



Facultad de Psicología y Relaciones Humanas
Licenciatura en Psicología

“Virtudes y fortalezas del carácter en adultos mayores de CABA y GBA”

Autora: Duarte Agustina Tamara

Legajo: A0910071640-P1

Sede: Centro

Turno: Noche

Tutor: Dr. Ricardo Cortese

Título a obtener: Licenciatura en Psicología

Octubre de 2021

Agradecimientos

Un gran agradecimiento al Dr. Ricardo Cortese y la Lic. Mercedes Fernández quienes impulsaron y brindaron su apoyo durante este período para poder finalizar mi tesina de grado.

A mi familia por su apoyo incondicional, por siempre confiar en mí y darme el amor suficiente para no detenerme.

A mi gran compañero de vida, Gabriel.

A las grandes amistades que fui encontrando en éste hermoso camino.

A mí, por nunca rendirme y por tenerme paciencia cuando fue necesario.

Resumen

Teniendo en cuenta que la Psicología Positiva representa un enfoque de la psicología que se encarga del estudio de la experiencia óptima, el objetivo de este estudio fue conocer las fortalezas del carácter que predominaban en la vejez a fin de ampliar la visión positiva de esta etapa del ciclo vital, en la que se han priorizado durante mucho tiempo los aspectos negativos a nivel cognitivo, físico y social.

Para ello, se realizó un estudio de enfoque cuantitativo con alcance exploratorio y descriptivo en secuencia de tiempo transversal y se seleccionó una muestra de N=100 participantes de ambos sexos de entre 65 y 95 años de edad (M= 77,20 – DT= 7,44). Se evaluaron las 6 virtudes y 24 fortalezas del carácter por medio del Inventario de virtudes y fortalezas del carácter (Cosentino y Castro Solano, 2008) según la clasificación de Peterson y Seligman (2004), quienes conceptualizaron a las fortalezas del carácter como los ingredientes psicológicos que definen a las virtudes.

Los resultados de este estudio evidenciaron que las fortalezas del carácter que predominaron en los participantes fueron: Apreciación de la belleza y excelencia, Bondad e Integridad. Además, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en cuanto a las virtudes y fortalezas según sexo y, por último, se halló que la edad guarda una relación inversa con las virtudes Coraje, Humanidad y Coraje y las fortalezas Imparcialidad, Inteligencia social y Vitalidad.

Palabras claves: Psicología positiva – Virtudes y fortalezas del carácter – Vejez.

Abstract

Taking into account that Positive Psychology represents an approach of psychology that is responsible for the study of the optimal experience, the objective of this study was to know the strengths of character that predominated in old age in order to broaden the positive vision of this stage of life. life cycle, in which negative aspects at a cognitive, physical and social level have been prioritized for a long time.

For this, a study with a quantitative approach was carried out with an exploratory and descriptive scope in a cross-sectional time sequence and a sample of $N = 100$ participants of both sexes between 65 and 95 years of age was selected ($M = 77.20 - SD = 7.44$). The 6 virtues and 24 strengths of character were evaluated through the Inventory of virtues and strengths of character (Cosentino and Castro Solano, 2008) according to the classification of Peterson and Seligman (2004), who conceptualized the strengths of character as the psychological ingredients that define virtues.

The results of this study showed that the character strengths that predominated in the participants were: Appreciation of beauty and excellence, Goodness and Integrity. In addition, statistically significant differences were found in terms of virtues and strengths according to sex and, finally, it was found that age is inversely related to the virtues Courage, Humanity and Courage and the strengths Impartiality, Social Intelligence and Vitality.

Keywords: Positive psychology - Character strengths and virtues - Old age.

Índice de contenidos.

1. Introducción	7
1.1. Planteamiento del Problema	7
1.2. Justificación y Relevancia	8
1.3. Objetivos	9
<i>1.3.1. Objetivo General</i>	9
<i>1.3.2. Objetivos Específicos</i>	9
2. Marco Teórico	10
2.1. Psicología Positiva	10
2.2. Virtudes y Fortalezas del Carácter	12
<i>2.2.1. Clasificación de las Virtudes y Fortalezas del Carácter</i>	14
2.3. Envejecimiento	18
<i>2.3.1. Envejecimiento Poblacional</i>	20
<i>2.3.2. Envejecimiento con Éxito</i>	21
2.4. Vejez	21
<i>2.4.1. Visión de Vejez: Positiva vs Negativa</i>	22
<i>2.4.2. Clasificación por Grupos</i>	23
3. Antecedentes	25
4. Metodología	29
4.1. Tipo de Estudio	29
4.2. Muestra y Muestreo	29
4.3. Instrumentos	30
4.4. Procedimiento	31
4.5. Análisis de datos	31
5. Resultados	32
5.1. Estadísticos descriptivos	32
5.2 Análisis de normalidad.	37
5.3 Análisis de diferencia de grupos.	38
5.4. Análisis Correlacional	40
6. Discusión	42
Referencias Bibliográficas	46
Anexo	50

Índice de gráficos.

Gráfico 1.....	32
Gráfico 2.....	33
Gráfico 3.....	33
Gráfico 4.....	34
Gráfico 5.....	34
Gráfico 6.....	35
Gráfico 7.....	35
Gráfico 8.....	36

Índice de tablas.

Tabla 1.....	32
Tabla 2.....	36
Tabla 3.....	36
Tabla 4.....	37
Tabla 5.....	38
Tabla 6.....	39
Tabla 7.....	39
Tabla 8.....	40
Tabla 9.....	40

1. Introducción

1.1. Planteamiento del Problema

La presente investigación surge con el fin de indagar las fortalezas del carácter en la vejez, ya que durante mucho tiempo se sostuvo una visión negativa al momento de hablar sobre mencionada etapa vital enfatizando sólo los aspectos que tenían que ver con déficits a nivel psíquico, físico y social (Arias y Iacub, 2013; Cortese, 2018; Cortese, Fernández Canales y Siegien, 2018).

En la actualidad aún es poca la información con la que se cuenta desde la perspectiva de la Psicología Positiva en la vejez, situación que podría deberse a la asimilación de concepciones prejuiciosas y estereotipadas sobre mencionada etapa y el proceso de envejecimiento. Principalmente, estas concepciones solían exagerar las limitaciones cognitivas, hecho que llevaba a confundir, por ejemplo, los cambios normales en la memoria con el deterioro cognitivo, desencadenándose muchas veces una generalización de diagnósticos de trastornos neurocognitivos leves y mayores (demencia) ante cualquier tipo de limitación (Iacub, 2016).

La prolongación del ciclo de la vida ha llevado a la aparición de dos grupos: viejos-jóvenes y viejos-viejos (Neugarten, 1999). En un primer grupo se encuentran los viejos-jóvenes, es decir, aquellas personas que tienen entre 65 y 74 años, que en algunos casos se prolongan hasta los 79 años, la mayoría de estos desean utilizar sus recursos de manera significativa y están activos. En un segundo grupo se ubican los viejos-viejos, sujetos que sobrepasan los 80 años y se caracterizan por ser personas que requieren servicios sanitarios y sociales de apoyo debido a su deterioro mental o físico (Neugarten, 1999).

En función de lo expuesto, resulta pertinente profundizar en el estudio de los rasgos individuales positivos, o mejor dicho en las fortalezas del carácter, en las personas que se encuentran transitando la etapa de la vejez. Por tal razón, la pregunta que motiva esta tesis es:

¿Cuáles son las fortalezas del carácter que predominan en los adultos mayores de CABA y GBA?

1.2. Justificación y Relevancia

El siguiente trabajo tiene como propósito conocer las fortalezas del carácter en adultos mayores que residen en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y en el Gran Buenos Aires, dado que no existen investigaciones que hayan tratado mencionada temática.

De acuerdo con lo mencionado, este estudio resultaría un aporte para la literatura científica, puesto que incorporaría nueva evidencia empírica, incrementando y ampliando el conocimiento basado en los aportes de la Psicología Positiva, para abordar los aspectos positivos individuales que poseen los adultos mayores.

Asimismo, el estudio aportaría a los profesionales especializados en el campo de la salud mental, principalmente psicólogos/as, nuevas herramientas para la evaluación positiva de la salud mental, que permitiesen el desarrollo de diferentes programas que favorezcan a identificar y visualizar el potencial de los adultos mayores.

Finalmente, este trabajo serviría para concientizar a la población general de que los cambios que se generan durante la vejez son parte del proceso evolutivo de todo ser humano, en el que se desempeñan múltiples roles a nivel individual, familiar y social. Dentro de la misma línea, este estudio permitiría acercar a los integrantes de la comunidad una visión menos estereotipada y negativa de lo que significa envejecer y a su vez favorecer sus potencialidades.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Conocer las fortalezas del carácter que predominan en adultos mayores de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Describir las variables sociodemográficas y las virtudes y fortalezas del carácter en la muestra de adultos mayores.
- Comparar las virtudes y fortalezas del carácter según la clasificación de Neugarten (viejos-jóvenes - viejos-viejos) y sexo.
- Analizar la relación entre las virtudes y fortalezas del carácter y la edad.

2. Marco Teórico

2.1. Psicología Positiva

La psicología positiva [PP] surge a finales del siglo XX impulsada por Martin Seligman (1998), en un intento por modificar el panorama respecto a conocer todo un cuadro completo sobre la vida y no sólo reducirse a los aspectos que se consideran disfuncionales. Según Seligman (2002), es un área dentro de la psicología científica que hace foco sobre lo bueno de la vida de las personas tales como sus fortalezas y virtudes, más allá de la enfermedad, el daño y la debilidad.

Si bien, la PP tiene un corto pasado también tiene una larga historia, ya que el interés por estudiar el bienestar y la vida satisfactoria se remonta desde la época de la Grecia clásica e incluso antes (Peterson, 2006). Como ejemplo, se pueden tomar los escritos de Aristóteles acerca de la eudaimonia y sobre como la vida virtuosa podía ser la vía para llegar a ella (Hervás, 2009)

En referencia al campo de la psicología, también se encuentran grandes antecedentes, tales como el movimiento humanista llevado a cabo por Carl Rogers y Abraham Maslow, ambos autores demuestran una visión positiva del ser humano en un contexto reduccionista que marcaban las dos corrientes dominantes de la época: el psicoanálisis y el conductismo (Hervás, 2009). La PP constituye un nuevo proceso, con un nuevo estilo y con una nueva etiqueta, no por esto pretende devaluar la psicología humanista sino todo lo contrario (Hervás, 2009).

El supuesto de la PP no niega el sufrimiento humano, el cual ha sido estudiado en profundidad por la psicología científica tradicional, sino que maneja un equilibrio, lo que es bueno de la vida es tan genuino como lo malo y, por ende, es merecedora de igual atención por parte de los psicólogos (Peterson y Park, 2003).

Por su parte, la PP cuestiona los supuestos del modelo de enfermedad, pues requiere enfocar la atención tanto en la fortaleza como en la debilidad, interesarse en la construcción de las mejores cosas de la vida como en la reparación de las peores (Nansook Park, 2013).

En consecuencia, es importante que los psicólogos atraídos en promover el desarrollo del potencial humano tengan un punto de partida diferente y planteen de esta forma distintas preguntas a las de sus colegas que aceptan solo un modelo de enfermedad (Park y Peterson, 2006). La PP parte entonces de la premisa de que tanto la excelencia y la bondad humana son auténticas al igual que la enfermedad, el trastorno y el sufrimiento (Nansook Park, 2013).

La PP se constituye en tres áreas o pilares que engloban las dimensiones subjetiva, individual y grupal. Dentro del área subjetiva se encuentra la relación con el estudio de las experiencias subjetivas valoradas positivamente; en el área grupal se investiga a los grupos humanos en relación con los aspectos positivos de los individuos tales como las instituciones que incrementan la mejora de ciudadanos y, el área individual estudia los rasgos individuales positivos tales como la capacidad de amar, el coraje, las habilidades interpersonales, la sensibilidad estética, la perseverancia, la clemencia, la originalidad, la espiritualidad y la sabiduría; es decir, las virtudes y fortalezas del carácter (Gable y Haidt, 2005; Seligman y Csikzentmihalyi, 2000).

Peterson y Seligman (2004) estudiaron los rasgos individuales positivos o fortalezas del carácter con una metodología científica, debido a que consideraron que era de suma importancia contar con una clasificación de las virtudes y fortalezas del carácter para el progreso científico en la PP.

A continuación, se presta atención al constructo de virtudes y fortalezas del carácter, puesto que esta tesis se focaliza en evaluar dicho constructo en los adultos mayores.

2.2. Virtudes y Fortalezas del Carácter

Como se ha mencionado en el punto anterior, la PP abarca tres áreas: subjetiva, individual y grupal, en lo que sigue se desarrolla el área referida a lo individual, es decir, las virtudes y fortalezas del carácter.

Según McCullogh y Snyder (2000), el estudio del carácter moral ha tenido un camino ondulante dentro de la psicología científica; en la primera mitad del siglo pasado ha sido un tema importante para figuras como Thorndike, quien se abocó a las nociones de carácter, virtud y moralidad. Sin embargo, los términos carácter y virtud llegaron a suprimirse del léxico psicológico; uno de los teóricos que se comprometió en excluir dichos términos fue Allport, quien enfocó su carrera al proyecto de construir y promover una ciencia de la personalidad.

