

# LOS AFECTOS COMO MEDIADORES DE LA RELACIÓN OPTIMISMO Y BIENESTAR

## THE MEDIATING ROLE OF AFFECTS IN THE RELATION BETWEEN OPTIMISM AND WELL-BEING

Pablo Vera-Villarroel<sup>\*,\*\*</sup>, Karem Celis-Atenas<sup>\*\*</sup>,  
Alfonso Urzúa<sup>\*\*\*</sup>, Jaime Silva<sup>\*\*\*\*</sup>,  
Daniela Contreras<sup>\*\*</sup> y Sebastián Lillo<sup>\*\*</sup>

### Resumen

Bajo un diseño no experimental transversal, se evalúa el rol mediador de los afectos (positivo y negativo) en la relación entre optimismo y bienestar (subjetivo y psicológico). Un total de 421 personas, entre 18 y 60 años sin patología mental diagnosticada, participaron en este estudio. Cada participante respondió un set de cuestionarios (optimismo, felicidad, satisfacción con la vida, bienestar psicológico, afecto positivo y negativo). Las relaciones entre las variables se encuentran ajustadas a lo esperado teóricamente: optimismo y bienestar se correlacionan de forma negativa con afecto negativo y de forma positiva con afecto positivo. Los indicadores de ajuste son moderados y muestran que la relación entre optimismo y bienestar (subjetivo y psicológico) es mediada por los afectos. Por lo tanto, el optimismo podría ser considerado como promotor de los niveles de bienestar de las personas, mediada esta relación por los afectos. Los resultados obtenidos contribuyen a los modelos explicativos del bienestar basado en variables internas.

**Palabras clave:** optimismo, bienestar subjetivo, bienestar psicológico, afecto.

### Abstract

Using a cross-sectional non-experimental design, the mediating role of (positive and negative) affects was assessed in the relation between optimism and well-being (subjective and psychological). A total of 421 people aged between 18 and 60 years with no diagnosed mental pathology participated in this study. Each participant responded to a set of questionnaires (optimism, happiness, satisfaction with life, psychological well-being, positive and negative affect). The relations between the variables are what was expected theoretically: optimism and well-being are correlated negatively with negative affect and positively with positive affect. The indicators of fit are moderate and show the relation between optimism and well-being (subjective and psychological) mediated by the affects. Therefore, optimism could be considered a promoter of the levels of people's well-being, with this relation being mediated by the affects. The results obtained contribute to the explanatory models of well-being based on internal variables.

**Key words:** optimism, subjective well-being, psychological well-being, affect.

Recibido: 03-09-15 | Aceptado: 25-01-16

### Introducción

En la actualidad el estudio del bienestar se ha centrado en analizar la naturaleza de los procesos que permiten que las personas se sientan bien (Bu-

tkovic, Brkovic y Bratko, 2012). Dos principales dimensiones definen el bienestar: el bienestar psicológico y el bienestar subjetivo, las que responden a una tradición eudaimónica y otra hedónica, respectivamente (Dodge, Daly, Huyton y Sanders, 2012; Henderson y Knight, 2012; Sanjuan, 2011).

Desde la tradición eudaimónica, el bienestar se relaciona con el vivir bien y la actualización del potencial humano (Deci y Ryan, 2008). Actualmente el modelo de bienestar psicológico más ampliamente validado es el modelo multidimensional de Carol Ryff (Ryff, 1989), quien lo estructura en seis com-

\* Pablo Vera-Villarroel, USACH, Universidad de Santiago de Chile, Chile  
\*\* Karem Celis-Atenas, Daniela Contreras y Sebastián Lillo, USACH, Centro de innovación en tecnologías de la información para aplicaciones sociales (CITIAPS), Chile  
\*\*\* Alfonso Urzúa, Universidad Católica del Norte, Chile  
\*\*\*\* Jaime Silva, Universidad del Desarrollo, Chile  
E-Mail: pablo.vera@usach.cl  
REVISTA ARGENTINA DE CLÍNICA PSICOLÓGICA XXV p.p. 195-202  
© 2016 Fundación AIGLE.

