



## ¿CONTRIBUYE EL OPTIMISMO EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, LA EMPATÍA Y LA PERSONALIDAD?

**Nélida Pérez Pérez, M<sup>a</sup> Pilar Cantero Vicente, Juan Luís Castejón Costa**  
Departamento de Psicología Evolutiva y Didáctica, Universidad de Alicante

### ABSTRACT

La inteligencia emocional está presente en un gran número de investigaciones que han ido al alza en esta última década, siendo motivo de estudio en distintos ámbitos y con diferentes objetivos (Mayer et al. 2000; Schutte, 1998; Fernández-Berrocal et al. 2005; Extremera et al. 2003; Bar-On, R., 2000). Nuestro trabajo trata de establecer las relaciones existentes entre este mismo constructo y variables como la empatía y la personalidad, tomando a su vez el optimismo, entendido éste último como la atención selectiva hacia los aspectos positivos de la realidad y que puede ayudar a prevenir importantes problemas emocionales (Seligman et. al, 2000). El estudio se realizó sobre una muestra total de 443 participantes, de los cuales el 20 % eran estudiantes universitarios y el 80 % restante post-graduados. Los instrumentos utilizados han sido la adaptación al castellano del TMMS-24 por Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004) para evaluar la inteligencia emocional percibida; el inventario de personalidad NEO-PI-R de Costa y McCrae (1992); el test de empatía cognitiva y afectiva TECA de López-Pérez, Fernández-Pinto y Abad (2008), y la adaptación al castellano del test de optimismo LOT-R (Otero et. al, 1998). Los resultados del análisis estadístico muestran correlaciones significativas entre muchos factores de las variables analizadas; así como una contribución interesante en la regresión jerárquica de la variable optimismo con el resto de las analizadas.

*Palabras claves:* optimismo, inteligencia emocional, empatía, personalidad.

### INTRODUCCIÓN

El optimismo ha sido uno de los conceptos que han formado parte de lo que podríamos denominar la "Psicología Popular". Investigaciones como las de Scheier y Carver (1985); Scheier Weintraub y Carver (1986); Chico (2002), sobre el uso de conductas de afrontamiento, las de Chang, D'Zurilla y Maydeu (1994), sobre el bienestar psicológico y físico, las de Mroczek, Spiro, Aldwin, Ozer y Bosse (1993), Peterson y Seligman (1984), en la predicción de enfermedades exponen algunos de los resultados analizados y el incremento en estos últimos años.



## ¿CONTRIBUYE EL OPTIMISMO EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, LA EMPATÍA Y LA PERSONALIDAD?

El optimismo puede ser estudiado por una parte como un estilo explicativo (Peterson y Seligman, 1984) y por otra como un optimismo disposicional (Scheier y Carver, 1987).

Para Peterson y Seligman (1984), el estilo pesimista es la tendencia a explicar las vivencias negativas como estables, producidas por causas internas y con un efecto global que repercute en todas las cosas de la vida; y el estilo explicativa optimista. Scheier y Carver (1985), centran su constructo tomando como referencia un modelo de autorregulación de conducta. Consideran que cuando surgen dificultades, las expectativas favorables incrementan los esfuerzos de las personas para alcanzar los objetivos propuestos, por otra parte, en contra de lo anterior, cuando las expectativas son desfavorables los esfuerzos se reducen, llegando incluso a ignorar y abandonar por completo la tarea. La evolución de los trabajos de Scheider y Carver a nivel empírico, reside en la construcción de un test (Ahrens y Haaga, 1993; Anderson, 1996; Boland y Cappeliez, 1997; Olason y Roger, 2001; Sweetman, Munz y Wheeler, 1993), es el denominado Life Orientation Test (LOT, Scheier y Carver, 1985).

En general pues, el optimismo disposicional, es entendido como la tendencia a creer que en el futuro ocurrirán resultados favorables de éxito, mientras que el pesimismo, hace hincapié a la creencia de que los resultados en el futuro, serán desfavorables (Avia y Vázquez, 1999; Caver y Scheider, 2001; Chang, 2001). Teniendo esto en cuenta, podemos considerar que el optimismo encierra en si mismo un aspecto de eficacia personal (Gillhan, Shatte, Reivich y Seligman, 2001), relacionando este mismo con algunas variables psicológicas.

Algunos han relacionado este constructo con diversas variables como técnicas de afrontamiento sobre el estrés (Chico, 2002; Martínez-Correa, Reyes del Paso, García-León y González-Jareño, 2006), sintomatologías físicas negativas (Remor, Amorós y Caraboles, 2006), en la resolución de problemas sociales (Vera-Villaruel y Guerrero, 2003; Maydeu-Olivares et al. 1996), entre otros.

