guide*: Chicogo: SSI.
- Marshall, G.N., Wortman, C.B., Kusulas, J.W., Hervig, L.K., y Vickers, R.R. Jr. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relations to fundamental dimensions of mood and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1067-1074.
- Otero-López, J., Luengo, A., Romero, E., Gómez, J.A., Triñanes, y Castro, C. (1998). *Psicología de la Personalidad*. Barcelona. Ariel.
- Pavot, W., y Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Peterson, C., y Seligman, M.E.P. (1984). Causal explanations as a risk factor for depresión: Theory and evidence. *Psychological Review*, 91, 347-374.
- Robinson-Whelen, S., Kim, C., MacCallum, R., y Keicolt-Glaser, J.K. (1997). Distinguishing optimism from pessimism in older adults: Is it more important to be optimism or not to be pessimism? *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1345-1353.
- Sandin, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T., Santed, M., y Valiente, R. (1999). Escala PANAS de afecto positivo y negativo: validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11(1), 37-51.
- Scheier, M.F., y Carver, C.S. (1985). Optimism, coping and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Scheier, M.F., Carver, C.S., y Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- Watson, D., y Clark, L.A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.
- Watson, D., Clark, L.A., 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, 1063-1070.