(1) Agradecimiento: esta investigación contó con el apoyo del proyecto FONDECYT 1140211 y PMI USA 1204, Ministerio de Educación.

ponentes: autoaceptación, crecimiento personal, propósito de vida, relaciones positivas con otros, dominio ambiental y autonomía (Dodge, Daly, Huyton y Sanders, 2012; Pérez-Aldeguer, 2014; Vera-Villarroel, Urzúa, Silva, Pavez y Celis-Atenas, 2013).

La perspectiva hedónica se centra en cómo las personas piensan y sienten sus vidas (Deci y Ryan, 2008). Desde esta perspectiva, se propone que el bienestar subjetivo está compuesto por un aspecto afectivo (felicidad) y un aspecto cognitivo (satisfacción con la vida) (Diener, Oishi y Ryan, 2013; Rojas y Veenhoven, 2013; Rodríguez, 2015; Schimmack, 2007).

En los últimos años, la investigación relacionada al bienestar psicológico y subjetivo ha mostrado su relación positiva con optimismo, esperanza de vida, longevidad, salud, apoyo social percibido, resiliencia, prácticas e indicadores de la conducta sexual y una relación negativa con depresión, ansiedad, estrés (Avey, Luthans, Smith y Palmer, 2010; Chavarría y Barra, 2014; Contreras, Lillo y Vera-Villarroel, 2015; Fernandes de Araújo, Teva y Bermúdez, 2015; Londoño, Velasco, Alejo, Botero, Vanegas, 2014; Marrero y Carballeira, 2010; Novoa y Barra, 2015; Von Humboldt y Leal, 2014; Xu y Roberts, 2010).

A pesar de los avances en el estudio del bienestar, los resultados reportados a nivel investigativo aún no permiten determinar cómo las personas evalúan sus niveles de bienestar y qué elementos estarían relacionados a esta evaluación (para una revisión detallada ver Vera-Villarroel, Pavez y Silva, 2012). En este sentido, parece relevante tener mayor claridad en la medición del Bienestar y el desarrollo de estudios que permitan cuantificar qué variables permiten aumentar los niveles de bienestar de las personas, tanto a nivel individual como colectivo (Davidson, Mostofsky y Whang, 2010; Veenhoven, 2009).

Teniendo en cuenta esta falencia en el campo de estudio del bienestar, Vera-Villarroel, Pavez y Silva (2012) han propuesto un modelo explicativo del Bienestar en el cual se plantea el rol del optimismo como una posible variable predisponente del bien-

estar. Se entiende el optimismo como la disposición de las personas a evaluar de forma positiva la ocurrencia de eventos futuros y no necesariamente una valoración global de su vida actual (Carver, Sheier y Segerstrom, 2010; Gázquez Linares, Pérez Fuentes, Mercader Rubio e Inglés Saura, 2014; Pedrosa, Celis-Atenas, Suárez-Álvarez, García-Cueto y Muñiz, 2015).

Existe evidencia empírica que ha sustentado la relación positiva entre optimismo y las dimensiones del bienestar psicológico (Augusto-Landa, Pulido-Martos y López-Zafra (2011) y bienestar subjetivo (Eid y Diener, 2004; Makikangas y Kinnunen, 2003; Vera-Villarroel, Celis-Atenas y Cordova-Rubio, 2011), sin embargo el estudio de variables disposicionales ha cuestionado el aporte directo de esta variable como predictora del bienestar, proponiéndose que esta relación estaría mediada por los afectos (García y Erlandsson, 2011; Schimmack, 2007; Şimşek y Koydemir, 2013). En esta línea, Lench (2011) ha presentado evidencia de la relación entre afectos (positivos y negativos) y optimismo, donde muestra que esta asociación está medida por el esfuerzo que realizan las personas por lograr sus objetivos cuando estos son alcanzables, los que se retiran cuando se aprecian como esfuerzos inalcanzables. El autor concluye que los afectos cumplirían un rol mediador en la relación del optimismo y salud, siendo de interés el evaluar si este efecto mediador se replica con bienestar.