Dentro de las variables de índole emocional, encontramos el popular constructo de la inteligencia emocional. Este término fue acuñado por primera vez por los autores Salovey y Mayer (1990) pero no fue hasta el 85, tras la publicación del best-seller "La Inteligencia Emocional" de Goleman cuando se hizo mundialmente popular. Existe una dicotomía compleja que resiste hasta hoy del constructo. Por una parte se encuentra una visión cognitiva avalada por Mayer y Salovey y por otra una visión que lo considera como un rasgo de personal encabezada por Goleman. Otros autores como Bar-On (2007) prefieren considerar este constructo teniendo en cuenta también aspectos sociales, más allá de los emocionales

Para los autores Mayer y Salovey, la inteligencia emocional es: "la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones proviniendo un crecimiento emocional e intelectual" (Mayer y Salovey, 1997). Siempre teniendo en cuenta que todas estas habilidades, siguen una secuencia que va desde los procesos psicológicos más básicos hasta los más complejos. Mayer en su última publicación (2008), la expresa como "la capacidad de realizar el razonamiento exacto de emociones y la capacidad de usar emociones y el conocimiento emocional para mejorar el pensamiento".

Es importante señalar que desde los años 90, se empieza a abordar el estudio de otro constructo, el de la empatía, dentro de la perspectiva de la inteligencia emocional. Bar-On (1997, 2000) en su modelo de inteligencia socioemocional (ESI, *emotional-social intelligence model*), considera que la empatía es un componente del factor denominado habilidades inter-personales, y la define como la capacidad de ser consciente y comprender las emociones, sentimientos e ideas de los otros. La primera vez que se usó formalmente el término empatía fue en el siglo XVIII, por Robert Vischer (citado en Davis, 1996) con el término alemán "Einführung", que se traduciría como "sentirse dentro de". En 1909, fue cuando finalmente Titchener (citado en Davis, 1996) acuñó el término "empatía" tal y como se conoce actualmente, valiéndose de la etimología griega *εμπάθεια* (cualidad de sentir-se dentro). En el siglo XX, empiezan a surgir nuevas definiciones de la empatía (Wispé, 1986). Podemos considerar que la empatía ha tomado visiones distintas: cognitivas, afectivas, integradora o multidimensional. En los años 60, se empezó a consolidar una visión de la empatía que concedía más importancia a su componente afect-



## PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

tivo que al cognitivo, definiéndola como un afecto compartido o sentimiento vicario. Uno de los primeros autores fue Stotland (1969) quien la definió como “la reacción emocional de un observador que percibe que otra persona está experimentando o va a experimentar una emoción” (1969, p.272). Wispé (1978), realiza una de las aportaciones más interesantes al dar importancia a los estados emocionales positivos como un aspecto a incluir en el concepto de empatía. Este aspecto de la empatía ha sido recogido y estudiado recientemente por Royzman y Rozin (2006) con el término *symhedonia*.

La propuesta realizada por Salovey y Mayer (1990), trata de integrar las dos visiones anteriores, al afirmar que la empatía requiere la adecuada identificación de las respuestas emocionales en otras personas e implica no sólo actitudes sino también habilidades o competencias bien definidas. Nace aquí el interés por trabajar sobre una definición integradora de la empatía, en la que se tengan en cuenta tanto sus componentes cognitivos como los afectivos. Davis propone una definición multidimensional de la empatía y un nuevo instrumento para su medida, marcando un punto de inflexión claro en la historia del desarrollo del constructo (Davis, 1980). Desde esta visión integradora, se ha desarrollado para población de habla hispana el Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA, López-Pérez, Fernández-Pinto y Abad, 2008), utilizado en este estudio. Más recientemente, desde otras disciplinas como la neurología, autores como Rizzolatti y Singaglia (2006), han retomado el aspecto cognitivo, planteado que esta capacidad se sitúa en las denominadas neuronas espejo (Jackson et al., 2006; Sharmay-Tsoory *et al.*, 2004; Rizzolatti y Singaglia, 2006).

Algunos investigadores, se han centrado en estudiar la relación de esta variable con la personalidad. Hogan (1969), parece ser uno de los pioneros en este campo, al encontrar relaciones positivas entre la empatía, entendida como capacidad cognitiva, y la sociabilidad, la autoestima, la eficiencia intelectual y la flexibilidad. Por lo general, los estudios llevados a cabo sobre la empatía permiten extraer que la variable empatía va relacionada con diferencias individuales tales como la personalidad, pero todo parece indicar que las investigaciones realizadas hasta ahora parecen insuficientes para establecer relaciones entre empatía y personalidad, tal y como señala Davis (1996).

## MÉTODO

### Participantes

La muestra está compuesta por 436 sujetos de los cuales el 20% eran estudiantes universitarios de la titulación de Magisterio y el 80% post-graduados, participantes del Curso de Adaptación Pedagógica (CAP), procedentes de distintas titulaciones. Todos pertenecientes a la Universidad de Alicante.