Posteriormente, con el inicio de la PP se reincorporaron los términos que guardaban relación con las virtudes y fortalezas del carácter al campo de la psicología científica. Específicamente, Peterson y Seligman (2004) fueron quienes se dedicaron al estudio científico de las virtudes y fortalezas del carácter generando un aporte fundamental con el desarrollo de una clasificación de seis virtudes que incluían veinticuatro fortalezas de carácter (ver Figura 1).

Peterson y Seligman (2004) demuestran que las virtudes y fortalezas conllevan una jerarquía formada por tres niveles conceptuales. En principio, las virtudes son las características nucleares y universales que se basan en la biología mediante el proceso evolutivo, encargado de seleccionar características de excelencia que resuelvan cuestiones relacionadas a la supervivencia de la especie.

Por otro lado, las fortalezas son reconocidas universalmente y guardan relación con los componentes psicológicos o vías por las que se alcanzan una virtud nuclear. Para

finalizar, los temas situacionales, son contextos determinados que ponen en juego una o mas fortalezas de la persona en una determinada situación.

Al mismo tiempo, Peterson y Seligman (2004) exponen una serie de principios para que una fortaleza sea considerada como tal: lograr el desarrollo del bienestar y contribuir al afrontamiento de situaciones adversas; que beneficie a ambas partes durante una interacción; que su expresión coincida con su manifestación cultural mediante sentimientos pensamientos y acciones.

Figura 1.

Clasificación de las virtudes y fortalezas del carácter.

<i>Virtudes</i>	<i>Características</i>	<i>Fortaleza</i>
Coraje	<i>Reúne 4 fortalezas emocionales que implican la consecución de metas ante situaciones de dificultad, externa o interna</i>	<i>Valentía Persistencia Integridad Vitalidad</i>
Humanidad	<i>Reúne 3 fortalezas interpersonales que implican cuidar y ofrecer amistad y cariño a los demás.</i>	<i>Amor Bondad Inteligencia social</i>
Justicia	<i>Reúne 3 fortalezas cívicas que conllevan una vida en comunidad saludable.</i>	<i>Ciudadanía Imparcialidad Liderazgo</i>
Sabiduría y conocimiento	<i>Reúne 5 fortalezas cognitivas que implican la adquisición y el uso del conocimiento.</i>	<i>Creatividad Curiosidad Apertura mental Amor por el saber Perspectiva</i>
Templanza	<i>Reúne 4 fortalezas que nos protegen contra los excesos.</i>	<i>Clemencia y misericordia Humildad/modestia Prudencia Autorregulación</i>
Trascendencia	<i>Reúne 5 fortalezas que forjan conexiones con la inmensidad del universo y proveen de significado la vida.</i>	<i>Apreciación de la belleza y excelencia Gratitud Esperanza Humor Espiritualidad</i>

Fuente

e: Seligman y Peterson (2004); Cosentino (2010); Cortese, Fernández Canales y Giaquinto (2020).

En consecuencia, Peterson y Seligman (2004) han propuesto que las virtudes son estables pero maleables y señalaron que las condiciones contextuales y situacionales, tanto en

entornos físicos como sociales, podrían facilitar o perjudicar el desarrollo de las fortalezas del carácter, las cuales tendrían que ver con los procesos o mecanismos psicológicos mediante los que se manifiestan las virtudes.

2.2.1. Clasificación de las Virtudes y Fortalezas del Carácter

A continuación, se describen las seis virtudes junto a las fortalezas que reúnen cada una de las mismas tomando la conceptualización realizada por Peterson y Seligman (2004) y los aportes de la tesis doctoral de Cosentino (2011).

a) *Sabiduría y conocimiento*: virtud que se manifiesta por medio de las fortalezas

creatividad, curiosidad, apertura mental, amor por el saber y perspectiva.

- *Creatividad*: implica la producción de ideas o comportamientos que denotan originalidad y son adaptativos.

- *Curiosidad*: implica el deseo intrínseco por experimentar, conocer y regular la propia experiencia en respuesta a situaciones desafiantes.

- *Apertura mental*: implica la voluntad de buscar evidencias en contra de las creencias, planes o metas preferidas, evaluarlas imparcialmente y ser capaz de modificar el punto de vista propio.

- *Amor por el saber*: implica que las personas sean cognitivamente activas y experimenten sentimientos positivos en el proceso de adquirir habilidades nuevas, incrementar su conocimiento y/o aprender algo nuevo.

- *Perspectiva*: implica la capacidad de dar sabios consejos a los demás y permite tratar con preguntas difíciles acerca del desarrollo de la vida, siendo útil para uno mismo como para los demás.

b) *Coraje*: virtud que se manifiesta por medio de las fortalezas valentía, persistencia, integridad y vitalidad.

- *Valentía*: consiste en actuar en situaciones que representan miedo y que son razonados considerando los riesgos y aceptando sus consecuencias.
 - *Persistencia*: consiste en continuar voluntariamente un comportamiento activo que se dirige hacia alguna meta a pesar de los obstáculos, con el fin de terminar con lo que se inició.
 - *Integridad*: consiste en ser moralmente honesto y coherente con uno mismo y con lo que uno práctica, es decir, conlleva aceptar y hacerse responsable por los sentimientos y conductas de uno mismo.
 - *Vitalidad*: consiste en un aspecto dinámico del bienestar por la experiencia propia de sentirse vivo y con energía, tiene que ver con factores somáticos y psicológicos.
- c) *Humanidad*: virtud que reúne las fortalezas amor, bondad e inteligencia social.
- *Amor*: representa la orientación cognitiva, emocional y comportamental para estar cerca de los afectos de la persona y se destina a tres objetos: 1) quienes son fuente de afectos, protección y cuidados (ej.: padres); 2) quienes dependen de uno mismo (ej.: hijos), y 3) quienes son deseados, a nivel físico y sexual, y se consideran especiales y hacen sentir especial a uno mismo (ej.: pareja).
 - *Bondad*: representa una orientación de uno mismo hacia el otro que tiene una tonalidad emocional o afectiva que se relaciona con la reivindicación una humanidad compartida con otro que es considerado digno de atención, ayuda y respeto por derecho propio.
 - *Inteligencia social*: representa la capacidad de razonar información emocional interna o externa que se utiliza en las relaciones con otras personas.
- d) *Justicia*: virtud que se manifiesta por medio de las fortalezas ciudadanía, imparcialidad y liderazgo.
- *Ciudadanía (o trabajo en equipo)*: consiste en comprometerse con el grupo social, por medio de la identificación y la obligación para un bien común que se extiende más allá de los intereses de un individuo.

- *Imparcialidad*: consiste en realizar juicios sociales equitativos, que devienen de un juicio moral que determina lo que es moralmente correcto, incorrecto y proscrito.

- *Liderazgo*: consiste en aquellos atributos temperamentales y cognitivos que se orientan a influir y ayudar a los miembros del grupo de uno. La persona cumple un rol dominante y tiene la capacidad de dirigir las acciones grupales para lograr un éxito colectivo, a la vez que mantiene las buenas relaciones entre los integrantes del grupo.

e) *Templanza*: virtud que se pone en marcha por medio de las fortalezas clemencia y misericordia, humildad/Modestia, prudencia y autorregulación.

- *Clemencia*: implica un conjunto de cambios pro-sociales en un individuo que es ofendido o dañado por alguien cercano, se entiende como una forma de misericordia, que adhiere a un concepto relacionado con la benevolencia o compasión. La persona que cuenta con esta fortaleza no es vengativa y da una segunda chance a los demás.

- *Humildad/modestia*: implica no subestimar los logros, talentos o méritos de uno y refiere a otros temas como la sobriedad en la conducta social y en la forma de vestir. El término refiere a hacer poco foco sobre el yo, o tener capacidad de ‘olvidarse’ de uno mismo.

- *Prudencia*: implica una orientación cognitiva hacia el futuro personal, una forma de razonamiento práctico para alcanzar eficazmente los propios objetivos de largo plazo. Es tener una visión de futuro y una preocupación deliberada acerca de las consecuencias de las acciones y decisiones.

- *Autorregulación*: implica regular, controlar o gobernar las respuestas propias con el fin de adaptarse a un cierto patrón o cumplir ciertos objetivos.

f) *Trascendencia*: virtud que se manifiesta por medio de las fortalezas apreciación de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor, espiritualidad.

- *Apreciación*: refiere a la capacidad de encontrar, reconocer y sentir emociones trascendentales como embelesamiento y emociones relacionadas con lo bueno del entorno físico y social hacia la naturaleza.
- *Gratitud*: refiere a un sentimiento de agradecimiento y alegría que surge como respuesta a reconocer que uno se ha favorecido con un beneficio tangible o por la existencia de una persona específica.
- *Esperanza*: refiere a una actitud cognitiva emocional y motivacional hacia el futuro. La persona piensa en el futuro con la expectativa positiva de que van a ocurrir acontecimientos deseados y se actúa de manera tal que es probable que sucedan.
- *Humor*: refiere al reconocimiento lúdico, al disfrute risueño y/o la creación de incongruencias. Esta fortaleza posibilita experimentar lo positivo ante las adversidades y mantener un buen estado de ánimo.
- *Espiritualidad*: refiere a las creencias y prácticas que se basan en la convicción de que hay una dimensión trascendente de la vida. Las personas con espiritualidad creen en propósitos y significados superiores y, en consecuencia, se proveen de sustento emocional y dan forma a sus conductas.

A fin de sintetizar la Figura 2 reúne de manera breve la conceptualización de las virtudes y fortalezas del carácter.

Figura 2.

Definición breve de las fortalezas del carácter.

<i>Virtudes</i>	<i>Fortalezas</i>	<i>Definición breve</i>
<i>Coraje</i>	<i>Valentía</i>	Hacer lo correcto corriendo riesgos
	<i>Integridad</i>	Practicar lo que se predica
	<i>Persistencia</i>	Concluir las tareas, pese a los obstáculos
	<i>Vitalidad</i>	Sentirse vivo y efectivo
<i>Humanidad</i>	<i>Bondad</i>	Ayudar a los demás, sin fines utilitarios
	<i>Amor</i>	Buscar estar cerca de los propios afectos
	<i>Inteligencia social</i>	Saber lo que desean y buscan los demás
<i>Justicia</i>	<i>Imparcialidad</i>	Hacer juicios sociales equitativos
	<i>Liderazgo</i>	Guiar al grupo en armonía hacia el éxito
	<i>Ciudadanía</i>	Comprometerse con el grupo social
<i>Sabiduría y conocimiento</i>	<i>Perspectiva</i>	Juicio elevado y profundo sobre la vida
	<i>Creatividad</i>	Tener ideas originales y útiles
	<i>Apertura Mental</i>	Buscar visiones alternativas
	<i>Amor por el saber</i>	Buscar más y mejores conocimientos
	<i>Curiosidad</i>	Deseo vivo de experimentar y conocer
<i>Templanza</i>	<i>Clemencia</i>	Tomarse benévolo hacia el transgresor
	<i>Autorregulación</i>	Gobernar las respuestas a los estímulos
	<i>Prudencia</i>	Tomar decisiones con cuidado
	<i>Humildad</i>	Dejar que los propios logros hablen por sí
<i>Trascendencia</i>	<i>Espiritualidad</i>	La vida tiene un sentido más allá de uno
	<i>Gratitud</i>	Sentir y expresar agradecimiento
	<i>Esperanza</i>	Convencimiento de que todo va a ir bien
	<i>Humor</i>	Visión serena y alegre de la vida
	<i>Apreciación</i>	Emocionarse con lo bello, excelso

Fuente: Seligman y Peterson (2004); Cosentino (2011); Castro Solano y Cosentino (2017).

2.3. Envejecimiento

El envejecimiento implica un fenómeno natural que guarda relación con los cambios que ocurren a través del ciclo de la vida y que resultan de las diferencias entre las generaciones jóvenes y las viejas, a la vez, es un proceso continuo de cambios y transformaciones que ocurren a través del tiempo a nivel biológico, psicológico y social. Durante dicho proceso se presentan transiciones y crisis cuya resolución y adaptación se vinculan con el bienestar (Molina Sena y Meléndez Moral, 2006).

De acuerdo con la psicología de la vejez, a medida que los seres humanos envejecen se parecen menos entre sí; por lo tanto, cada persona envejece de una manera diferente (Fernández Ballesteros, 2000).

Teniendo en cuenta el criterio de edad funcional, es importante destacar la distinción entre envejecimiento primario y envejecimiento secundario (Busse, 1969):

- *Envejecimiento primario*: implica los cambios inherentes al proceso de envejecimiento, tales como los procesos de deterioro biológico genéticamente programado que se aplica incluso a las personas con mejor salud y libres de enfermedades. Se trata de un envejecimiento inevitable e irreversible.

- *Envejecimiento secundario*: refiere a los cambios causados por enfermedades, que se suman a los anteriores y que se relacionan con factores controlables como los hábitos de la vida, la nutrición, el ejercicio físico y las influencias ambientales. Es considerado un envejecimiento prevenible, evitable y no universal (Sánchez Palacios, 1999).

Por otra parte, Birren y Cunningham (1985) agregan al envejecimiento primario y secundario, el envejecimiento terciario, o conocido también como *'bajón terminal'*, el cual se debe al acelerado deterioro biológico antes de morir.

Asimismo, el estudio del envejecimiento se subdivide en tres niveles, a saber: biológico, psicológico y social.