En resumen, los hallazgos relacionados a las variables positivas muestran evidencia en torno a la relación existente entre optimismo y bienestar (psicológico y subjetivo). Se han mostrado indicios de la relación entre variables disposicionales y bienestar mediada por los afectos y el rol de los afectos en la relación entre optimismo y salud. De esta forma, el presente estudio propone analizar la relación existente entre optimismo y bienestar y cómo los afectos jugarían un rol mediador en esta relación.

**Figura 1. Modelo estructural que evalúa el rol mediador de los afectos en la relación entre optimismo y bienestar (subjetivo y psicológico)**



## Método

Participantes: 421 personas, 207 hombres y 214 mujeres entre 18 y 60 años de edad (Media = 32,12. D.E. = 11,90) participaron de este estudio. Se consideró como criterio de exclusión el que los participantes tuviesen diagnóstico de patología mental, consignado a través de auto-reporte.

### *Instrumentos:*

Cuestionario de Satisfacción con la Vida (SWLS, Diener, Larsen, Levine y Emmons, 1985). A través de cinco preguntas realiza una valoración global de la vida de la persona en una escala Likert de 1 (muy en desacuerdo) a 7 (muy de acuerdo). La estimación de la confiabilidad (alfa de cronbach) en diversos estudios oscila entre 0,79 y 0,89 y una estructura unifactorial (Gouveia et al., 2009; Pavot y Diener, 1993). La adaptación en Chile muestra un buen ajuste del cuestionario (Vera-Villarroel, Urzúa, Pavez, Celis-Atenas y Silva, 2012).

Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS, Watson, Clark y Tellegen, 1988). Esta escala contiene 10 preguntas que evalúan afecto positivo y 10 preguntas que evalúan afecto negativo en una escala likert de 1 (muy en desacuerdo) a 5 (muy de acuerdo) (Watson et al., 1988). Las estimaciones de la consistencia interna han variado de 0,86 hasta 0,90 para la escala del afecto positivo; y de 0,84 hasta 0,87 para la de afecto negativo (Watson et al., 1988). La adaptación en Chile ha mostrado adecuados indicadores de confiabilidad y validez en universitarios (Dufey y Fernández, 2012).

Escala de Felicidad (Lyubomirsky y Lepper, 1999). Escala compuesta por cuatro ítems, que da acercamiento subjetivo a la evaluación de la felicidad (Lyubomirsky y Lepper, 1999). En cuanto a indicadores de confiabilidad y validez, en diversos estudios se han encontrado altos índices de consistencia interna, estabilidad temporal y validez (Lyubomirsky y Lepper, 1999; Figueiredo, Zanon y Koller, 2014; Vera-Villarroel, Celis-Atenas, Cordova-Rubio, 2011).

Test de Orientación Vital revisado (LOT-R, Scheier, Carver y Bridges, 1994, en la versión española de Otero-López et al., 1998). LOT-R consta de 10 ítems en total, de los cuales 6 ítems corresponden a la medida de optimismo y los otros 4 ítems son de relleno para hacer menos evidente el contenido, con una escala Likert de 1 (muy en desacuerdo) a 4 (muy de acuerdo). La estimación de confiabilidad se ha encontrado en 0,70 (Ferrando, Chico y Tous, 2002; Chico, 2002) y en la población chilena su adaptación obtuvo un alfa de Cronbach de 0,65, replicando la estructura factorial original (Vera-Villarroel et al., 2009ab).

Escala de bienestar de Ryff (Ryff (1989). Instrumento que evalúa con una escala likert los niveles de bienestar psicológico. La versión adaptada al español realizada por Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo et al. (2006) cuenta con un total de seis escalas y 29 ítems a los que las personas deberán responder con puntuaciones comprendidas entre 1 (totalmente en desacuerdo) y 6 (totalmente de acuerdo). Este instrumento cuenta con adecuadas propiedades psicométricas de confiabilidad y validez factorial tanto en diversos países de habla inglesa como hispana (Chitigian, Urzúa y Vera-Villarroel, 2013; Gallardo y Moyano-Díaz, 2012; Rodríguez-Carvajal, Díaz-Méndez, Moreno-Jiménez, Blanco-Abarca y van Dierendonck, 2010; Vera-Villarroel et al., 2013).