### Instrumentos

En la recogida de datos se emplearon los siguientes instrumentos:

Para evaluar la inteligencia emocional percibida se ha utilizado una medida de autoinforme, el Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24) de Fernández-Berrocal, Extremera & Ramos (2004). La TMMS-24 es una versión reducida y adaptada al castellano de la escala americana Trait Meta-Mood Scale (TMMS) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai (1995).

El TMMS-24 es un instrumento formado por 24 ítems, que proporciona un indicador de los niveles de IEP. La escala está compuesta por tres subfactores: Atención a los propios sentimientos, Claridad emocional y Reparación de los estados de ánimo. Cada uno de estos subfactores se evalúa a través de 8 ítems sobre una escala tipo Likert de 5 puntos. Fernández-Berrocal et al. (2004) han encontrado en la escala una consistencia interna (de Cronbach) de .90 para Atención, .90 para Claridad y .86 para Reparación. Igualmente, presenta una fiabilidad test-retest adecuada (Atención = .60; Claridad = .70 y Reparación = .83).



## ¿CONTRIBUYE EL OPTIMISMO EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, LA EMPATÍA Y LA PERSONALIDAD?

Para valorar el optimismo disposicional o predisposición generalizada hacia las expectativas de resultados positivos se ha utilizado el cuestionario de Orientación Vital Revisado (LOT-R) de Scheier, Carver & Bridges (1994) en la versión española de Otero, Luengo, Romero, Gómez-Fraguela & Castro (1998). En principio, esta prueba mide el optimismo disposicional como constructo unidimensional pero algunos estudios sostienen la existencia de dos factores: uno de ellos formado por los ítems de optimismo y otro por los de pesimismo (Ferranod, Chico & Tous, 2002). En nuestro trabajo se han tomado los resultados de estos dos factores: optimismo y pesimismo disposicional.

El cuestionario consta de 10 ítems, 4 de relleno y evalúa las expectativas generalizadas hacia resultados positivos o negativos. Se trata de una escala tipo Likert de 5 puntos. Los estudios realizados con el inventario señalan una consistencia interna (de Cronbach) que oscila entre .74 (Schou, Ekeberg, Ruland, Sandvik & Karesen, 2004) y .78 (Scheier, Carver & Bridges, 1994).

Para la evaluación de la empatía se ha utilizado el Test de Empatía Cognitiva y Afectiva (TECA, López-Pérez, Fernández-Pinto y Abad, 2008), utilizado en este estudio. Esta escala muestra una adecuada fiabilidad y validez. Además, dentro de las subescalas cognitivas contempla la *Comprensión Emocional*.

Para el estudio de la personalidad se ha utilizado la versión reducida del instrumento (NEO-FFI) del inventario NEO de cinco factores revisado (NEO PI-R), elaborado por Costa y McCrae (1992), este ofrece una medida abreviada de la personalidad y rasgos que definen cada dimensión. Esta versión consta de 60 ítems a partir de los cuales se obtienen las puntuaciones de cinco grandes factores: neuroticismo, extraversión, apertura, amabilidad y responsabilidad. Los ítems preguntan sobre conductas, cogniciones o sentimientos habituales. Se responde a lo largo de una escala Likert de cinco puntos que va desde "total desacuerdo" a "totalmente de acuerdo". La adaptación española pone de manifiesto unas características de fiabilidad y validez adecuadas.

### Procedimiento

Para la toma de la muestra se utilizaron dos procedimientos:

Para la muestra de post-graduados se contó con la participación de distintos grupos del Curso de Adaptación Pedagógica de la Universidad de Alicante, contactando previamente con la autorización de los docentes responsables de los grupos a los que se les pasaron las pruebas en horario lectivo.

Para la muestra de estudiantes se recurrió a los alumnos de la titulación de Magisterio musical e infantil de la Universidad de Alicante.

Los cuestionarios fueron también cumplimentados por los estudiantes universitarios en hora de clase, utilizando los procedimientos correspondientes para cada prueba.

En ambos grupo se siguió la misma metodología de administración. En primer lugar se les dio a cumplimentar la hoja de datos personales. Seguidamente se procedió a la cumplimentación de las pruebas con el siguiente orden: TMMS-24, TECA, LOT-R y NEO.

### Diseño y análisis estadístico

Los datos han sido analizados en el paquete estadístico SPSS 16.0 para Windows. El diseño empleado es de tipo *expost-facto*. El análisis estadístico se dividió en dos fases, un análisis correlacional, y posteriormente un análisis de regresión jerárquica paso a paso.



PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

RESULTADOS

En la tabla 1. se recogen las relaciones que se establecen entre cada uno de las inmersiones consideradas para este trabajo, tras llevarse a cabo un análisis correlacional de *Pearson* entre las dimensiones del TECA, TMMS-24, el NEO y el LOT-R.

	TECA AdopP crsp	TECA Comp Emoc	TECAEstr esEmpa tico	TECA Alegría Empa tica	TECA Total	TMMS Aten ción	TMMSCl ari dad	TMMS Repu racion	NEO Neuroticis m	NEO Extro versión	NEO Aper tura	NEO Amabi lidad	NEO Respon sabilidad	Opti mismo	Pesi mismo
V1	1														
V2	.309**	1													
V3	.153**	.194**	1												
V4	.341**	.239**	.048	1											
V5	.681**	.682**	.574**	.624**	1										
V6	.125**	.106*	-.068	.181**	.128**	1									
V7	.131**	.239**	.023	.156**	.212**	.282**	1								
V8	.193**	.116*	.046	.193**	.210**	.132**	.370**	1							
V9	.126**	-.009	.027	-.002	.053	.338**	-.231**	-.339**	1						
V10	.006	.128**	-.124**	.253**	.098*	.118*	.274**	.366**	-.291**	1					
V11	.131**	.085	-.130**	.165**	.090	.281**	.139**	.225**	.061	.232**	1				
V12	.037	.048	-.184**	.262**	.056	.142**	.184**	.194**	-.233**	.266**	.135**	1			
V13	.084	.134**	-.089	.098*	.084	.040	.297**	.159**	-.250**	.117*	-.005	.190**	1		
V14	.056	.128**	-.010	.130**	.116*	-.074	.213**	.601**	-.485**	.340**	.135**	.211**	.153**	1	
V15	.012	.001	.154**	-.049	.054	.132**	-.034	-.192**	.317**	-.145**	-.175**	-.058	-.120*	-.286**	1

\*\*p<0.01 \*p<0.05 V1= Adopción de perspectiva (TECA), V2= Comprensión Emocional (TECA), V3= Estrés Empático (TECA), V4= Alegría Empática (TECA), V5= Total (TECA), V6= Atención (TMMS-24), V7= Claridad (TMMS-24), V8= Reparación (TMMS-24), V9= Neuroticismo (NEO), V10= Extroversión (NEO), V11= Apertura (NEO), V12= Amabilidad (NEO), V13= Responsabilidad (NEO), V14= Optimismo (LOT-R), V15= Pesimismo (LOT-R).

Uno de los objetivos de esta investigación es tratar de averiguar si existen relaciones entre las variables personales, sociales, de empatía y emocionales. Los resultados obtenidos muestran un correlación significativa entre las variables empáticas y emocionales. Mostrando correlaciones muy significativas entre *Adopción de perspectiva*, *Comprensión Emocional* y *Alegría Empática*, así como con la puntuación total (TECA-Total) con los tres factores del TMMS-24 (*Atención*, *Claridad* y *Regulación*). Señalar que el marco de la Inteligencia Emocional resulta favorable pues para el estudio de la empatía como uno de sus componentes, pero en línea a lo que apuntan Mayer y Salovey, los modelos de la Inteligencia Emocional, sólo contemplan a la empatía como una habilidad o capacidad de tipo cognitivo, obviando su aspecto emocional (Salovey y Mayer, 1990). Otros estudios como los de Eisenberg et al. (2000) también señalaron la relación existente entre *regulación emocional* y *empatía*.

También se ha tratado de establecer relación entre las variables de empatía y algunos rasgos de personalidad. Uno de los primeros trabajos en este sentido es el de Hogan (1969), quien encontró relaciones positivas entre la empatía, entendida como capacidad cognitiva, y la sociabilidad, la autoestima, la eficiencia intelectual y la flexibilidad. En nuestros resultados, encontramos relaciones significativas entre la variable empática *adopción de perspectiva* y la variable de personalidad *neuroticismo*, en línea con otros estudios anteriores (Eysenck y Eysenck, 1978; Fernández y López, 2007; Rim, 1974). Así como una relación entre estas variable empáticas y la variable de personalidad *extroversión* al igual que los datos aportados en otros trabajos (Rim, 1974).

Con respecto a la dicotomía de los factores *optimismo / pesimismo*, se han hallado relaciones significativas con las variables de empatía *comprensión* y *alegría empática* así como con el resultado *TECA total*. También se han obtenido relaciones entre *optimismo* y las todas las dimensiones de personalidad, exceptuando una relación negativa con la variable neuroticismo, concluyendo así con un relación

**¿CONTRIBUYE EL OPTIMISMO EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, LA EMPATÍA Y LA PERSONALIDAD?**

positiva entre el factor *pesimismo* con el factor *neuroticismo* pero negativa con el resto de dimensiones. Los resultados de otras investigaciones previas también han mostrado que el optimismo disposicional es un importante predictor de variables de personalidad (Aherens y Haaga, 1993; Anderson, 1996; Vickers y Vogeltanz, 2000; Olason y Roger, 2001).