- *Envejecimiento biológico*: refiere a los cambios físicos que reducen la capacidad de funcionamiento del sistema de órganos en el cuerpo, tales como pulmones, corazón o sistema circulatorio (Hayflick, 2000). Este proceso tiene un impacto negativo a nivel físico y es universal (Strehler, 1977), aunque los cambios son distintos entre las personas, es decir, algunas personas experimentan una mayor pérdida de funciones en comparación con otras y puede comenzar un tiempo antes que la persona alcance la edad cronológica de 65 años (Sánchez Salgado, 2000).

- *Envejecimiento psicológico*: refiere a los cambios que acontecen en los procesos sensoriales y perceptuales, las destrezas motoras, el funcionamiento cognitivo, la personalidad, los impulsos, las emociones y las motivaciones. Por otra parte, la edad cronológica fisiológica y psicológica no suelen coincidir, dadas las marcadas diferencias entre individuos en cuanto al fenómeno de envejecer (Fernández Ballesteros, 2000).
- *Envejecimiento social*: refiere a la modificación en los hábitos, roles y relaciones en el ámbito social, puesto que conforme las personas envejecen biológica, cronológica y psicológicamente, sus funciones y relaciones sociales también se ven alteradas (Hooyman, 1994).

2.3.1. Envejecimiento Poblacional

El envejecimiento poblacional o demográfico hace referencia al proceso de cambio en la estructura por edades de una población y corresponde al aumento relativo de personas mayores de 65 años y por una reducción en la población de niños y jóvenes (Torres Degró, 2010; Peláez, Monteverde y Acosta, 2017).

La Organización Mundial de la Salud (2015) informa que la proporción de personas mayores crece en todo el mundo más rápidamente que cualquier otro grupo de edad, por lo tanto, se produce un envejecimiento acelerado de la población y un aumento de la esperanza de vida.

Debido a este hecho, el creciente número de personas mayores en la sociedad se convierte en un fenómeno de relevancia mundial que afecta en distintos niveles:

- a) demográfico, incremento del conjunto de personas con más de 65 años;
- b) económico, cambio en la relación entre la población económicamente activa y la dependiente;
- c) cultural, científico y político, y

d) social y humano actual (González Herrero, 2008).

2.3.2. Envejecimiento con Éxito

En los últimos años el fenómeno de envejecimiento desde una perspectiva positiva ha despertado el interés científico. Por lo tanto, impulsó una nueva línea de trabajo que hace referencia al envejecimiento exitoso como tema central, que se diferencia de la visión del envejecimiento patológico.

El envejecimiento con éxito es un concepto amplio que abarca, trasciende y supera la buena salud y se compone a su vez de factores biológicos, psicológicos y sociales, que reconocen la variabilidad en las distintas formas de envejecer (Blanco Molina y Salazar Villanea, 2017).

Los autores Rowe y Khan (1987,1997) definen al envejecimiento exitoso basándose en los siguientes componentes:

- baja probabilidad de enfermedad y de la discapacidad asociada,
- alto funcionamiento físico y mental, y
- alta participación social.

Para finalizar, cabe destacar que el Ministerio de Salud de la Nación Argentina (2017) considera que el envejecimiento exitoso o activo es un proceso que brinda la posibilidad de obtener bienestar psíquico, físico y social. Por lo tanto, fomenta la idea de que no se debe limitar la actividad física, cultural y/o social a la edad, ya que las mismas causan un impacto positivo en la salud y el bienestar de los mayores.

2.4. Vejez

A modo instrumental, la vejez se define como una significación que produce un corte en lo social al mismo tiempo que determina una razón de medida en la noción de edad. En

tanto significación, le es proferida al tramo final de la vida, entendido desde un punto de vista normativo o lo que implique el final del término laboral, o de reproducción, que conlleva una serie de procesos biológicos y psicológicos propios. Este proceso, al ser significado por cada una de las culturas, toma características particulares de dicho grupo humano que promueven espacios sociales con variantes muy diferentes (Iacub, 2011).

2.4.1. Visión de Vejez: Positiva vs Negativa

En ciertas concepciones de la vejez se pueden encontrar de modo implícito elementos de juicio y valoración referentes a la experiencia de ser mayor. Por consiguiente, el juicio de valoración de la vejez va a establecer dos visiones contrapuestas (Fernández Ballesteros, 2000).

La visión positiva considera a la persona mayor como sabio, con muchas experiencias, de alto estatus social, digno de un gran respeto y muy influyente sobre los demás. Hoy en día esta consideración de la vejez como la “edad dorada” encuentra poco apoyo. Es decir, en la actualidad no se puede sostener el alto estatus de la vejez, relacionado con la existencia de una familia extensa y con un reducido número de mayores (Corraliza, 2000).

La visión negativa conceptualiza a la vejez como un grupo deficitario, donde se producen pérdidas significativas e irreversibles (Corraliza, 2000). Desde esta perspectiva se describe al mayor del siguiente modo: físicamente disminuido, mentalmente deficitario, económicamente dependiente, socialmente aislado y con un descenso del estatus social (Sánchez Delgado, 2000).

Corraliza (2000) establece que estas dos visiones se explican por el proceso de modernización, el cual denota que en la sociedad moderna existe una tendencia a ignorar las tradiciones culturales del pasado y se encuentra orientada por la tecnología, la mecanización,

la computarización y la ciencia. En consecuencia, los mayores pierden estatus y lo ganan aquellos grupos que se encuentran en otras etapas del ciclo vital, y lo que es peor, el conocimiento ganado por la experiencia pierde valor al ser reemplazado por el conocimiento obtenido por el método.

2.4.2. Clasificación por Grupos

La sociedad moderna establece a la vejez en términos de edad cronológica a través de conveniencias estadísticas para delimitar las etapas vitales. De esta forma, la mayoría de las personas que habitan en las sociedades modernas tienen tendencia a encerrar el concepto de vejez en cuanto a números de años vividos, a diferencia de otras sociedades en donde la vejez está determinada por condiciones mentales y físicas (Sánchez Salgado, 2000).

Gran parte de los especialistas en el campo de la gerontología tienen en cuenta los números de años vividos pero no siempre reflejan su verdadera edad física y biológica. Un punto de vista cronológico es el que entiende a la vejez en base a los años vividos por una persona desde el nacimiento. Por ejemplo, una persona de 75 años es cronológicamente más vieja que una de 45 años de edad, pero no necesariamente guarda relación a la condición de salud de la persona o la posición que ocupa en la sociedad (Sánchez Salgado, 2000).

Teniendo en cuenta a la sociedad moderna productora, puede pensarse a la vejez en términos de edad cronológica por conveniencias estadísticas, utilizadas para la demarcación de etapas vitales desde el punto de vista de la división social de trabajo (Sánchez Salgado, 2000). De esta forma, se considera que un sujeto es adulto mayor a partir de la jubilación o sea cuando deja de ser un trabajador activo (Buendía, 1994).

En este punto es importante destacar que los avances médicos y sociales han dado lugar a los cambios más dramáticos en el ciclo vital: el aumento de su duración (Sánchez

Salgado, 2000). Por lo expuesto, la prolongación del ciclo de la vida ha llevado a la aparición de dos grupos: viejos-jóvenes y viejos-viejos (Neugarten, 1999).

En un primer grupo se encuentran los viejos-jóvenes, es decir, aquellas personas que tienen entre 65 y 74 años de edad, que en algunos casos se prolongan hasta los 79, se definen dentro del grupo jubilados con salud y fortaleza física y psíquica, que disfrutan de un relativo bienestar económico, son miembros integrados tanto en sus familias como en su comunidad y cada vez cuentan con un mayor grado de educación. La mayoría de los mismos desean utilizar sus recursos de manera significativa y están activos (Neugarten, 1999).

En un segundo grupo se ubican los viejos-viejos, sujetos que sobrepasan los 80 años de edad y se caracterizan por ser personas que requieren servicios sanitarios y sociales de apoyo debido a su deterioro mental o físico (Neugarten, 1999).

No obstante, Neugarten (1999) expone que la forma de clasificación de la enorme diversidad existente entre las personas mayores tiene que ver más con temas de política social y sostiene que la edad por sí sola no es un indicador fiable que permita la predicción de la forma en que la persona vive su vida, debido a que se pueden encontrar personas con 80 años con actitud más fuerte y juvenil que algunas de 60 años. Por lo mismo, la autora explica que los términos viejos-jóvenes y viejos-viejos no se refieren a la edad cronológica del ciclo vital sino al estado de salud físico y mental.

En conclusión, tanto la vejez como el envejecimiento humano son objeto de conocimiento multidisciplinar, porque se entiende al individuo humano como un ente bio-psico-social. Es así como el individuo envejeciente es un sujeto de conocimiento psicológico (Fernández Ballesteros, 1992).

3. Antecedentes

Si bien hay basta literatura científica referida a los déficits asociados al proceso de envejecimiento y la etapa de la vejez, también existen investigaciones que se han empezado a interesar por el envejecimiento exitoso y los aspectos positivos de la vejez fuera del prejuicio existente durante décadas. Por consiguiente, en este punto se describen los antecedentes que se aproximan a la temática que aborda esta tesis; primero se describen los aportes generales de la Psicología Positiva [PP], para luego mencionar los aportes específicos del estudio de aspectos positivos en la población de adultos mayores y, por último, los datos relevados acerca de las fortalezas del carácter.

En un principio, es importante destacar que Park y sus colaboradores (2013) sostienen que la PP no se limita a reemplazar la conocida psicología tradicional, sino que su función es complementar a la misma ofreciendo un estudio más completo y complejo acerca de la condición humana. En congruencia con esto, Cruz (2017) señala que hay una constante búsqueda teórica referida al entendimiento de las emociones positivas e incremento de las fortalezas y el potencial humano.

Anteriormente, Lyubomirsky, King y Diener, (2005) señalaron que varias investigaciones longitudinales hallaron que los aspectos positivos en los que hace foco la PP (ej.: emociones positivas, la satisfacción general con la vida, el bienestar, la felicidad, etc.) se relacionan con una mejor salud mental y física, mayor longevidad, nivel de resiliencia, éxitos académicos y profesionales.

En ésta misma línea, García-Alandete (2014) realizó una revisión de las investigaciones realizadas desde la perspectiva de la PP y concluyó que el desarrollo de aspectos y cualidades positivas se asociaban en la población general a la promoción de la

salud psicofísica y a la prevención de conductas de riesgo (ej.: abuso de tabaco, alcohol y otras sustancias, violencia, depresión y suicidio).

Por su parte, Ortega, Ramírez y Chamarro (2015) evidenciaron que el bienestar - considerado como uno de los constructos claves de la PP- juega un rol fundamental en la salud de los adultos mayores, puesto que algunos programas que aplicaron las herramientas de la PP incrementaron la calidad de vida de los mayores y disminuyeron la aparición de trastornos emocionales.

En relación con mencionado constructo, diversos estudios encontraron que los niveles de bienestar en la vejez se asociaban con diversos aspectos positivos, tales como: estrategias de afrontamiento (Rubio Rubio, 2015), sentido del humor (Castillo Rojas, Abdelwa Quero y Guerrero Alcedo, 2017), espiritualidad (Roh, Lee, Lee y Martin, 2014; Acosta, 2017), apoyo social (Bueno Martínez, Buz, Navarro y López Martín, 2017; Litwin y Shiovitz Ezra, 2011), entre otros.

Finalmente, a partir de la realización de distintos talleres focalizados en la PP, Cuadra-Peralta (2012) señaló que sus intervenciones eran eficaces para disminuir los síntomas depresivos y aumentar la satisfacción vital en la población de adultos mayores.

Prestando atención al constructo fortalezas del carácter, en Argentina los autores que han profundizado en su estudio fueron Cosentino y Castro Solano tomando los aportes de Seligman y Peterson (2004). Específicamente, Cosentino (2010) se encargó de evaluar las fortalezas en población adulta de habla hispana, a fin de determinar las propiedades psicométricas del Inventario de virtudes y fortalezas [IVyF]. A partir del análisis factorial, el autor llegó a la conclusión de que el IVyF era una medida breve y apropiada para la evaluación de las fortalezas humanas según la clasificación del carácter de Peterson y Seligman (2004). A su vez, los análisis psicométricos evidenciaron que los puntajes del IVyF demostraron una adecuada confiabilidad y validez de constructo.

Posteriormente, Cosentino y Castro Solano (2015) siguieron estudiando las propiedades psicométricas del IVyF afirmando que, en comparación con otros instrumentos que medían las fortalezas de la clasificación de Peterson y Seligman (2004) compuestos por una gran cantidad de ítems, el IVyF era un instrumento de medición breve -24 ítems-. Para tal fin, demostraron que el IVyF se relacionaba a medidas tales como satisfacción con la vida, dimensiones de personalidad del Big-Five, y deseabilidad social. Además, encontraron fuertes asociaciones entre auto-puntuación y puntuación llevada a cabo por un observador. A partir de estos hallazgos, los autores evidenciaron que sus resultados eran semejantes a los obtenidos en cuestionarios homólogos y concluyeron que el IVyF presenta adecuada confiabilidad y validez. Por último, Castro y Cosentino (2017) al explorar la validez cultural del IVyF, encontraron que en adultos argentinos ($M= 41,4$ - $DT = 13.1$), las fortalezas más frecuentes fueron: integridad, persistencia, bondad y amor; mientras que no encontraron diferencias según sexo y edad.

Al explicar gran parte de sus trabajos desde la PP, Park, Peterson y Sun (2013) señalaron que las fortalezas del carácter amor, gratitud, esperanza, entusiasmo y curiosidad se asociaban fuertemente con el bienestar tanto en jóvenes como en adultos. Además, agregaron que, en general, las fortalezas afloraban ante las crisis vitales y se desplegaban en un momento determinado para lograr algo relevante en la vida, siendo un recurso personal importante para resolver problemas psicológicos de una manera eficaz.