### *Procedimiento*

La investigación contó con la aprobación de los Comités de Ética científica de CONICYT y de la Universidad de Santiago de Chile. A los participantes se les informó respecto a la tarea a realizar y se hizo entrega de un consentimiento informado, con los objetivos, deberes y derechos dentro de la investigación y el uso confidencial de la información entregada. Una vez firmado el consentimiento se hizo entrega del conjunto de cuestionarios a responder. Para la selección de participantes se realizaron contactos con organizaciones (universidades, colegios, institutos, etc.) y se visitaron sitios de afluencia masiva para la aplicación de los cuestionarios. La aplicación se realizó en papel, de forma masiva e individual a partir de los contactos realizados.

### *Análisis de Datos*

El análisis de datos se realizó utilizando un modelo de ecuaciones estructurales (Arias, 2008, Ruiz, Pardo, y San Martín, 2010). Primero se calculó media, desviación estándar y correlación de Pearson para cada una de las variables de estudio. Posterior a estos análisis se realizó cálculo de puntuación factorial para las variables de bienestar psicológico, considerando los puntajes en las dimensiones del cuestionario de bienestar de Ryff (auto aceptación, relaciones positivas, dominio del entorno, autonomía, propósito en la vida y crecimiento personal) y la variable bienestar subjetivo, tomando las puntuaciones en el cuestionario de felicidad y satisfacción con la vida.

Para el modelo propuesto se utilizó estimación de máxima verosimilitud. Para el ajuste al modelo se consideró Chi cuadrado, CFI (Índice de bondad de ajuste comparativo), RMSEA (Raíz del residuo cuadrático promedio de aproximación), y NFI (Índice

Tabla 1. Estadísticos Descriptivos

	MEDIA	D.E.
Optimismo	17,25	3,78
Bienestar Subjetivo		
Felicidad	21,41	4,36
Satisfacción con la Vida	25,91	6,70
Bienestar Psicológico		
Auto aceptación	20,05	3,20
Relaciones Positivas	18,67	4,08
Autonomía	28,12	5,07
Dominio del Entorno	24,12	4,06
Crecimiento Personal	17,16	2,23
Propósito de Vida	25,00	4,17
Afecto		
Afecto Positivo	34,69	7,83
Afecto Negativo	19,08	6,57

Tabla 2. Correlación de Pearson entre variables de estudio

	1	2	3	4	5
1. Optimismo	--	0,51**	-0,33**	0,54**	0,52**
2. Afecto Positivo	0,51**	--	-0,20**	0,62**	0,52**
3. Afecto Negativo	-0,33**	-0,20**	--	-0,39**	-0,40**
4. Bienestar Psicológico	0,54**	0,62**	-0,39**	--	0,76**
5. Bienestar Subjetivo	0,52**	0,53**	-0,40**	0,76**	--

\* $p < 0,05$  \*\* $p < 0,01$ 

Tabla 3. Índice de Ajuste obtenido para modelo

	CHI2	GL	CHI2/GL	CFI	NFI	RMSEA	I.C. RMSEA
Modelo	39,424	3	13,14	0,957	0,954	0,170	0,125- 0,219

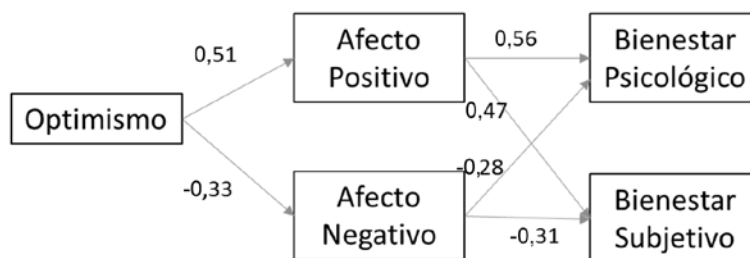
de ajuste normalizado) (Browne y Cudeck 1993; Hu y Bentler 1999; Ruiz et al., 2010). Un valor no significativo del chi cuadrado indica el ajuste al modelo, aunque dado que se conoce que este indicador es sensible al tamaño muestral, es por esto que se consideró la razón chi cuadrado/grados de libertad (Ruiz et al., 2010; Tabachnick y Fidell 2007) y se analizan los indicadores nombrados previamente. La recomendación para el análisis del valor CFI y NFI es que sea inferior a 0,95 y para RMSEA que se obtenga un valor inferior a 0,08 (Ruiz et al., 2010). No obstante, hay un consenso generalizado en considerar que estos valores son sólo orientativos (Marsh, Wen

y Hau, 2004), y que para índices como el CFI y NFI, criterios más antiguos (valores iguales o superiores a 0,90) son considerados como un límite inferior aceptable.