El optimismo también se relaciona de forma positiva con los factores *claridad* y *reparación emocional* (TMMS-24) a la inversa que el *pesimismo* donde se obtienen correlaciones negativas con los factores *atención* y *reparación*. Estudios como los de Extremera, Duran y Rey (2007), se destacan en la evaluación del papel de la Inteligencia Emocional Percibida y el optimismo/pesimismo en la predicción del ajuste psicológico con adolescentes.

También en esta línea, se obtienen correlaciones entre optimismo y afectividad positiva, y entre optimismo y afectividad negativa (Olason y Roger 2001; Marsall, Wortman, Kusulas, Hervig y Vickers, 1992; Cohen et al., 1983; Chang, Rand y Strunck, 2000; Scheier y Carver 1985; Chang, 1998<sup>a</sup>).

Para comprobar el valor predictivo de la dimensión emocional sobre las variables de empatía, personalidad y optimismo, se llevaron a cabo una serie de análisis de regresión jerárquicos. Como variable dependiente se introdujo la *Reparación emocional*, dado que el instrumento utilizado no aporta una puntuación total de la Inteligencia emocional percibida, hemos teniendo en cuenta en nuestra elección las aportaciones en la literatura respecto a la consideración jerárquica de este constructo.

A continuación se muestra en la *Tabla 2*. los resultados obtenidos en el análisis de regresión jerárquica paso a paso para la variable predictora del factor reparación de la Inteligencia Emocional.

TABLA 2. Coeficientes.

Modelo	$\beta$	t	Sig.
PASO 1:			
Neuroticismo	-.292	-6,39	,000
Extraversión	,222	4,84	,000
Apertura	,188	4,31	,000
Amabilidad Responsabilidad	,030	,667	,505
PASO 2:	,061	1,40	,162
TMMS- Atención			
TMMS - Claridad	,123	2,50	,013
PASO 3:	,194	4,13	,000
TECA-Adope Perspectiva			
TECA-Comprensión Emoc	,166	3,72	,000
TECA-Estrés Empático	-.048	-1,15	,265
TECA-Alegría Empática	,077	1,83	,067
PASO 4:	,028	,627	,531
Optimismo			
Pesimismo	,464	10,99	,000
	-.014	-.351	,726

Nota: \* $p < .05$  \*\* $p < .005$

TABLA 3. Resumen del modelo.

Modelo	R cuadrado	F	Sig.
1	,246	28,30	,000
2	,301	26,53	,000
3	,337	19,74	,000
4	,486	31,03	,000

Para este análisis en una primera ecuación se han introducido las variables pertenecientes a la *personalidad* obteniendo una contribución interesante ( $F=28,30$ ,  $p=.00$ ). Siendo las variables extraversión ( $\beta=.22$   $p<.01$ ), apertura ( $\beta=.18$   $p<.01$ ), las que más contribuyen en la variable predictora reparación emocional. En un segundo bloque se introdujeron las variables emocionales atención y claridad volviéndose a producir un aumento importante de la varianza explicativa ( $F= 26.53$ ,  $p=.00$ ). El tercer bloque es el referido a la *empatía* ( $F= 19,74$ ,  $p=.00$ ). La contribución de esta variable específicamente la que mayor contribución realiza es la referida a la adopción de perspectiva ( $\beta=.13$   $p<0.01$ ). En último término se



## PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

introdujo el bloque primero optimismo y posteriormente pesimismo. El optimismo ha sido mayormente significativa ( $F=31,03, p=.00$ ), tomando unos de los valores más elevados de toda la muestra de variables ( $\beta=.46, p<.00$ ), inversamente a los valores negativos obtenidos con el factor pesimismo.

## CONCLUSIONES

Es necesario tener en cuenta que nuestro estudio parte de un trabajo en el que se ha utilizado un instrumento de auto-informe para evaluar la inteligencia emocional, por lo que este tipo de medida son propensas a los problemas de deseabilidad social. Esto puede ocasionar sesgos perceptivos sobre la capacidad propia respecto al manejo de las propias emociones (Fernández-Berrocal y Extremera, 2005). Además de esto este instrumento no nos aporta una puntuación total de la misma, por lo que cabe ser cautos en la interpretación de los resultados.

En general resultados obtenidos en este estudio, nos permiten establecer algunas reflexiones y conclusiones. Por un lado, se puede entender que la *empatía* es una variable que parece relacionarse con aspectos de personalidad, así como con los de optimismo / pesimismo. Por otro lado, que los resultados obtenidos parecen indicar fuertes contribuciones entre las variables emocionales y de empatía. Son además interesantes los resultados obtenidos referidos a la relación de la variable *optimismo* en cada una de las variables referidas a la empatía. A su vez es a destacar la explicación de la variable optimismo hacia el resto de variables analizadas.

