

XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2021.

La positividad como predictor de bienestar en adultos con síntomas de Ansiedad.

Rivarola, María Fernanda, Rovella, Anna Teresa y Giaroli, Alicia Evelina.

Cita:

Rivarola, María Fernanda, Rovella, Anna Teresa y Giaroli, Alicia Evelina (2021). *La positividad como predictor de bienestar en adultos con síntomas de Ansiedad*. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-012/730>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/even/xON>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

LA POSITIVIDAD COMO PREDICTOR DE BIENESTAR EN ADULTOS CON SINTOMAS DE ANSIEDAD

Rivarola, María Fernanda; Rovella, Anna Teresa; Giaroli, Alicia Evelina
Universidad Nacional de San Luis. San Luis, Argentina.

RESUMEN

En la presente investigación, la atención se centra en la positividad, entendida como un rasgo estable de la personalidad que predispone a la persona a tener una actitud positiva ante la vida cotidiana y el futuro y su medida podría considerarse como una variable predictora de bienestar psicológico en adultos con sintomatología ansiosa. La ansiedad es una emoción que, dependiendo de la circunstancia, puede ser adaptativa o completamente nociva para el individuo, convirtiéndose en fuente de malestar. Es un estudio transversal, descriptivo-correlacional, realizado con 142 sujetos, con una edad media de 39 años. Se les administró la Escala de Positividad y la Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7), utilizando el Google forms a través de las redes sociales, para la recolección de la información. Las escalas mostraron índices adecuados de confiabilidad y validez. Los participantes manifestaron niveles de positividad por debajo del promedio, que correlacionan negativamente con la presencia de síntomas de ansiedad moderada ($r = -.209$; $p < 0.05$). Conclusión: La positividad, con sus dimensiones subyacentes (autoestima, satisfacción vital y optimismo) se consideraría como un recurso clave para amortiguar los efectos negativos de la ansiedad, promoviendo la percepción de los eventos como predecibles, impulsando un mayor ajuste y bienestar psicológico posterior.

Palabras clave

Positividad - Ansiedad - Adultos

ABSTRACT

POSITIVITY AS A PREDICATOR OF WELL-BEING IN ADULTS WITH ANXIETY SYMPTOMS

In the present research, the focus is on positivity, understood as a stable personality trait that predisposes the person to have a positive attitude towards daily life and the future and its measurement could be considered as a predictor variable of psychological well-being in adults with anxious symptoms. Anxiety is an emotion that, depending on the circumstance, can be adaptive or completely harmful for the individual, becoming a source of discomfort. It is a cross-sectional, descriptive-correlational study, carried out with 142 subjects, with a mean age of 39 years. They were administered the Positivity Scale and the Generalized Anxiety Scale (GAD-7), using Google forms through social networks, to collect information. The scales showed adequate indi-

ces of reliability and validity. The participants showed levels of positivity below the average, which correlate negatively with the presence of moderate anxiety symptoms ($r = -.209$; $p < 0.05$). Conclusion: Positivity, with its underlying dimensions (self-esteem, life satisfaction and optimism) would be considered as a key resource to cushion the negative effects of anxiety.

Keywords

Positivity - Anxiety - Adults

BIBLIOGRAFÍA

- Alessandri, G., Caprara, G. V. y Tisak, J. (2012). The unique contribution of positive orientation to optimal functioning: Further explorations. *European Psychologist*, 17, 44-54. Doi: 10.1027/1016-9040/a000070
- Caprara, G.V., Eisenberg, N., Kupfer, A., Steca, P., Abela, J., Yamguchi, S. & Fukuzawa, A. (2012b). The Positivity Scale. *Psychological Assessment*, 24, 701-712. doi:10.1037/a0026681
- Cía, A. H. (2007). La ansiedad y sus trastornos: Manual diagnóstico y terapéutico. En A. Cía (Ed.), *La ansiedad y sus trastornos: manual diagnóstico y terapéutico* (pp. 494-494). Polemos.