## Resultados

Medias, desviación estándar (tabla 1) y correlaciones entre las variables de estudio son presentadas en tabla 2. Se observa que la correlación entre las variables es significativa en todos los casos. Se encuentran relaciones significativas y negativas entre variables esperadas como optimismo y afecto

**Figura 2. Modelo de ecuaciones estructurales de la relación entre optimismo y bienestar medido por afecto positivo y negativo**



negativo, y relaciones significativas y positivas entre optimismo y bienestar subjetivo y psicológico.

El ajuste al modelo evaluado se presenta en tabla 3. Se encuentra que los indicadores de CFI y NFI se ajustan de manera adecuada, encontrándose un ajuste moderado para el modelo total con las correspondientes liberaciones entre errores (Ruiz et al., 2010).

En Figura 2 se presenta el modelo resultante con los pesos estandarizados obtenidos para cada una de las variables evaluadas. En resumen, se obtiene que el optimismo causaría el bienestar tanto psicológico como subjetivo y esta relación está mediada por afecto positivo y negativo.

## Discusión

El objetivo de este estudio fue evaluar el rol mediador del afecto en la relación entre optimismo y bienestar (subjetivo y psicológico).

Los resultados obtenidos aportan evidencia a los hallazgos encontrados en estudios previos que muestran la relación existente entre optimismo y bienestar (Augusto-Landa et al., 2011), optimismo y salud (Vera-Villarroel y Celis-Atenas, 2014), optimismo y ansiedad (Pavez, Mena y Vera-Villarroel, 2012), y el modo en que los afectos juegan un rol mediador en esta relación. Si bien es necesario considerar los presentes resultados con cautela, dado que no todos los indicadores se ajustan a lo descrito por la literatura previa (Ruiz et al., 2010).

La posibilidad de que los afectos medien esta relación optimismo-bienestar podría ser explicada bajo el modelo de autorregulación emocional (Gross, 2002), el cual propone que las personas generan estrategias dirigidas a mantener, aumentar o suprimir un estado afectivo, por tanto, las personas al experimentar emociones positivas, mantienen este estado afectivo positivo, lo cual impacta en sus niveles de bienestar.

Por otra parte, los hallazgos del presente estudio pueden mostrar contribuciones importantes en el ámbito de la práctica clínica apoyando el diseño de

planes de tratamiento personalizados. Desde este punto de vista, los presentes resultados aportarían evidencia a la importancia de incorporar variables y aspectos psicológicos de acuerdo a cada sujeto en particular o a tipos de trastornos específicos. De la misma forma, los presentes datos resaltan la importancia del optimismo en la mejora del bienestar, sin embargo esta influencia puede verse favorecida o potenciada con la consideración de la evaluación e intervención a nivel de afectos positivos y/o negativos. Los datos del presente estudio parecen indicar que este fomento debe acompañarse de estrategias cognitivas emocionales en el manejo de los afectos relacionados. De esta forma, los efectos del optimismo en el bienestar podrían potenciarse o incluso podrían constituir uno de los aspectos no considerados a la hora de explicar cuando este tipo de intervenciones no muestra efectos positivos en el bienestar. El no considerar el rol mediador de los afectos en los procesos causales del bienestar aportaría en la explicación sobre los motivos por los cuales determinadas intervenciones no tienen el efecto esperado cuando son aplicadas a la clínica desde la literatura o teoría previa.