Respecto a la relación entre el factor atención emocional y optimismo no se han encontrado relaciones significativas tal y como apuntan otros estudios (Fierro, 2006; Gignac, 2006; Anadón, 2006). Si se han encontrado correlaciones entre las variables claridad y reparación emocional con el optimismo y de forma negativa con el pesimismo, lo que indica que los sujetos con mayores índices para entender y regular sus emociones poseen una visión más positiva de los acontecimientos que les sucederán en la vida. En relación a estos otros estudios han determinado que las personas con mayor regulación emocional muestran una mejora en las relaciones sociales y bienestar subjetivo (Cabello-González et al., 2006). Por nuestra parte cabe plantearse la función de la empatía y la personalidad en esta mejora de bienestar, además de las ya mencionadas. La relación encontrada entre la reparación emocional y optimismo disposicional viene ya determinada en otros estudios anteriores (Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995).

Atendiendo a los resultados obtenidos consideramos interesante seguir estudiando las relaciones y contribuciones existentes en este grupo de variables, sociales, personales y emocionales pero con la utilización de instrumentos que midan habilidades como el MSCEIT (Mayer, Salovey, Caruso, 2002; Adaptación al castellano por Extremera & Fernández-Berrocal, 2002b).

Con respecto a la aportación de la variable optimismo disposicional a la reparación emocional ( $\beta=.46, p<.00$ ), conviene de nuevo matizar la importancia de este tipo de pensamiento positivo hacia los avatares y circunstancias de la vida, lo cual indica que esta actitud de afrontamiento hacia el éxito contribuye en una mejora de la regulación de las situaciones emocionales. Estudios referidos a la relación del factor optimismo hacia la resolución positiva de problemas vienen indicando que las personas con alto índice de optimismo tienden a enfrentarse mejor a los problemas y como consecuencia a encontrar mejores respuestas a los mismos (Vera-Villaruel y Guerrero, 2003). Por tanto, el pesimismo disposicional contribuirá de forma negativa en la reparación emocional.

Sería por tanto interesante seguir avanzando en este tipo de variables con el fin de entender la importancia de estas en determinados aspectos y ámbitos. Por nuestra parte nos motiva el hecho de seguir avanzando en estudios que nos aporten luz para poder posteriormente implementar desde distintos ámbitos como el educativo estilos, perfiles o patrones favorables hacia la mejora emocional, social y personal de las personas. Considerando esta mejora como un factor indispensable a la hora de conseguir afrontar y conseguir una sociedad mejor.

**¿CONTRIBUYE EL OPTIMISMO EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, LA EMPATÍA Y LA PERSONALIDAD?**

## BIBLIOGRAFIA

- Ahrens, A.H. y Haaga, D.A. (1993). The specificity of attributional style and expectations to positive and negative affectivity, depression, and anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 17, 93-98.
- Anderson, G. (1996). The benefits of optimism: a meta-analytic review of the life orientation test. *Personality and Individual Differences*, 21, 719-725.
- Anadón Revuelta, Óscar (2006). Inteligencia emocional percibida y optimismo disposicional en estudiantes universitarios. REIFOP, 9 (1). (Enlace web: <http://www.aufop.com/aufop/home/>).
- Avia, M. D. y Vázquez, c. (1999). *Optimismo Inteligente*. Psicología de las emociones positivas. Madrid: Alianza Editoriales.
- Bar-On, R. (1997). *The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): a test of emotional intelligence*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: insights from the emotional quotient inventory. In R. Bar-On & J.D.A. Parker (eds.): *Handbook of emotional intelligence* (pp. 363-388). San Francisco: Jossey-Bass.
- Bar-On, R. (2007). The Bar-On model of emotional intelligence: A valid, robust and applicable EI model. *Organisations & People*, 14, 27-34.
- Boland, A. y Cappeliez, P. (1997). Optimism and neuroticism as predictors of coping and adaptation in older women. *Personality and Individual Differences*, 22, 909-919.
- Cabello-Gonzalez, R., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D. & Extremera, N. (2006). "Diferentes medidas de regulación emocional". *Ansiedad y Estrés*, 12 (2-3), 155-166.
- Caver, C., y Scheier, M. (2001). Optimism, pessimism, and self-regulation. In E. Chang (Ed.). *Optimismo and pessimismo. Implications for theory, research and practice* (pp. 31-51). Washington, DC: American Psychological Association.
- Chang, E.C. (1998a). Dispositional optimism and primary and secondary appraisal of a stressor: controlling for confounding influences and relations to coping and psychological and physical adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1.109-1.120.
- Chang, E.C., D'Zurilla, T.J. y Maydeu-Olivares, A. (1994). Assessing the dimensionality of optimism and pessimism using a multimeasure approach. *Cognitive Therapy and Research*, 18, 143-160.
- Chang, E.C., Rand, K.L. y Strunk, D.R. (2000). Optimism and risk for job burnout among working college students: stress as a mediator. *Personality and Individual Differences*, 29, 2, 255-264.
- Chang, E.C. (2001). Introduction: optimism and pessimism and moving beyond the most fundamental questions. En E. C. Chang (Ed.). *Optimismo and pessimismo. Implications for theory, research and practice* (pp. 4-12). Washington, DC: American Psychological Association.
- Chico, E. (2002). Optimismo disposicional como predictor de estrategias de afrontamiento. *Psicothema* 14 (3), 544-550.
- Cohen, S., Kamarch, T. y Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 386-396.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). Normal personality assessment in clinical practice: The NEO Personality Inventory. *Psychological Assessment*, 4, 5-13.
- Davis, M. H. (1980) A multidimensional approach to individual differences in empathy. *Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85, (pp.1-17)
- Davis, M. H. (1996). *A Social Psychological Approach*. Westview Press.
- Eisenberg, N., Fabes R.A, Nyman, Guthrie, I. K., Reiser, M. (2000). Dispositional emotionality and regulation: their role in predicting quality of social functioning. *Journal Personality and social psychology* 78 (1), 136-157.
- Extremera, N., Duran, A., t Rey, L. (2007). Perceived emotional intelligence and dispositional optimism-pessimism: analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 42, 1069-1079.





## PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

- Extremera A, N. & Fernández-Berrocal, P. (2002b). Cuestionario MSCEIT (versión española 2.0) de Mayer, Salovey y Caruso. Toronto, Canada: Multi-Health Systems Publishers.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2003). La inteligencia emocional: Métodos de Evaluación en el Aula. *Revista Iberoamericana de Educación*.
- Eysenck, S.B.G., Eysenck, H.J. y Barrett, P.T. (1985). A revised version of the psychoticism scale. *Personality and Individual Differences*, 6, 21-29.
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2005). "La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Salovey y Mayer". *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 63-93.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. & Ramos, N. (2004). "Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale". *Psychological Reports*, 94, 751-755.
- Fernández, I. y López, B. (2007, septiembre) *Cuestionario de Empatía Cognitiva y Afectiva: una medida alternativa*. Ponencia presentada en el I Congreso Internacional de Inteligencia emocional. Málaga.
- Ferranod, P., Chico, E. & Tous, J. (2002). "Propiedades psicométricas del test de optimismo Life Orientation Test". *Psicothema*, 14 (3), 673-680.
- Fierro, A. (2006). "La inteligencia emocional ¿se asocia a la felicidad? Un apunte provinciano". *Ansiedad y estrés*, 12 (2-3), 241-249.
- Gignac, G. (2006). "Self-reported emotional intelligence and life satisfaction: Testing incremental predictive validity hypotheses via structural equation modeling (SEM) in a small sample". *Personality and Individual Differences*, 40, 1569-1577.
- Guillham, J. E., Shatté, A. J., Reivich, K. J., y Seligman, M. E. P. (2001). Optimism, pessimis and exploratory style. En E. C. Chang Chang (Ed.). *Optimismo and pessimismo. Implications for theory, research and practice* (pp. 53-75). Washington, DC: American Psychological Association.
- Hogan, R. (1969) Development of an Empathy Scale. *Counseling and Clinical Psychology*, 33, 307-316.
- Jackson, P. L., Brunet, E., Meltzoff, A. N., & Decety, J. (2006). Empathy examined through the neural mechanisms involved in imagining how I feel versus how you feel pain. *Neuropsychologia*, 44, 752-61.
- López-Pérez, B., Fernández-Pinto, I. y Abad, F. J. (2008) TECA. Test de Empatía Cognitiva y Afectiva. Madrid: Tea Ediciones, S.A.
- Marshall, G., Wortman, C., Kusulas, J., Hervig, L. y Vickers, R. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relation to fundamental dimensions of Mood and Personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(6), 1.067-1.074.
- Martínez-Correa, A., Reyes del Paso, G., garcía-León, A., y González-Jareño, M. I. (2006). Optimismo/pesimismo disposicional y estrategias de afrontamiento del estrés. *Psycothema* 18 (1), 66-72.
- Maydeu-Olivares, A., D'Zurilla, T. J. (1996). A factor-analytic study of the social problems solving in collage students, middle-ages and elderly adults. Paper at the 66<sup>th</sup> Annual Meeting of the Midwesatern Psychological Association. Chicago (IL).
- Mayer, J. D., y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. (2000). Models of emotional intelligence. En R.J. Sterbner (ed), *Handbook of Intelligence* (pp.396-420). New York: Cambridge.
- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. (2002). Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) item booklet. Toronto, Canada: Multi-Health Systems Publishers.
- Mayer, J.D., Roberts, R.R., Bersade, S.G. (2008). Human Abilities: Emotional Intelligence. *Annu. Rev. Psychology* 2008. 59.507-36. The Annual Review of Psychology is online at <http://psych.annualreviews.org>