Un estudio llevado a cabo en una muestra de adultos de edades entre 18 y 75 años que residían en la provincia de Buenos Aires demostró que en los participantes que se encontraban al final de un tratamiento terapéutico predominaba la fortaleza autorregulación, la cual implica la regulación o control de emociones y conductas, y la adaptación a situaciones cotidianas (Góngora, 2020)

Finalmente, Cortese, Fernández Canales y Giaquinto (2020) estudiaron las fortalezas del carácter en población adulta universitaria y no universitaria en Buenos Aires, Argentina. Para ello, conformaron una muestra de N=344 participantes de ambos sexos y utilizaron como medida de evaluación el IVyF (Cosentino y Castro Solano, 2008). A partir de los resultados, los autores evidenciaron que las fortalezas que predominaron en la muestra general fueron Integridad, seguida por Bondad, mientras que el menor puntaje se presentó en Espiritualidad.

En síntesis, la revisión de antecedentes refleja los hallazgos que hay hasta el momento acerca de la PP aplicada tanto al estudio de la vejez como de otros grupos etarios. Sin embargo, se observaría un vacío teórico en el estudio específico de las fortalezas del carácter en la vejez. Por esta razón, esta tesis se propone explorar y describir las fortalezas del carácter que predominan en adultos mayores de CABA y GBA por medio del IVyF (Cosentino y Castro Solano, 2008), puesto que se ha demostrado que es un instrumento con adecuadas propiedades psicométricas en la población argentina.

4. Metodología

4.1. Tipo de Estudio

Se llevó a cabo un estudio de enfoque cuantitativo con alcance exploratorio y descriptivo, dentro de un diseño no experimental en secuencia de tiempo transversal (Hernández Sampieri, Fernández Collado & Baptista Lucio, 2010; Vieytes, 2004).

La orientación metodológica de la investigación fue de enfoque cuantitativo, dado que se recogieron datos primarios por medio de la medición numérica y el análisis estadístico. El alcance de los objetivos de este trabajo fue exploratorio y descriptivo, ya que se buscó examinar, caracterizar y analizar las virtudes y fortalezas del carácter que predominaban en los adultos mayores y se realizó una comparación entre los resultados de los grupos de adultos mayores, subdivididos por edad, a fin de obtener una descripción fehaciente de las variables de estudio. El estudio fue en corte de tiempo transversal, sincrónico, puesto que la información se recolectó en un único momento de tiempo con el propósito de conocer y describir las variables en un momento dado. En esta tesis se recopilaron los datos durante los meses de abril y agosto de 2021. Finalmente, el diseño de la investigación fue no experimental, porque no se manipularon variables y los datos fueron recogidos en su ambiente natural (Hernández Sampieri et al., 2010; Vieytes, 2004).

4.2. Muestra y Muestreo

Se seleccionó una muestra no probabilística (Hernández Sampieri et al., 2010), según muestreo subjetivo por decisión razonada, es decir, las unidades de la muestra se eligieron en función de algunas de sus características y el proceso de elección se realizó aplicando criterios racionales, sin recurrir a la selección causal (Corbetta, 2007).

En consecuencia, la muestra estuvo conformada por N= 100 participantes de ambos sexos (hombres 43% - mujeres 57%) de entre 65 y 95 años de edad (M= 77,20 – DT= 7,44) de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (51%) y del Gran Buenos Aires (49%).

- *Los criterios de inclusión fueron:* personas que al momento de completar la encuesta sean mayores de 65 años de edad en adelante; residan en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires o Gran Buenos Aires; no presenten deterioro cognitivo; se encuentren capacitadas física y mentalmente para participar del estudio y no se encuentren institucionalizadas

- *Los criterios de exclusión fueron:* personas que no cumplan con los criterios de inclusión expuestos con anterioridad.

4.3. Instrumentos

a) Cuestionario de datos generales.

Se construyó un cuestionario ad-hoc para los fines de la investigación que incluyó preguntas cerradas con opción de respuesta única y en algunos casos múltiples, con los siguientes indicadores: datos filiatorios (ej.: sexo, edad, lugar de residencia, estado civil, nivel educativo.); condiciones de vida (ej.: vivienda, situación económica actual.); asistencia psicológica y consumo de medicación, y realización de actividades recreativas.

b) Inventario de virtudes y fortalezas del carácter IVyF (Cosentino y Castro, 2008)¹.

Inventario desarrollado para evaluar las 6 virtudes y 24 fortalezas del carácter según la clasificación de Peterson y Seligman (2004). Incluye 24 ítems bipolares con 5 opciones de

¹ A pedido de los autores del IVyF se incluye la nota de Copyright: Alejandro César Cosentino y Alejandro Castro Solano poseen el copyright del IVyF y su clave de corrección. Los siguientes son los límites del uso razonable o justo para el uso del IVyF. Se autoriza a usar el inventario IVyF tal cual está y sin ninguna garantía, en su formato original de papel y lápiz, para uso exclusivo en la investigación académica sin fines de lucro bajo el acuerdo con los autores del IVyF (tanto del IVyF como su clave de corrección) y se autoriza únicamente a la realización de las copias necesarias en papel para que los participantes de la investigación sin fines de lucro las completen. Sin embargo, no autorizamos la publicación del IVyF, ni su comercialización, ni su uso comercial ni su uso clínico, ni cualquier otro uso o fin que no sea utilizar el inventario tal cual está en el uso exclusivo para la investigación académica sin fines de lucro bajo acuerdo con los autores del inventario; ni tampoco damos autorización para la carga del IVyF en página web, alojamiento de internet o similar, ni su envío por correo electrónico, ni su distribución, copia, almacenamiento o publicación por cualquier medio ni bajo ningún concepto. La utilización del instrumento IVyF y su clave de corrección implican que la/s persona/s que desarrolla/n investigación y/o que lo utiliza/n acepta/n lo términos expuestos en este párrafo.

respuesta tipo Likert, para que los encuestados indiquen en qué grado se parecen más a dos auto-descripciones enfrentadas, una de ausencia de la fortaleza y la otra de presencia. La puntuación de cada ítem va de 1 (*Soy muy parecido a la 1ª persona*) a 5 (*Soy muy parecido a la 2ª persona*), correspondiendo el puntaje más alto, a mayor presencia de la fortaleza. La mitad de los ítems se puntúan de forma directa. Los puntajes de las escalas de virtudes se obtienen promediando el puntaje de los ítems que corresponden a cada virtud.

4.4. Procedimiento

Para poder llevar a cabo el estudio, fueron contactados participantes de CABA y GBA de forma presencial y vía e-mail, en dónde se envió un enlace para acceder a un formulario de Google. Se presentó el consentimiento informado, en donde los sujetos eran informados que su participación en la investigación era de carácter voluntario, anónimo e individual, y que el fin de ésta pertenecía exclusivamente a la realización de una tesis de grado de la Universidad Abierta Interamericana para la obtención del título de Licenciatura en psicología.

Además, se comunicó brevemente en qué consistía la investigación y, posteriormente, se les entregaron los cuestionarios para ser auto-administrados. Para mantener el anonimato de los participantes los distintos protocolos fueron numerados e ingresados al programa estadístico.

4.5. Análisis de datos

El análisis y procesamiento de los datos se realizó mediante el programa informático estadístico SSPS versión 22 de IBM.

5. Resultados

5.1. Estadísticos descriptivos

La muestra estuvo conformada por participantes de sexo femenino (57%) y masculino (43%) de entre 65 y 95 años de edad ($M= 77,20 - DT= 7,44$), residentes de CABA (51%) y GBA (49%) que, en su mayoría, vivía en casa o departamento propio (77%), recibía una jubilación ordinaria (64%) y en gran parte consideraba que sus ingresos se encontraban por debajo de lo satisfactorio (47%), seguido de satisfactorio (35%). En cuanto a su estado civil, se registró que la mayoría eran casados/as (31%) y viudos/as (31%). A la vez, se relevó que el grado de educación que predominaba era secundario completo (23%), primario completo (19%) y universitario completo (17%). Por último, el 87% de los participantes informó realizar alguna actividad recreativa, mientras que el 13% no.

Gráfico 1.

Distribución de la variable Sexo.

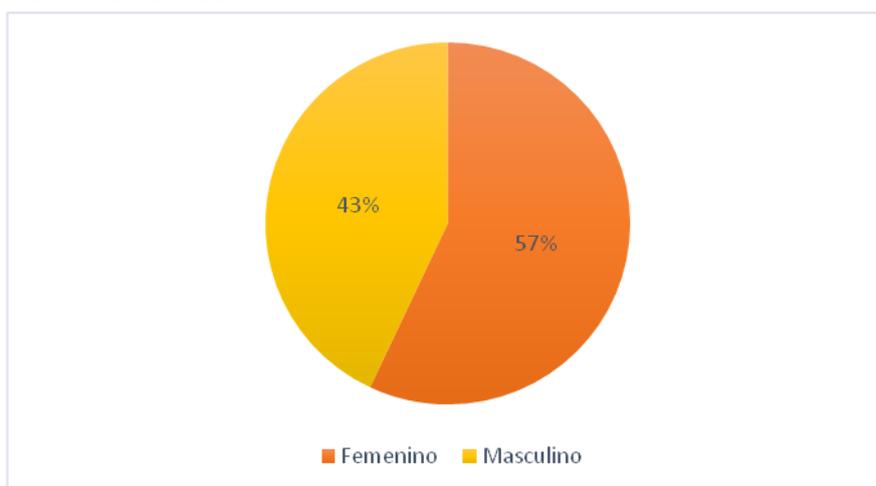


Tabla 1.

Edad.

	Media	DT	Min.	Max.
Edad	77,20	7,44	65	95

Gráfico 2.

Distribución de la variable Residencia.

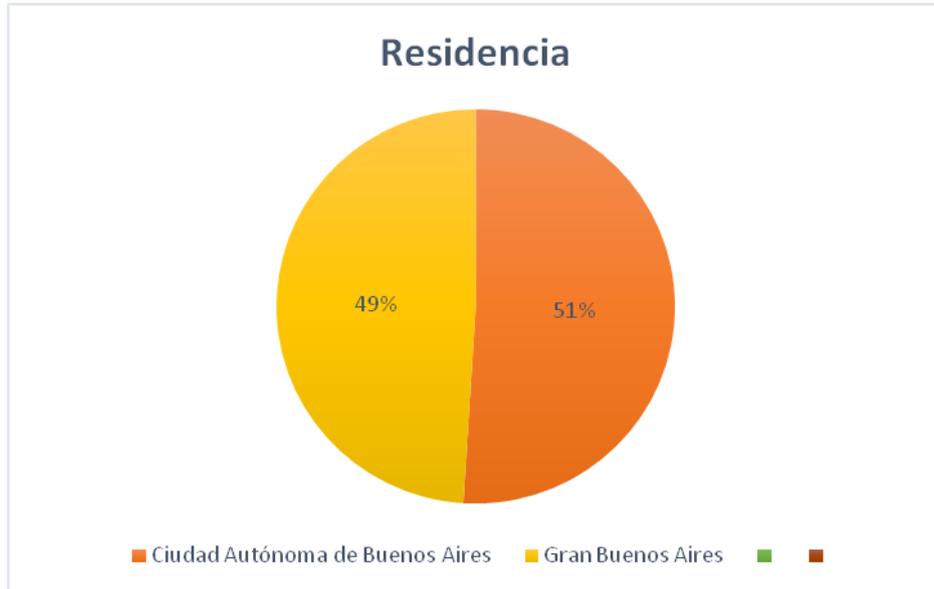


Gráfico 3.

Distribución de la variable Hogar.

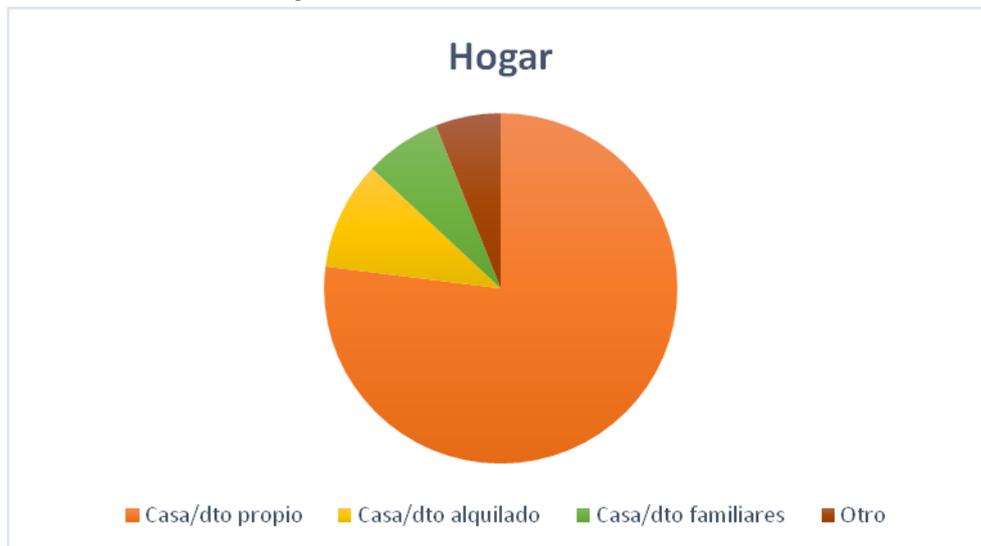


Gráfico 4.