Los resultados de este estudio, si bien son preliminares -ya que el estudio fue realizado con una muestra pequeña y en un contexto transversal- aportan evidencia a los modelos Top down que explican la presencia de niveles de bienestar a partir de la influencia que juegan variables internas (Mc Nulty y Finchman, 2012). Es necesario replicar este modelo en contextos longitudinales con el fin de evaluar la estabilidad de los rasgos (optimismo) en la predicción de los niveles de bienestar de las personas y cuantificar el rol moderador de las variables de contexto en esta predicción. Algunas de las relaciones obtenidas previamente por otros estudios, principalmente de corte transversal, podrían estar basadas en relaciones espurias, donde no se ha controlado el efecto de variables extrañas en todos los casos. Estos estudios a menudo no llegan a ser concluyentes sobre la influencia de las posibles variables mediadoras en el bienestar. Así la necesidad de incluir mayores variables de control y principalmente la necesidad de contar con estudios

longitudinales podría contribuir con mayor nivel de evidencia teórica y práctica al momento de diseñar intervenciones clínicas y psicoterapéuticas.

## REFERENCIAS

- Arias, B. (2008). Desarrollo de un ejemplo de análisis factorial confirmatorio con LISREL, AMOS y SAS. Seminario de Actualización en Investigación sobre Discapacidad SAID 2008. Universidad de Valladolid.
- Augusto-Landa, J.M., Pulido-Martos, M., & López-Zafra, E. (2011). Does Perceived Emotional Intelligence and Optimism/pessimism Predict Psychological Well-being? *Journal Happiness Studies*, 12, 463–474. Doi: 10.1007/s10902-010-9209-7.
- Avey, J., Luthans, F., Smith, S., & Palmer, N. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15, 17–28.
- Browne, M.W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136–162). California: Sage.
- Butkovic, A., Brkovic, I., & Bratko, D. (2012). Predicting well being from personality in adolescents and older adults. *Journal Happiness Study*, 13, 455–467. Doi: 10.1007/s10902-011-9273-7
- Carver, C.S., Scheier, M.F., & Segerstrom, S.C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review* 30, 879–889. Doi:10.1016/j.cpr.2010.01.006.
- Chavarría, M.P. y Barra, E. (2014). Satisfacción vital en adolescentes: Relación con autoeficacia y el apoyo social percibido. *Terapia Psicológica*, 32(1): 41–46.
- Chico, E. (2002). Optimismo disposicional como predictor de estrategias de afrontamiento. *Psicothema*, 14, 544–550.
- Chitigian, V., Urzúa, A. y Vera-Villarroel, P. (2013). Análisis Preliminar de las Escalas de Bienestar Psicológico en Población Chilena. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*. 22(1). 5–14
- Contreras, D., Lillo, S., & Vera-Villarroel, P. (2015). Subjective Sexual Well-Being in Chilean Adults: Evaluation of a Predictive Model. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 42(4), 338–52. Doi: 10.1080/0092623X.2015.1053018
- Davidson, K. W., Mostofsky, E., & Whang, W. (2010). Don't worry. Be happy: Positive affect and reduced 10-year incident coronary heart disease: The canadian nova scotia health survey. *European Heart Journal*. 31, 1065–1070.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9 (1–11).
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. y van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18, 572–577.
- Diener, E., Larsen, R., Levine, S., & Emmons, R. (1985) Intensity and Frequency: Dimensions underlying positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1253–1265.
- Diener, E., Oishi, S., & Ryan, K. (2013). Universal and cultural differences in the causes and structure of “happiness” – A multilevel review. In C. Keyes (Ed.), *Mental well-being: International contributions to the study of positive mental health*. (pp. 153–176) Dordrecht, Netherlands: Springer.
- Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., & Sanders, L. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222 – 235. Doi: 10.5502/ijw.v2i3.4
- Dufey, M. y Fernández, A. M. (2012). Validez y confiabilidad del Positive Affect and Negative Affect Schedule (PANAS) en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 34, 157–173.
- Eid, M., & Diener, E. (2004). Global judgments of subjective well-being: Situational variability and long term stability. *Social Indicators Research*, 65, 245–277.
- Ferrando, P., Chico, E. y Tous, J. (2002). Propiedades psicométricas del test de optimismo Life Orientation Test. *Psicothema*, 14, 673–680.
- Fernandes de Araújo, L., Teva, I. y Bermúdez, M. P. (2015). Resiliencia en adultos: una revisión teórica. *Terapia Psicológica*, 33, 257–276.
- Figueiredo, B., Zanon, C. y Koller, S. (2014). Validación y propiedades psicométricas de la versión brasileña de la Escala de Felicidad Subjetiva. *Universitas Psychologica*, 13(1), 17–24.
- Gallardo, I. y Moyano-Díaz, E. (2012). Análisis psicométrico de las escalas Ryff (versión española) en una muestra de adolescentes chilenos. *Universitas Psychologica*, 11(3), 931–939.
- García, D., & Erlandsson, A. (2011). The relationship between personality and subjective well – being: different association patterns when measuring the affective component in frequency and intensity. *Journal of Happiness Studies*, 12, 1023 – 1034. Doi: 10.1007/s10902-010-9242-6.
- Gázquez Linares, J., Pérez Fuentes, M., Mercader Rubio, I. e Inglés Saura, C. (2014). Repercusión del optimismo

