

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.