Distribución de la variable Jubilación.

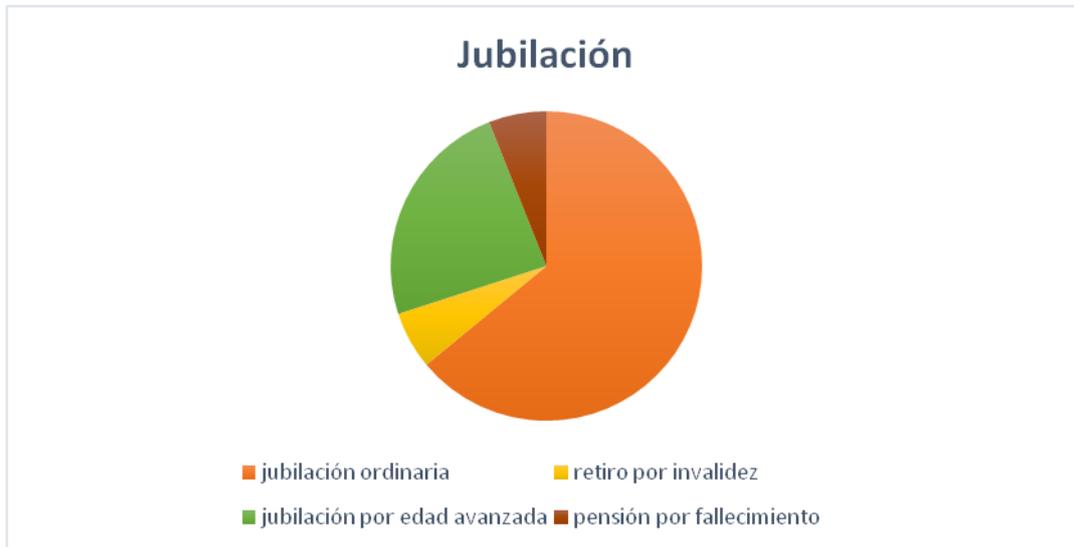


Gráfico 5.

Distribución de la variable Economía.



Gráfico 6.

Distribución de la variable Estado civil.

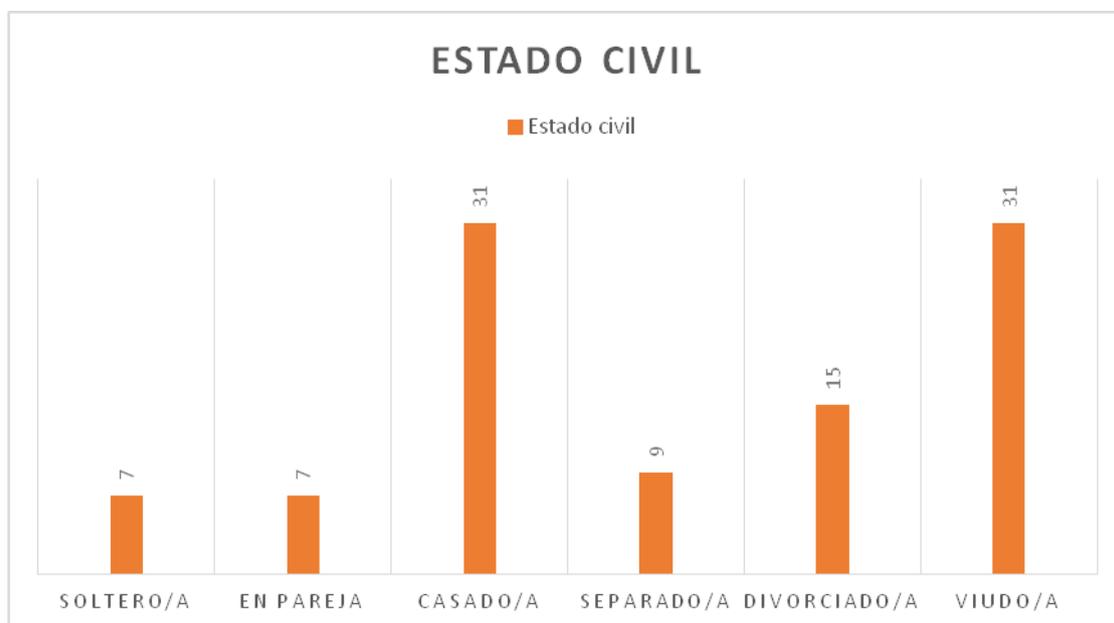


Gráfico 7.

Distribución de la variable Educación.

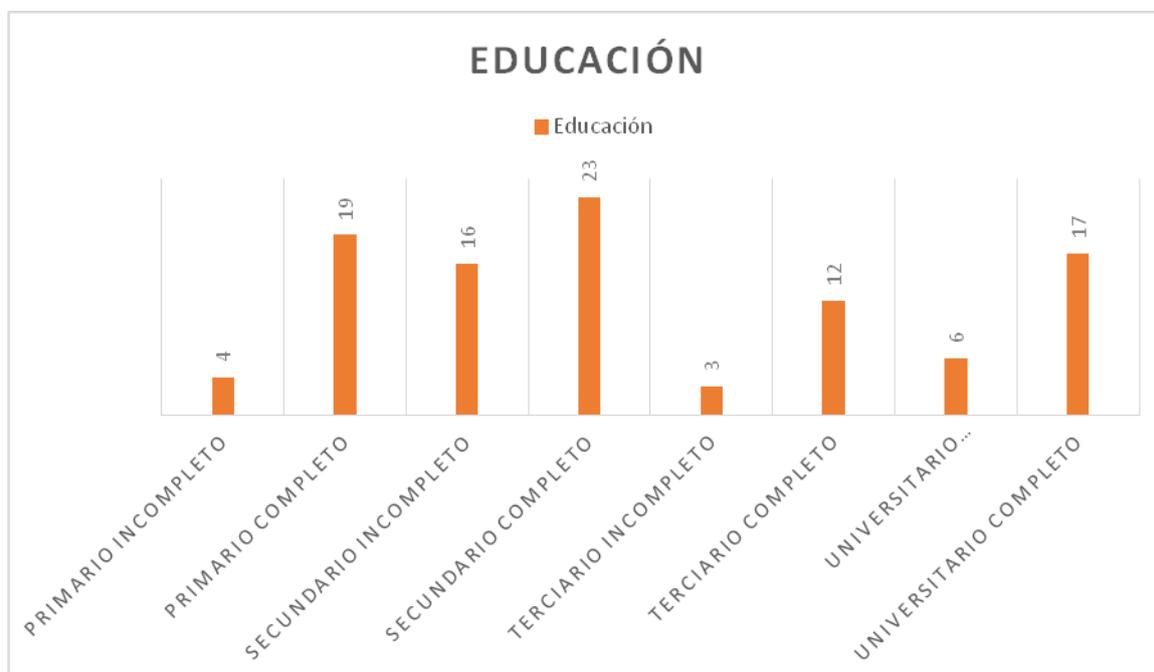


Gráfico 8.

Distribución de la variable Recreación.



Teniendo en cuenta la clasificación propuesta por Neugarten (1999), la muestra estaba conformada por 53% de viejos jóvenes y 47% de viejos viejos (ver Tabla 2).

Tabla 2.

Clasificación según Neugarten.

	Frecuencia	Porcentaje
Viejos jóvenes	53	53
Viejos viejos	47	47

Las fortalezas del carácter que predominaron en la muestra de estudio fueron Apreciación de la belleza y excelencia, Bondad e Integridad oscilando entre 4,17 y 4,08 (ver Tabla 3) y las virtudes fueron Humanidad, Coraje y Trascendencia oscilando entre 3,69 y 3,84 (ver Tabla 4).

Tabla 3.

Fortalezas del carácter en muestra general.

	Media	DT	Min.	Max.
Apreciación de la belleza y excelencia	4,17	1,00	1	5
Imparcialidad	3,39	1,36	1	5
Persistencia	3,57	1,32	1	5
Creatividad	3,69	1,30	1	5
Amor	3,50	1,33	1	5
Autorregulación	3,26	1,22	1	5
Gratitud	3,80	1,26	1	5
Liderazgo	3,47	1,41	1	5
Apertura mental	3,58	1,33	1	5
Inteligencia social	3,93	1,17	1	5
Clemencia	3,75	1,18	1	5
Espiritualidad	3,33	1,37	1	5
Ciudadanía	3,57	1,24	1	5
Valentía	3,33	1,35	1	5
Curiosidad	3,51	1,41	1	5
Bondad	4,08	1,19	1	5
Esperanza	3,48	1,34	1	5
Integridad	4,11	1,08	1	5
Perspectiva	3,90	1,06	1	5
Prudencia	3,73	1,17	1	5
Humor	3,35	1,25	1	5
Humildad	3,74	1,25	1	5
Amor por el saber	3,33	1,35	1	5
Vitalidad	3,75	1,15	1	5

Tabla 4.

Virtudes en muestra general.

	Media	DT	Min.	Max.
Trascendencia	3,63	0,71	2	5
Templanza	3,62	0,66	2	5
Sabiduría y conocimiento	3,60	0,79	2	5
Justicia	3,48	0,86	1	5
Humanidad	3,84	0,83	2	5
Coraje	3,69	0,77	2	5

5.2 Análisis de normalidad.

Se realizó el análisis de normalidad para las variables de estudio y se utilizó la prueba Kolmogorov-Smirnov. Como se puede observar en la Tabla 5 las variables analizadas presentaron una distribución anormal.

Tabla 5.

Normalidad de las variables.

Variable	Sig.
Apreciación de la belleza y excelencia	0,00
Imparcialidad	0,00
Persistencia	0,00
Creatividad	0,00
Amor	0,00
Autorregulación	0,00
Gratitud	0,00
Liderazgo	0,00
Apertura mental	0,00
Inteligencia social	0,00
Clemencia	0,00
Espiritualidad	0,00
Ciudadanía	0,00
Valentía	0,00
Curiosidad	0,00
Bondad	0,00
Esperanza	0,00
Integridad	0,00
Perspectiva	0,00
Prudencia	0,00
Humor	0,00
Humildad	0,00
Amor por el saber	0,00
Vitalidad	0,00
Coraje	0,00
Humanidad	0,00
Justicia	0,00
Sabiduría y conocimiento	0,00
Templanza	0,00
Trascendencia	0,00

Nota: Prueba utilizada Kolmogorov-Smirnov

5.3 Análisis de diferencia de grupos.

Se llevó a cabo el análisis de diferencias de grupos según clasificación de Neugarten (viejos – jóvenes y viejos – viejos) y según sexo (femenino y masculino). Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se presentaron diferencias estadísticamente significativas en cuanto al sexo informado por los participantes, mientras que no hubo diferencias entre los viejos jóvenes y viejos viejos.

Por un lado, el sexo femenino en comparación con el masculino presentó mayor puntaje en las fortalezas Imparcialidad, Persistencia, Espiritualidad, Ciudadanía, Curiosidad, Bondad, Esperanza e Integridad (ver Tabla 6). Por otro lado, el sexo femenino a diferencia del masculino registró mayor puntaje en las virtudes Trascendencia, Justicia, Humanidad y Coraje (ver Tabla 7). No se encontraron diferencias significativas con el resto de las variables analizadas.

Tabla 6.

Análisis de fortalezas del carácter y sexo.

Variable	Sig.	RP
Imparcialidad	0,02	Femenino: 53,11 Masculino: 47,03
Persistencia	0,00	Femenino: 58,60 Masculino: 39,77
Espiritualidad	0,00	Femenino: 57,31 Masculino: 41,48
Ciudadanía	0,03	Femenino: 55,73 Masculino: 43,57
Curiosidad	0,01	Femenino: 56,58 Masculino: 42,44
Bondad	0,00	Femenino: 57,14 Masculino: 41,70
Esperanza	0,02	Femenino: 56,08 Masculino: 43,10
Integridad	0,03	Femenino: 55,53 Masculino: 43,84

Nota Estadístico utilizado: Mann-Whitney

Tabla 7.

Análisis virtudes y sexo.

Variable	Sig.	RP
Trascendencia	0,00	Femenino: 57,10 Masculino: 41,76
Justicia	0,01	Femenino: 56,85 Masculino: 42,08
Humanidad	0,00	Femenino: 57,04 Masculino: 41,84
Coraje	0,00	Femenino: 59,12 Masculino: 39,07

Nota Estadístico utilizado: Mann-Whitney

5.4. Análisis Correlacional

El análisis correlacional entre las fortalezas del carácter y la edad arrojó que existía una relación significativa e inversa entre la Edad y las fortalezas Imparcialidad, Inteligencia social y Vitalidad, lo cual daría cuenta de que a mayor edad menor Imparcialidad, menor Inteligencia social y menor Vitalidad y viceversa (ver Tabla 8).

Tabla 8.

Correlación entre fortalezas del carácter y edad.

Variable	Sig.	Coefficiente de correlación
Imparcialidad	0,005	-0,282
Inteligencia social	0,046	-0,200
Vitalidad	0,006	-0,271

Nota Estadístico utilizado: Rho de Spearman

Al realizarse el análisis correlacional entre las virtudes y la edad, los resultados evidenciaron una correlación significativa e inversa entre la Edad y las virtudes Coraje, Humanidad y Justicia, lo cual daría cuenta de que a mayor edad menor Coraje, menor Humanidad y menor Justicia, y viceversa (ver Tabla 9).