**¿CONTRIBUYE EL OPTIMISMO EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, LA EMPATÍA Y LA PERSONALIDAD?**

- Mroczek, D.K., Spiro III, A., Aldwin, C.M., Ozer, D.J. y Bosse, R. (1993). Construct validation of optimism and pessimism in older men: Findings from the normative aging study. *Health Psychology, 12*, 406-409.
- Olason, D.T. y Roger, D. (2001). Optimism, pessimism and «fighting spirit»: a new approach to assess expectancy and adaptation. *Personality and Individual Differences, 31*, 755-768.
- Otero, J. M., Luengo, A., Romero, E., Gómez-Fraguela, J. & Castro, C. (1998). Psicología de la Personalidad. Manual de prácticas. Barcelona: Ariel Practicum.
- Peterson, C. & Seligman, M. (1984). "Causal explanation as a risk factor in depression: Theory and evidence". *Psychological Review, 91*, 347-374.
- Remor, E., Amorós, M., y Carboles, J. A. (2006). El optimismo y la experiencia de ira en relación con el malestar físico. *Anales de Psicología, 22*, 37-44.
- Rim, Y. (1974). Correlates of emotional empathy. *Science Paed. Experimental, 11*, 197-201.
- Rizzolatti, G. y Singaglia, G. (2006) *Las neuronas espejo. Los mecanismos de la empatía emocional*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Rozman, E. B. y Rozin, P. (2006). Limits of Symhedonia: The Differential Role of Prior Emotional Attachment in Sympathy and Sympathetic Joy. *Emotion, 6 (1)*, 82-93.
- Salovey, P. & Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality, 9*, 185-211.
- Salovey, P., Mayer J., Goldman, S., Turvei, C. & Palfai, T. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En PENNEBAKER J. W. (ed.), *Emotion, Disclosure & Health*. Washington, D. C.: American Psychological Association, 125-154.
- Scheier, M. y Carver, C.S. (1985). Optimism, Coping, and Health: Assessment and Implication of Generalized Outcome Expectancies. *Health Psychology, 4*, 219-247.
- Scheier, M., Weintraub, J. y Carver, C.S. (1986). Coping with stress: Divergent strategies of optimists and pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1.257-1.264.
- Scheider M. & Carver, C. (1987). "Dispositional optimism and physical well-being: the influence of generalized outcome expectancies on health". *Journal of personality, 55*, 169-210.
- Scheier, M.F., Carver, C.S. y Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self mastery and self esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 1.063-1.078.
- Schou, I., Ekeberg, O., Ruland, C., Sandvik, L. & Karesen, R. (2004). "Pessimism as a predictor of emotional morbidity one year following breast cancer surgery". *Psicho-oncology, 13*, 309-320.
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden, C.J., et al. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences, 25*, 167-177.
- Seligman, M.E.R. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist, 55* 5-14.
- Sharmay-Tsoory, S.G., Tormer, R., Goldsher, D., Berger, B. D. y Aharon-Peretz, J. (2004) Impairment in Cognitive and Affective Empathy in Pa-tients with Brain Lesions: Anatomical and Cognitive Correlates. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology, 26 (8)*, 1113-1127.
- Stotland, E. (1969). Exploratory investigations of empathy. En Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology, 4*, p.272.
- Sweetman, M.E., Munz, D.C. y Wheeler, R.J. (1993). Optimism, hardiness, and explanatory style as predictors of general well-being among attorneys. *Social Indicators Research, 29*, 153-161.
- Vera-Villarroel, P. E. y Guerrero, A. (2003). Diferencias en habilidades de resolución de problemas sociales en sujetos optimistas y pesimitas. *Universitas Psicológica, 2 (1)*, 21-26.
- Vickers, K.S. y Vogeltanz, N.D. (2000). Dispositional optimism as a predictor of depressive symptoms over time. *Personality and Individual Differences, 28(2)*, 259-272.



PSICOLOGÍA Y SOCIEDAD: SIGLO XXI, COMPETENCIAS RELACIONALES

Wispé, L. (1978) *Altruism, sympathy and helping: Psychological and sociological principles* New York: Academic.

Wispé, L. (1986) The distinction between sympathy and empathy: To call for a concept a word is needed.

*Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 314-321.

*Fecha de recepción: 28 febrero 2009*

*Fecha de admisión: 19 marzo 2009*