- y de los Cinco Grandes factores de la personalidad sobre la salud de personas mayores. *Universitas Psychologica*, 13(3), 995-1004.
- Gouveia, V., Milfont, T., Nunes da Fonseca, P., & Pecanha de Miranda Coelho, J. (2009). Life Satisfaction in Brazil: Testing the psychometric properties of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) in Five Brazilian Samples. *Social Indicators Research*, 90, 267-277. Doi: 10.1007/s11205-008-9257-0.
- Gross, J. (2002). Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291.
- Henderson, L. W., & Knight, T. (2012). Integrating the hedonic and eudaimonic perspectives to more comprehensively understand wellbeing and pathways to wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 196-221. doi:10.5502/ijw.v2i3.3.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cut-off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55.
- Lench, H. (2011). Personality and health outcomes: Making positive expectations a reality. *Journal of Happiness Studies*, 12(3), 493-507. Doi: <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-010-9212-z>.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Londoño, C., Velasco, M., Alejo, I., Botero, P. y Vanegas, J. (2014). ¿Qué nos hace optimistas?: Factores psicosociales predictores al optimismo disposicional en jóvenes. *Terapia Psicológica*, 32(2), 153-164.
- Makikangas, A., & Kinnunen, U. (2003). Psychosocial work stressor and well-being: Self-esteem and optimism as moderators in a one year longitudinal sample. *Personality and Individual Differences*, 35, 537-557.
- Marrero, R. y Caballeira, M. (2010). El papel del optimismo y el apoyo social en el bienestar subjetivo. *Salud Mental*, 33, 39-46.
- Marsh, H. W., Wen, K. T., & Hau, K. T. (2004). Structural equation models of latent interactions: evaluation of alternative estimation strategies and indicator construction. *Psychological Methods*, 9(3), 275-300.
- McNulty, J., & Fichman, F. (2012). Beyond Positive Psychology? Toward a Contextual View of Psychological Processes and Well-Being. *American Psychologist*, 67(2), 101-110. Doi: 10.1037/a0024572.
- Novoa, C. y Barra, E. (2015). Influencia del apoyo social percibido y los factores de personalidad en la satisfacción vital de estudiantes universitarios. *Terapia Psicológica*, 33, 239-245.
- Pavez, P., Mena, L. y Vera-Villarroel, P. (2012). El rol de la felicidad y el optimismo como factor protector de la ansiedad. *Universitas Psychologica*, 11(2), 369-380.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction with Life Scale. *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- Pedrosa, I., Celis-Atenas, K., Suárez-Álvarez, J., García-Cueto, E. y Muñiz, J. (2015). Cuestionario para la evaluación del optimismo: Fiabilidad y evidencias de validez. *Terapia Psicológica*, 33(2), 127-138.
- Peréz-Aldeguer, S. (2014). Los efectos del canto coral sobre el bienestar psicológico en adultos mayores. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 23(3), 199-208.
- Otero-López, J. M., Luengo, A., Romero, E., Gómez, J. A. y Castro, C. (1998). *Psicología de la personalidad. Manual de prácticas*. Barcelona: Ariel Practicum.
- Rodríguez, M. J. (2015). Representación social de la noción de felicidad en estudiantes y profesionales de educación y salud de Chile e Italia. *Universitas Psychologica*, 14(1). Doi: <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy.14-1.rsnf>.
- Rodríguez-Carvajal, R., Díaz-Méndez, D., Moreno-Jiménez, B., Blanco-Abarca, A. y van Dierendonck, D. (2010). Vitalidad y recursos internos como componentes del constructo de bienestar psicológico. *Psicothema*, 22(1) 63-70.
- Rojas, M. & Veenhoven, R. (2013). Contentment and affect in the estimation of happiness. *Social Indicators Research*, 110, 415 - 431. Doi: 10.1007/s11205-011-9952-0.
- Ruiz, M., Pardo, A. y San Martín, R. (2010). Modelos de ecuaciones estructurales. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 34 - 45.
- Ryff, C. (1989). Happiness is Everything: or is It? Explorations of Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Sanjuan, P. (2011). Affect balance as mediating variable between effective psychological functioning and satisfaction with life. *Journal of Happiness Studies*, 12, 373 - 384. doi: 10.1007/s10902-010-9199-5.
- Scheier, M.F., Carver, C., & Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- Schimmack, U. (2007). The structure of Subjective Wellbeing. In R. Larsen and M. Eid (Eds.) *The science*