Tabla 9.

Correlación entre virtudes y edad.

Variable	Sig.	Coefficiente de correlación
Coraje	0,007	-0,267

Humanidad	0,047	-0,200
Justicia	0,004	-0,283

Nota Estadístico utilizado: Rho de Spearman

6. Discusión

El objetivo principal de este estudio fue conocer las fortalezas del carácter que predominaban en adultos mayores de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires por medio del IVyF (Cosentino y Castro Solano, 2008), debido al vacío teórico observado en la literatura científica acerca del estudio de los rasgos positivos en la vejez, hecho que podría relacionarse con la asimilación de concepciones prejuiciosas y estereotipadas sobre mencionada etapa vital y el proceso de envejecimiento.

De acuerdo con los resultados obtenidos en este estudio, se halló que las fortalezas del carácter que predominaron en los participantes fueron: Apreciación de la belleza y excelencia, Bondad e Integridad. A partir de estos resultados podría pensarse que los adultos mayores tienden a reconocer, valorar o interesarse por las cosas y aspectos agradables de la vida, como por ejemplo la naturaleza, la ciencia y el arte; a su vez, disfrutaban ayudando, cuidando y siendo generosos con los demás, y se caracterizan por ser personas genuinas y asumir la responsabilidad por sus acciones y sentimientos (Petersen y Seligman, 2004; Cosentino, 2011; Cosentino y Castro Solano, 2015; Ovejero Bruna, 2018).

Además, este trabajo buscó comparar las virtudes y fortalezas del carácter según la clasificación de Neugarten (1999) -viejos-jóvenes y viejos-viejos- y según sexo. Los resultados demostraron que no se presentaron diferencias entre los viejos-jóvenes y los viejos-viejos de la muestra, mientras que según sexo -femenino y masculino- sí se presentaron diferencias estadísticamente significativas, pues el sexo femenino, en comparación con el masculino, presentó mayor puntaje en las fortalezas: Imparcialidad, Persistencia, Espiritualidad, Ciudadanía, Curiosidad, Bondad, Esperanza e Integridad.

Teniendo en cuenta mencionados resultados el sexo femenino tiende, con mayor frecuencia que el masculino, a realizar juicios sociales equitativos, continuar activamente conductas que se dirigen hacia alguna meta pese a los obstáculos, creer en propósitos y significados superiores, comprometerse con el grupo social mediante la identificación y la obligación para un bien común que va más allá de los propios intereses, experimentar, conocer y regular la propia experiencia en respuesta a situaciones desafiantes, poseer una orientación hacia los demás con un tono emocional que impulsa a brindar atención, ayuda y respeto, pensar en el futuro con la expectativa positiva de que ocurrirán acontecimientos deseados actuando de manera tal que es probable que sucedan, y ser moralmente honesto y responsable por los sentimientos y conductas personales (Petersen y Seligman, 2004; Cosentino, 2010, 2011; Cosentino y Castro Solano, 2015; Castro y Cosentino, 2017; Ovejero Bruna, 2018).

Asimismo, participantes de sexo femenino, a diferencia del masculino, registraron mayor puntaje en las virtudes: Trascendencia, la cual proporciona sentido a la vida; Justicia, la cual sustenta una vida congruente con los demás; Humanidad, la cual se basa en cuidar y ser cercano a los demás, y Coraje, la cual representa la voluntad para lograr metas (Petersen y Seligman, 2004; Cosentino, 2010, 2011; Castro Solano y Cosentino, 2017).

Finalmente, para enriquecer el análisis de los datos relevados se analizó la relación entre las seis virtudes y veinticuatro fortalezas del carácter con la edad. Por un lado, los resultados obtenidos demostraron que existía una relación significativa e inversa entre la Edad y las fortalezas Imparcialidad, Inteligencia social y Vitalidad, es decir, a mayor edad menor es la Imparcialidad, la Inteligencia social, la Vitalidad, y viceversa. Esto daría cuenta de que, el aumento de la edad se asocia con una menor capacidad para: realizar juicios sociales equitativos, razonar la información emocional -interna o externa- en las relaciones interpersonales, y tener una experiencia propia de sentirse vivo y con energía (Petersen y

Seligman, 2004; Cosentino, 2010, 2011; Cosentino y Castro Solano, 2015; Castro y Cosentino, 2017; Ovejero Bruna, 2018).

Por otro lado, los resultados evidenciaron una correlación significativa e inversa entre la Edad y las virtudes Coraje, Humanidad y Justicia, es decir, a mayor edad disminuiría la voluntad para alcanzar metas personales, establecer vínculos afectivos e involucrarse en la comunidad (Petersen y Seligman, 2004; Seligman, Steen, Park y Peterson, 2005; Cosentino, 2010; 2011; Ovejero Bruna, 2018).

Las limitaciones metodológicas que presentó este estudio fueron las siguientes: la selección de la muestra fue no probabilística, por lo que los hallazgos no pueden generalizarse a toda la población de adultos mayores de GBA y CABA; se empleó un diseño no experimental, por lo que no pudieron controlarse factores ambientales o situacionales durante la administración de los instrumentos (ej.: lugar, circunstancia en donde se completó el instrumento, nivel de fatiga atencional, etc.), y la realización de la investigación fue en secuencia de tiempo trasversal, por lo que no se puede afirmar que los resultados se mantengan a nivel longitudinal.

Considerando las limitaciones recién mencionadas es importante que estudios futuros las tengan presentes, por ejemplo explorando si los resultados obtenidos se mantienen en el tiempo. Además, sería de gran valor indagar si existe alguna relación entre las fortalezas del carácter y el tipo de actividad recreativa que realicen los adultos mayores, ya que en este estudio no se tuvieron en cuenta dada la heterogeneidad relevada.

Concluyendo, se cree relevante seguir profundizando en el estudio de los rasgos positivos durante la vejez, ya que si bien existe evidencia en el estudio de aspectos positivos en diferentes áreas (ej.: militar, educacional) y grupos etarios (ej.: adolescentes y adultos), aún perdura un escenario incompleto en la última etapa del ciclo vital.

Por último, teniendo en cuenta la revisión teórica, es fundamental seguir impulsando el estudio de la Psicología Positiva en la población de adultos mayores, debido a que hay evidencia de que talleres realizados en base a la misma han arrojado una disminución en síntomas depresivos y un aumento en la vitalidad de los mayores (ej.: Cuadra-Peralta, 2012). En este sentido, la novedad de contar con hallazgos acerca de las fortalezas del carácter en la población de adultos mayores de CABA y GBA sirve de base para que se tengan en cuenta las características que podrían trabajarse, con el fin de lograr un mayor bienestar psicológico, emocional y social durante la vejez.

Referencias Bibliográficas

- Acosta, L. D. (2017). Factores asociados a la satisfacción vital en adultos mayores. Un análisis a partir de la Encuesta Nacional sobre Calidad de Vida de Adultos Mayores (ENCaViAM), Argentina, 2012. *Anais*, 1-16.
- Arias, C. J. y Iacub, R. (2013). ¿Por qué investigar aspectos positivos en la vejez? Contribuciones para un cambio de paradigma. *Publicatio UEPG: Ciências Humanas, Linguística, Letras e Artes*, 21(2), 271 – 281.
- Birren, J. E. y Cunningham, W. R. (1985). Research on the psychology of aging: Principles, concepts and theory. In J. E. Birren y K. W. Schaie (Eds.), *The handbooks of aging. Handbook of the psychology of aging* (pp. 3-34). New York: Van Nostrand Reinhold Co.
- Blanco Molina, M. y Salazar Villanea, M. (2017). Predictores socio-emocionales y cognitivos: su papel en la comprensión del envejecimiento con éxito en el contexto costarricense. *Universitas Psychologica*, 16(1), 1-16.
- Buendía, J. (1994). *Envejecimiento y psicología de la salud*. España: Siglo XXI.
- Bueno Martínez, B. Buz, J., Navarro, A. B. y López Martín, L. (2017). Equidad en el apoyo social recíproco y satisfacción vital en personas mayores. *Universitas Psychologica*, 16(1), 1-13.
- Busse, E. (1969). Theories of aging. En E.W. Busse y E. Pfeiffer (Eds.), *Behavior and adaptation in late life* (pp. 11-32). Boston: Little Brown.
- Castillo Rojas, Y. R., Abdelwa Quero, S. L. y Guerrero Alcedo, J. M. (2017). El sentido del humor y su relación con el bienestar subjetivo en adultos mayores venezolanos. *Psicología y Salud*, 27(1), 117-126.

- Castro Solano, A. & Cosentino, A. C. (2017). Virtues and character strengths in Buenos Aires adult population. A study with a mixed emic/etic approach. *Summa Psicológica UST*, 14(1), 23-32.
- Cosentino, A. C. y Castro Solano, A. (2015). IVyF: Validez de un instrumento de medida de las fortalezas del carácter de la clasificación de Peterson y Seligman (2004). *Psicodebate*, 15(2), 99-122.
- Cosentino, A. C. (2010). Evaluación de las Virtudes y Fortalezas Humanas en Población de Habla Hispana. *Psicodebate*, 10, 53-72.
- Cosentino, A. C. (2011). *Fortalezas del carácter en militares argentinos* [Tesis Doctoral]. Universidad de Palermo, Buenos Aires, Argentina.
- Corraliza, J. A. (2010). Sociedad y vejez: Dimensiones psicosociales. En R. Fernández-Ballesteros (Ed.), *Gerontología Social* (pp. 229-240). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Cortese, R. H., Fernández Canales, M. M. y Giaquinto, L. (2020). Evaluación de las fortalezas del carácter en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG*, 5(2), 45-59.
- Cuadra Peralta, A. (2012). Impacto de un programa de psicología positiva en sintomatología depresiva y satisfacción vital en adultos mayores. *Psicol. Reflex. Crit.* 25 (4).
- Fernández Ballesteros, R. (2000). Psicogerontología. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 35(2), 1-4.
- García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En-claves del pensamiento*, 8(16), 13-29.
- Góngora, V. y Castro Solano, A. (2018). Bienestar emocional, psicológico y social y variables demográficas en población adulta de la ciudad de Buenos Aires. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad*, 18(1), 72-83.
- González Herero, V. (2008). *Bienestar personal y actividades en la edad adulta tardía*

- [Tesis Doctoral]. Universidad de Málaga, España.
- Hayflick, L. (2000). The future of ageing. *Nature*, 408(6809), 267-269.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 23-41.
- Hooyman, N. R. (1994). Diversity and populations at risk: Women. In E. G. Reamer (Ed.), *The foundation of social work knowledge* (pp. 309–345). New York: Columbia University Press.
- Iacub, R (2016). *Identidad y envejecimiento*. Buenos Aires: Paidós.
- Litwin, H. y Shiovitz Ezra, S. (2011). Social network type and subjective well-being in a national sample of older Americans. *Gerontologist*, 51(3), 379-388.
- Ministerio de Salud (2017). *Envejecimiento activo*. Recuperado de:
<http://www.msal.gob.ar/index.php/component/content/article/48-temas-de-salud-de-la-a-a-la-z/389-envejecimiento-activo>.
- Molina Sena, C. y Meléndez Moral, J. C. (2006). Bienestar psicológico en envejecientes de la República Dominicana. *Revista Iberoamericana de Gerontología y Geriatria, Geriatrika*, 22(3), 97-105.
- Neugarten, B. (1999). *Los significados de la edad*. Barcelona: Editorial Herder.
- Ortega, A. Ramírez, E. y Chamorro, A. (2015). Una intervención para aumentar el bienestar de los mayores. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 5(1), 23-33.
- Ovejero Bruna, M. M. (2014). *Evaluación de fortalezas humanas en estudiantes de la Universidad Complutense de Madrid y diferencias de sexo: relación con salud*,

- resiliencia y rendimiento académico*. [Tesis Doctoral]. Universidad Complutense de Madrid, España.
- Park, N., Peterson, C. y Sun, J. (2013). La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia psicológica*, 31(1), 11-19.
- Peláez, E., Monteverde, M. y Acosta, L. (2017). Celebrar el envejecimiento poblacional en argentina. Desafíos para la formulación de políticas. *Saberes*, 9(1), 1-28.
- Peterson, C. y Seligman, M.E.P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association: Oxford University Press.
- Rowe, J. W. y Khan, R. L. (1987). Human aging: Usual and successful. *Science*, 237, 143-149.
- Rowe, J. W. y Khan, R. L. (1997). Successful aging. *The Gerontologist*, 37, 433-440.
- Roh, S., Lee, Y. S., Lee, J. H. y Martin, J. I. (2014). Typology of religiosity/spirituality in relation to perceived health, depression, and life satisfaction among older Korean immigrants. *Aging Ment Health*, 18(4), 444-453.
- Rubio Rubio, L. (2015). *Estrategias de afrontamiento: Factores determinantes e impacto sobre el bienestar en la tercera edad* [Tesis Doctoral]. Universidad de Granada, España.
- Sánchez Palacios, C. (1999). *Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas, psicosociales y psicológicas* [Tesis Doctoral]. Universidad de Málaga, España.
- Sánchez Salgado, C. (2000). *Gerontología social*. Buenos Aires: Editorial Espacio.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. y Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.

Strehler, B. L. (1977). *Time, Cells, and Aging*. New York: Academic Press.

Torres Degró, A. (2010). Envejecimiento demográfico: Un acercamiento a los métodos cuantitativos. *CIDE digital*, 1(2), 77-98.

Vera Poseck, Beatriz (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 3-8.

Anexo

Consentimiento informado

La presente investigación pertenece a la alumna Agustina Duarte, quien aspira a su Licenciatura en Psicología mediante el estudio del bienestar en adultos mayores. Para lograr este fin, es necesario recolectar las respuestas a un cuestionario breve que se encuentra a continuación.

Su participación en este estudio es voluntaria y anónima, ya que la información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera del de esta investigación. Si tiene alguna inquietud sobre este estudio, puede realizar todas las preguntas que considere pertinentes durante su participación en él.

Agradezco su colaboración,

Agustina Duarte.

He leído los requerimientos para este estudio y acepto participar en él:

O Acepto.

O No Acepto.

Encuesta sociodemográfica

1. Sexo (indique la respuesta correcta con una cruz

“X”):

Masculino

Femenino

2. Edad: _____

3. Lugar de residencia (indique la respuesta correcta con una cruz “X”):

Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Gran Buenos Aires

4. Estado civil (indique la respuesta correcta con una cruz “X”):

Soltero/a

En pareja

Casado/a

Separado/a

Divorciado/a

Viudo/a

5. Nivel educativo máximo alcanzado (indique la respuesta correcta con una cruz “X”):

Primario Incompleto

Primario Completo

Secundario Incompleto

- Secundario Completo
- Terciario Incompleto
- Terciario Completo
- Universitario Incompleto
- Universitario Completo

6. Considera que su situación económica actual es (indique la respuesta correcta con una cruz "X"):

- Muy por debajo de lo satisfactorio
- Debajo de lo satisfactorio
- Satisfactoria
- Por encima de lo satisfactorio
- Muy por encima de lo satisfactorio

7. Realiza actividades de recreación (indique las respuestas correctas con una cruz "X"):

- Si realizo
- No realizo

8. Realiza psicoterapia (indique las respuestas correctas con una cruz "X"):

- Si realizo
- No realizo

9. Toma alguna medicación (indique las respuestas correctas con una cruz "X"):

- Si

No

En caso afirmativo, por favor, indique cuál o cuáles: _____

© Cosentino, Alejandro C. & Castro Solano, Alejandro (2008-2010)

¿A quién me parezco más?

IVyF

INSTRUCCIONES

Queremos que nos digas a cuál de dos personas vos te parecés más, *realmente*. Para eso, te presentamos, una al lado de otra, dos descripciones que hacen de sí mismas dos personas distintas.

Por favor, primero, lee las dos descripciones de sí mismas que hacen esas dos personas, y después, elegí **sólo UNA** de las 5 opciones de respuesta (que se presentan a continuación con su respectiva abreviación):

Opciones de respuesta

Respuesta	Abreviación
1... Soy muy parecido a la 1ª persona	= "Muy 1ª"
2... Soy algo parecido a la 1ª persona	= "Algo 1ª"
3... No me parezco más a una persona que a la otra	= "Entre"
4... Soy algo parecido a la 2ª persona	= "Algo 2ª"
5... Soy muy parecido a la 2ª persona	= "Muy 2ª"

Es MUY IMPORTANTE que *siempre* respondas según COMO SOS REALMENTE (nunca respondas en función de cómo te gustaría ser o a quién te gustaría parecerte).

Por favor, tratá de dar tus respuestas lo más rápido posible, confiando siempre en la primera respuesta que se te ocurra después de haber leído las dos descripciones. Si dudás qué opción de respuesta elegir, intentá marcar la opción que *más se acerque* a cómo vos sos **realmente**.

Ejemplos:

1ª persona	2ª persona			
Me gusta usar ropa llamativa y colorida. No soy nada sobrio para vestirme.	No me gusta usar ropa llamativa y colorida. Soy sobrio para vestirme.			
<input type="radio"/> Muy 1ª	<input type="radio"/> Algo 1ª	<input type="radio"/> Entre	<input checked="" type="radio"/> Algo 2ª	<input type="radio"/> Muy 2ª

Quien marcó con una cruz "Algo 2ª", respondió que REALMENTE *en su vida en general* es algo parecida a la 2ª persona, que no le gusta usar ropa llamativa y colorida y es sobria para vestirse.

No compro muchos discos compactos, no bajo mucha música de internet ni grabo muchos CD de música.	Compro muchos discos compactos, bajo mucha música de internet y grabo muchos CD de música.			
<input type="radio"/> Muy 1ª	<input type="radio"/> Algo 1ª	<input checked="" type="radio"/> Entre	<input type="radio"/> Algo 2ª	<input type="radio"/> Muy 2ª

Quien marcó con una cruz "Entre", respondió que REALMENTE *en su vida en general* no se parece más a una persona que a la otra, dicho de otra forma, no se parece más a una de esas dos personas.

Por favor, empezá a responder la lista de descripciones que está a continuación.

Sigue ➡

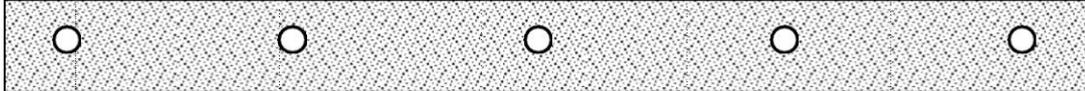
(1)

1^a

No necesito que los demás me digan si algo es lindo porque yo solo me doy cuenta. Siento emociones profundas cuando veo cosas lindas. Por ejemplo: me quedo "mudo" cuando veo representada la belleza en una película y me emociono hasta las lágrimas al ver lo lindo de los demás. Claramente, me conmueven las cosas simples de la vida, esas que se pasan por alto. Siento que es importante vivir en un mundo lleno de belleza. Por eso, aprecio el arte en todas sus formas y me fascina vivir el arte en su más alto nivel.

2^a

Necesito que los demás me digan si algo es lindo porque yo solo no me doy cuenta. No siento emociones profundas cuando veo cosas lindas. Por ejemplo: no me quedo "mudo" cuando veo representada la belleza en una película ni me emociono hasta las lágrimas al ver lo lindo de los demás. Claramente, no me conmueven las cosas simples de la vida, esas que se pasan por alto. No siento que sea importante vivir en un mundo lleno de belleza. Por eso, ni aprecio el arte en todas sus formas ni me fascina vivir el arte en su más alto nivel.



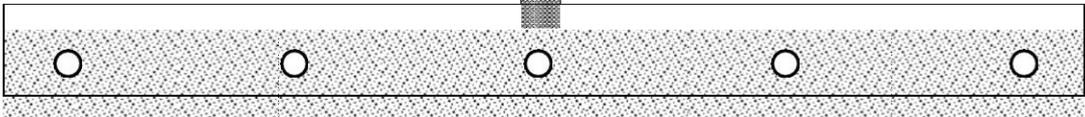
(2)

1^a

No soy de tratar a toda la gente por igual y si hay alguien que no me cae bien, lo trato de forma distinta. Tampoco soy de darles una oportunidad a todos. No me interesan los principios de igualdad y justicia, ni creo que los derechos de todos sean igual de importantes. Tampoco creo que todos deban tener voz y voto, así que no escucho respetuosamente a todos los que tienen algo que decirme. Me aprovecho de la gente y llegado el caso de que yo estuviese en un error, no lo voy a admitir.

2^a

Soy de tratar a toda la gente por igual y si hay alguien que no me cae bien, no lo trato de forma distinta. También soy de darles una oportunidad a todos. Me interesan los principios de igualdad y justicia y creo que los derechos de todos son igual de importantes. También creo que todos deben tener voz y voto, así que escucho respetuosamente a todos los que tengan algo que decirme. No me aprovecho de la gente y llegado el caso de que yo estuviese en un error, lo voy a admitir.



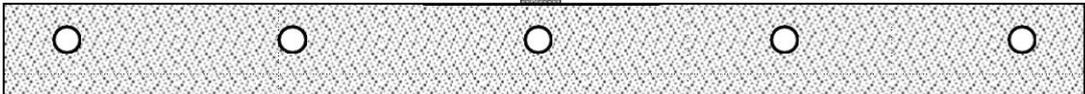
(3)

1^a

Cuando trabajo, me distraigo y dejo mis tareas sin terminar. Y como soy de abandonar enseguida, si aparece un obstáculo no tiendo a seguir haciendo lo que había decidido hacer hasta terminarlo. Así que, hay cosas que empiezo que dejo sin terminar. Además, no me pongo metas en la vida.

2^a

Cuando trabajo, no me distraigo ni dejo mis tareas sin terminar. Y como no soy de abandonar enseguida, si aparece un obstáculo tiendo a seguir haciendo lo que había decidido hacer hasta terminarlo. Así que, no hay cosas que empiece que deje sin terminar. Además, me pongo metas en la vida.



(4)

1ª

Se me ocurren nuevas formas de hacer las cosas porque tengo una mente creativa. Mi imaginación va más allá de la de mis amigos y siento un impulso especial por hacer cosas originales. Así que puedo decir que me gusta ponerme a pensar en ideas nuevas y diferentes que me surgen.

2ª

No se me ocurren nuevas formas de hacer las cosas porque no tengo una mente creativa. Mi imaginación no va más allá de la de mis amigos ni siento ningún impulso especial por hacer cosas originales. Así que no puedo decir que me guste ponerme a pensar en las ideas nuevas y diferentes que me surgen.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(5)

1ª

No comparto fácilmente mis sentimientos con los demás: en particular, no le puedo expresar amor a otras personas. Además, tengo dificultades para aceptar el amor de los demás hacia mí. Tampoco estoy dispuesto a correr riesgos para establecer una relación personal con nadie. Me siento aislado de los demás. No soy el ser más importante en la vida de ninguna persona, ni hay gente que me acepte tal cual soy (con mis defectos) ni que se preocupe por mí del mismo modo en que se preocupa por sí misma. A mí tampoco me preocupa nadie realmente como persona.

2ª

Comparto fácilmente mis sentimientos con los demás: en particular, le puedo expresar amor a otras personas. Además, no tengo dificultades para aceptar el amor de los demás hacia mí. También estoy dispuesto a correr riesgos para establecer una relación personal con alguien. No me siento aislado de los demás. Soy el ser más importante en la vida de alguna persona y hay gente que me acepta tal cual soy (con mis defectos) y que se preocupa por mí del mismo modo en que se preocupa por sí misma. A mí también me preocupa alguien realmente como persona.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(6)

1ª

Siempre puedo ponerme límites y no soy de ceder ante mis impulsos. Por ejemplo, no me dejo llevar por el impulso de gastar o de comer. También soy muy bueno para conseguir resultados y no soy de dejar todo para último momento. Me privo de cosas que me hacen sentir bien en el corto plazo, pero son malas a largo plazo. Por ejemplo, puedo seguir una dieta porque no tengo problemas para comer comida saludable y puedo resistirme a comer cosas que me gustan pero que no me hacen bien. Hago ejercicios de forma rutinaria por mi cuenta.

2ª

No siempre puedo ponerme límites y soy de ceder ante mis impulsos. Por ejemplo, me dejo llevar por el impulso de gastar o de comer. Tampoco soy muy bueno para conseguir resultados y soy de dejar todo para último momento. No me privo de cosas que me hacen sentir bien en el corto plazo, pero son malas a largo plazo. Por ejemplo, no puedo seguir una dieta porque tengo problemas para comer comida saludable y no puedo resistirme a comer cosas que me gustan pero que no me hacen bien. No hago ejercicios de forma rutinaria por mi cuenta.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

7)

No son pocas las cosas por las cuales puedo sentirme agradecido. Me veo a mi mismo como una persona afortunada porque creo que he sido ricamente bendecido en la vida. Así que, evidentemente, tengo todos los días un profundo sentimiento de gratitud por lo que me tocó vivir. Además, siento la necesidad de darle las gracias y le demuestro mi agradecimiento a la gente que es buena conmigo y que se preocupa por mí.

Son pocas las cosas por las cuales pueda sentirme agradecido. No me veo a mi mismo como una persona afortunada porque no creo que haya sido ricamente bendecido en la vida. Así que, evidentemente, no tengo todos los días un profundo sentimiento de gratitud por lo que me tocó vivir. Además, no siento la necesidad de darle las gracias ni le demuestro mi agradecimiento a la gente que es buena conmigo y que se preocupa por mí.

(8)

1^a

No soy bueno para hacerme cargo de un equipo ni para planificar actividades grupales: no puedo hacer que la gente trabaje bien junta. Por ejemplo, no intento hacer que todos los miembros del grupo se sientan bien ni busco asegurarme de que todos se sientan incluidos.

2^a

Soy bueno para hacerme cargo de un equipo y para planificar actividades grupales: puedo hacer que la gente trabaje bien junta. Por ejemplo, intento hacer que todos los miembros del grupo se sientan bien y busco asegurarme de que todos se sientan incluidos.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(9)

1^a

No tiendo a pensar detenida y críticamente las cosas porque no estoy convencido de que haya que pensar las cosas de ese modo. Por eso, ni intento entender las razones de las cosas que hago ni trato de tener una buena justificación para tomar una decisión importante. No soy de tomar mis decisiones únicamente después de analizarlo todo y considerar todas las alternativas y los pros y contras, etc.