- of subjective well-being. (pp. 97-123). New York: Guilford.
- Şimşek, O.F., & Koydemir, S. (2013). Linking metatraits of the Big Five to well-and ill-being: Do basic psychological needs matter? *Social Indicators Research*, *112*, 221-238. doi: 10.1007/s11205-012-0049-1.
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Veenhoven, R. (2009) Intervención psicosocial. Medidas de la felicidad nacional bruta. *Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid*, *18*, 279-299.
- Vera-Villarroel, P., Celis-Atenas, K. y Córdova-Rubio, N. (2011). Evaluación de la Felicidad: Análisis Psicométrico de la Escala de Felicidad Subjetiva en Población Chilena. *Terapia Psicológica*, *29*, 127-133. doi: 10.4067/S0718-48082011000100013.
- Vera-Villarroel, P., Córdova-Rubio, N. y Celis-Atenas, K. (2009a). Evaluación del Optimismo: Un análisis preliminar del Life Orientation Test Versión Revisada (LOT-R) en población chilena. *Universitas Psychologica*, *8*(1). 61-68.
- Vera-Villarroel, P., Córdova-Rubio, N. y Celis-Atenas, K. (2009b) Optimismo versus Autoestima: Implicancia para la psicología clínica y la psicoterapia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, *18*, (1) 21-30.
- Vera-Villarroel, P., Pavez, P. y Silva, J. (2012). El rol predisponente del optimismo: hacia un modelo etiológico del bienestar. *Terapia Psicológica*. *30*(2). 77 – 84.
- Vera-Villarroel, P., Urzúa, A., Pavez, P., Celis-Atenas, K., & Silva, J. (2012). Evaluation of subjective well-being: Analysis of the Satisfaction with Life Scale in the Chilean population. *Universitas Psychologica*, *11*(3), 719 -727.
- Vera-Villarroel, P., Urzúa, A., Silva, J., Pavez, P. y Celis-Atenas, K. (2013). Escala de Bienestar de Ryff: Análisis Comparativo de Los Modelos Teóricos en Distintos Grupos de Edad. *Reflexão e Crítica*, *26*(1), 106-112.
- Vera-Villarroel, P., & Celis-Atenas, K. (2014). Afecto positivo y negativo como mediador de la relación optimismo y salud: evaluación de un modelo estructural. *Universitas Psychologica*, *13*(3), 1017-1026.
- Von Humboldt, S. y Leal, I. (2014). ¿Qué incluye en el bienestar subjetivo de los adultos mayores? Una revisión sistemática de la literatura. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, *23*(3), 219-230.
- Watson, D., Clark, L., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*, 1063-1070.
- Xu, J., & Roberts, R. (2010). The power of positive emotions: It's a matter of life or death—subjective well-being and longevity over 28 years in a general population. *Health Psychology*, *29*, 9-19.