2^a

Tiendo a pensar detenida y críticamente las cosas porque estoy convencido de que hay que pensar las cosas de ese modo. Por eso, intento entender las razones de las cosas que hago y trato de tener una buena justificación para tomar una decisión importante. Soy de tomar mis decisiones únicamente después de analizarlo todo y considerar todas las alternativas y los pros y contras, etc.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(10)

1^a

Puedo adaptarme a cualquier situación social. Por ejemplo, sé cómo manejarme en una situación social nueva y me llevo bien con la gente que recién conozco. También soy bueno para darme cuenta de lo que los demás sienten o buscan. También sé qué decir para hacer que los demás se sientan bien y despertarles interés.

2^a

No puedo adaptarme a cualquier situación social. Por ejemplo, no sé cómo manejarme en una situación social nueva ni me llevo bien con la gente que recién conozco. Tampoco soy bueno para darme cuenta de lo que los demás sienten o buscan. Tampoco sé qué decir para hacer que los demás se sientan bien y despertarles interés.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

11)

Cuando alguien me trata mal, busco entenderlo. No busco desquitarme y vengarme porque creo que "lo pasado, pisado" o sea que es mejor perdonar y olvidar. Por eso, les doy a los demás una segunda oportunidad, corriendo el riesgo de que me vuelvan a perjudicar otra vez. Y es cierto que no me gusta ver sufrir a los demás: claramente, no me gusta ver sufrir a mi peor enemigo porque no soy rencoroso.

Cuando alguien me trata mal, no busco entenderlo. Busco desquitarme y vengarme porque no creo que "lo pasado, pisado" o sea que sea mejor perdonar y olvidar. Por eso, no les doy a los demás una segunda oportunidad, corriendo el riesgo de que me vuelvan a perjudicar otra vez. Y no es cierto que no me guste ver sufrir a los demás: claramente, me gusta ver sufrir a mi peor enemigo porque soy rencoroso.

(12)

1^a

No me considero una persona espiritual: no practico ninguna religión y no creo en Dios (o en una fuerza superior). Por ejemplo, no recé ni medité en las últimas veinticuatro horas. Tampoco creo que cada persona tenga un propósito en la vida. Evidentemente, no soy una de esas personas que mantiene su fe aún en tiempos difíciles. Y no pienso que las creencias religiosas sean lo que hace importante la vida de una persona como yo. Por supuesto, no soy la persona que soy gracias a la fe.

2^a

Me considero una persona espiritual: practico una religión y creo en Dios (o en una fuerza superior). Por ejemplo, recé o medité al menos treinta minutos en las últimas veinticuatro horas. También creo que cada persona tiene un propósito en la vida. Evidentemente, soy una de esas personas que mantiene su fe aún en tiempos difíciles. Y pienso que las creencias religiosas son lo que hace importante la vida de una persona como yo. Por supuesto, soy la persona que soy gracias a la fe.

(13)

1^a

Prefiero no hacer todo solo, porque yo no funciono mejor cuando estoy solo: soy bueno para trabajar en equipo y me fascina ser parte de un grupo. Cuando soy miembro de un grupo, apoyo a mis compañeros, siento que debo respetar las decisiones tomadas por el grupo y no soy de faltar a las reuniones o prácticas. Realmente, creo que son importantes las relaciones sociales, así que no me mantengo apartado de los demás.

2^a

Prefiero hacer todo solo, porque yo funciono mejor cuando estoy solo: no soy bueno para trabajar en equipo ni me fascina ser parte de un grupo. Cuando soy miembro de un grupo, no apoyo a mis compañeros ni siento que deba respetar las decisiones tomadas por el grupo y soy de faltar a las reuniones o prácticas. Realmente, no creo que sean importantes las relaciones sociales, así que me mantengo apartado de los demás.

(14)

1^a

No soy de defender mis creencias: por ejemplo, no soy de decir a viva voz lo que pienso para protestar cuando oigo a alguien decir una barbaridad. Ni soy de esos que convocan a realizar acciones concretas. Evidentemente, no puedo soportar mis miedos y evito tener que manejar mis emociones molestas cuando paso por situaciones difíciles. Por ejemplo: no he sostenido con frecuencia mis opiniones firmemente en público ante una fuerte oposición, porque dudo en dar una opinión que les vaya a caer mal a los demás. Así que no hablo con franqueza si es que puede haber alguna consecuencia negativa.

2^a

Soy de defender mis creencias: por ejemplo, soy de decir a viva voz lo que pienso para protestar cuando oigo a alguien decir una barbaridad. Soy de esos que convocan a realizar acciones concretas. Evidentemente, puedo soportar mis miedos y no evito tener que manejar mis emociones molestas cuando paso por situaciones difíciles. Por ejemplo: he sostenido con frecuencia mis opiniones firmemente en público ante una fuerte oposición, porque no dudo en dar una opinión que les vaya a caer mal a los demás. Así que hablo con franqueza, aunque pueda haber alguna consecuencia negativa.

Five circles for marking responses.

(15)

1^a

No me es fácil estar entretenido u ocupado en algo interesante porque no hay muchas actividades que me entusiasmen. Tampoco soy capaz de encontrar algo que me resulte de interés en cualquier tipo de situación. En particular, no me parece que el mundo sea un lugar muy interesante, así que no me gusta escuchar hablar sobre otros países y culturas. Definitivamente me aburro y no creo que mi vida sea de lo más interesante.

2^a

Me es fácil estar entretenido u ocupado en algo interesante porque hay muchas actividades que me entusiasman. También soy capaz de encontrar algo que me resulte de interés en cualquier tipo de situación. En particular, me parece que el mundo es un lugar muy interesante, así que me gusta escuchar hablar sobre otros países y culturas. Definitivamente no me aburro y creo que mi vida es de lo más interesante.

Five circles for marking responses.

(16)

1^a

Hacer feliz a los demás es algo que me importa. Soy capaz de hacer un gran esfuerzo para levantarle el ánimo a la gente, si veo que la está pasando mal. Si mis amigos se sienten mal, los llamo, y siempre estoy dispuesto a dejar de hacer mis cosas para ir a ayudarlos. Además, no me pone impaciente que los demás me cuenten sus problemas. Trato de hacerle favores a la gente, e intento ser agradable con todos, no solamente con los que son agradables conmigo. Por lo demás, si hay personas que me brindan su atención e interés, me gusta compartirlo con otros. Innegablemente, me pongo tan alegre cuando les va bien a los demás como cuando me va bien a mí.

2^a

Hacer feliz a los demás no es algo que me importe. No soy capaz de hacer un gran esfuerzo para levantarle el ánimo a la gente, si veo que la está pasando mal. Si mis amigos se sienten mal, no los llamo, ni siempre estoy dispuesto a dejar de hacer mis cosas para ir a ayudarlos. Además, me pone impaciente que los demás me cuenten sus problemas. Trato de no hacerle favores a nadie, y no intento ser agradable con todos, sino solamente con los que son agradables conmigo. Por lo demás, si hay personas que me brindan su atención e interés, no me gusta compartirlo con otros. Innegablemente, no me pongo tan alegre cuando les va bien a los demás como cuando me va bien a mí.

Five circles for marking responses.

(17)

1ª

Cuando estoy triste o tengo problemas, no me pongo a pensar en las cosas buenas que me pasan ni me siento esperanzado: creo que va a pasar lo peor. Y como no puedo verle el lado positivo a las cosas, si hay algo que a los demás les parece negativo, yo no le voy a encontrar algo bueno. Además, estoy convencido de que las cosas no me van a salir bien haciéndolas a mi modo: no hice planes para los próximos cinco años porque no creo que vaya a poder alcanzar las metas que me proponga.

2ª

Cuando estoy triste o tengo problemas, me pongo a pensar en las cosas buenas que me pasan y me siento esperanzado: creo que no va a pasar lo peor. Y como puedo verles el lado positivo a las cosas, si hay algo que a los demás les parece negativo, yo le voy a encontrar algo bueno. Además, estoy convencido de que las cosas me van a salir bien haciéndolas a mi modo: hice planes para los próximos cinco años porque creo que voy a poder alcanzar las metas que me proponga.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(18)

1ª

No soy una persona difícil de entender: soy fiel a mis valores y también se puede confiar en que voy a cumplir mis promesas (porque soy de cumplirlas). También se me puede confiar un secreto. Creo que la honestidad es la base de la confianza. Ciertamente, no me siento como un impostor porque no me gusta exagerar mis problemas y no miento con tal de zafar de un inconveniente.

2ª

Soy una persona difícil de entender: no soy fiel a mis valores y tampoco se puede confiar en que vaya a cumplir mis promesas (porque no soy de cumplirlas). Tampoco se me puede confiar un secreto. Yo no creo que la honestidad sea la base de la confianza. Ciertamente, me siento como un impostor porque me gusta exagerar mis problemas y miento con tal de zafar de un inconveniente.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(19)

1ª

Tengo una mirada amplia sobre las cosas que pasan, madura sobre la vida y excelente sobre el mundo. No pierdo de vista o me doy cuenta de cuáles son las cosas realmente importantes en la vida. Así que no es muy raro que los demás me vengán a pedir consejo.

2ª

No tengo una mirada amplia sobre las cosas que pasan, ni madura sobre la vida, ni excelente sobre el mundo. Pierdo de vista o no me doy cuenta de cuáles son las cosas realmente importantes en la vida. Así que es muy raro que los demás me vengán a pedir consejo.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(20)

1ª

No hago mis elecciones cuidadosamente ni me pongo a pensar antes de hablar: no creo que sea mejor prevenir que lamentar. Así que no evito actividades que me pongan en riesgo "innecesariamente". No me comporto según las reglas: me comporto de una manera extraña o poco común, y no me mantengo alejado de lo que está mal. Sé que le he hecho mal a alguien a propósito y puedo imaginarme a mí mismo mintiendo o engañando a otra persona.

2ª

Hago mis elecciones cuidadosamente, me pongo a pensar antes de hablar: creo que es mejor prevenir que lamentar. Así que evito actividades que me pongan en riesgo "innecesariamente". Me comporto según las reglas: no me comporto de una manera extraña o poco común, y me mantengo alejado de lo que está mal. Sé que no le he hecho mal a alguien a propósito y no puedo imaginarme a mí mismo mintiendo o engañando a otra persona.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(21)

1ª

Dejo de hacer mis cosas para hacerles chistes a mis amigos y sacarlos de su mal humor, y para hacer reír a la gente y hacerles pasar un día más llevadero. También trato de divertirme en todo tipo de situación y de ponerle humor a cada cosa que haga: si la situación es penosa, no pierdo el sentido del humor. Además, como tengo un gran sentido del humor, creo que soy la persona adecuada para pasar un rato divertido.

2ª

No dejo de hacer mis cosas para hacerles chistes a mis amigos y sacarlos de su mal humor, ni para hacer reír a la gente y hacerles pasar un día más llevadero. Tampoco trato de divertirme en todo tipo de situación ni de ponerle humor a cada cosa que haga: si la situación es penosa, pierdo el sentido del humor. Además, como no tengo un gran sentido del humor, no creo que sea la persona adecuada para pasar un rato divertido.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(22)

1ª

Me gusta hablar de mí, llamar la atención y sobresalir de la multitud. También fanfarroneo cuando las cosas me salen bien y no soy de mantener la modestia con respecto a las cosas buenas que me pasaron. Si me comporto como si fuese alguien especial y si soy arrogante, es porque, en realidad, no me pone orgulloso ser una persona común y corriente.

2ª

No me gusta hablar de mí, ni llamar la atención, ni sobresalir de la multitud. Tampoco fanfarroneo cuando las cosas me salen bien y soy de mantener la modestia con respecto a las cosas buenas que me pasaron. Si no me comporto como si fuese alguien especial y si no soy arrogante, es porque, en realidad, me pone orgulloso ser una persona común y corriente.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(23)

1ª

No soy de leer todo el tiempo muchos libros. Tampoco leo libros de "no ficción", como biografías o libros de ciencia, solo para entretenerme. Ni me gusta visitar museos. Si quiero saber algo, no voy enseguida a consultar en los libros o en Internet porque ni me fascina, ni me gusta, ni estoy siempre con ganas de aprender cosas nuevas. No me interesa tener la oportunidad de aprender y crecer más. Por eso, tampoco hago un esfuerzo importante para asistir a actividades educativas.

2ª

Soy de leer todo el tiempo muchos libros. También leo libros de "no ficción", como biografías o libros de ciencia, solo para entretenerme. Me gusta visitar museos. Si quiero saber algo, voy enseguida a consultar en los libros o en Internet porque me fascina, me gusta y estoy siempre con ganas de aprender cosas nuevas. Me interesa tener la oportunidad de aprender y crecer más. Por eso, también hago un esfuerzo importante para asistir a actividades educativas.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

(24)

1ª

No soy de hacer las cosas con desgano porque me gustan las cosas que hago. También tengo mucha energía. Me despierto cada día entusiasmado por las cosas que pueden llegar a pasar: no me espanta tener que levantarme cada mañana. Es más, también deseo ver ya mismo lo que la vida tiene preparado para mí para los próximos años y tengo ganas de empezar un proyecto ahora mismo. Verdaderamente, no prefiero ver pasar la vida desde un costado: prefiero participar a pleno.

2ª

Soy de hacer las cosas con desgano porque no me gustan las cosas que hago. Tampoco tengo mucha energía. No me despierto cada día entusiasmado por las cosas que pueden llegar a pasar: me espanta tener que levantarme cada mañana. Es más, tampoco deseo ver ya mismo lo que la vida tiene preparado para mí para los próximos años ni tengo ganas de empezar un proyecto ahora mismo. Verdaderamente, prefiero ver pasar la vida desde un costado: prefiero no participar a pleno.

<input type="radio"/>				
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------