



**UNIVERSIDAD
DEL AZUAY**

Universidad del Azuay

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Escuela de Psicología Clínica

**Perfil psicológico del personal que labora dentro de los Sistemas
de emergencias en la Provincia del Azuay**

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
Psicólogo clínico.**

Autores:

Pedro José Robles Maldonado

Pablo Andrés Rodríguez Orellana

Directores:

Mgst. María Fernanda Coello Nieto

Cuenca, Ecuador

2019

Agradecimientos

“Agradezco primeramente a Dios por haberme brindado tantas oportunidades, a todas esas personas que han estado apoyándome a lo largo del camino. Por último, a la vida por haberme enseñado tanto”

Pedro Robles M.

“Agradezco primero a Dios, a mis padres por su apoyo incondicional, al Mgst Sebastián Herrera y a la Mgst Fernanda Coello por su dedicación, guía y esfuerzo en la realización en este proyecto. Por ultimo a todas esas personas que han estado a lo largo de mi vida guiándome. ”

Pablo Rodríguez O.

Tabla de Contenido

Resumen.....	6
Abstract.....	7
Introducción	8
Capítulo I.....	10
Personalidad	10
1.1 Conceptos	10
1.2 Estilos de Personalidad	12
1.3 Teorías de la Personalidad.....	13
1.3.1 Modelo Psicodinámico	14
1.3.2 Teoría Fenomenológica de la Personalidad	15
1.3.3 Teoría de los Rasgos.....	16
1.3.4 Teoría Conductual de la Personalidad	17
1.3.5 Teoría Cognitiva de la Personalidad	17
1.3.6 Teoría Integradora de la Personalidad	18
1.4 Inventario Millon de Estilos de Personalidad (MIPS).....	23
1.4.1 Metas Motivacionales.....	24
1.4.2 Modos Cognitivos	27
1.4.3 Relaciones Interpersonales	31
1.5 Estudios con el uso del MIPS.....	38
Capítulo II.....	40
Estrés.....	40
2.1 Conceptos.	40
2.2 Teorías	42
2.2.1 Teorías centradas en la respuesta (o factores internos).....	42
2.2.2 Teorías centradas en los estímulos (o factores externos)	43
2.2.3 Teorías interaccionistas o transaccionales (de los factores modulares)	44
2.3 Demandas psicosociales (estrés psicosocial)	46
2.3.1 Sucesos vitales.....	46
2.3.2 Sucesos menores (estrés diario).....	46
2.4 Evaluación cognitiva.....	46
2.5 Afrontamiento del estrés	47
2.5.1 Estilos de afrontamiento	47
2.5.2 El afrontamiento como proceso	47
2.5.3 Estrategias básicas de afrontamiento	47

2.6	La respuesta de estrés.....	48
2.6.1	Respuestas fisiológicas	48
2.6.2	Respuestas psicológicas.....	48
2.6.3	Apoyo social	48
Capítulo III.....		50
Personalidad y Estrés		50
3.1	Variables personales de predisposición	50
3.1.1	Estrés y características personales.....	50
3.1.2	Tipos de reacción al estrés	51
3.2	Estrés, estado de salud y conductas relacionadas con la salud.....	52
3.2.1	Estrés y estado de salud	52
3.2.2	Estrés y conductas relacionadas con la salud (CRS).....	53
Capítulo IV		54
Metodología y Resultados.....		54
4.1	Tipo de estudio	54
4.2	Participantes	54
4.3	Instrumentos.	55
4.4	Inventario de Estilos de Personalidad de Millón (MIPS).....	55
4.5	El Perfil de Estrés de Nowack	56
4.6	Procedimiento	56
4.7	Análisis estadístico.....	57
4.8	Resultados descriptivos	57
4.8.1	Personalidad	57
4.8.2	Estrés	58
4.9	Resultados asociados a variables sociodemográficas.....	60
4.9.1	Personalidad	60
4.9.2	Estrés	66
4.10	Correlación entre Estresores y Rasgos de Personalidad.....	68
4.11	Discusión.....	70
4.12	Conclusiones.....	73
4.13	Recomendaciones.....	74
Referencias.....		75
ANEXOS.....		78

Índice de Tablas

Tabla 1: <i>Áreas del MIPS</i>	24
Tabla 2: Características de los participantes N=82.....	55
Tabla 3: Principales estresores (medidos en escala de 1 a 4).....	60
Tabla 4: Perfil según sexo.....	60
Tabla 5: Perfil según nivel de educación.....	62
Tabla 6: Perfil según Estado civil.....	63
Tabla 7. Perfil según número de hijos.....	64
Tabla 8. Perfil según sexo.....	66
Tabla 9. Perfil según Nivel educativo.....	67
Tabla 10. Perfil según Estado civil.....	67
Tabla 11. Perfil según número de hijos.....	68
Tabla 12. Correlación entre áreas de estrés y rasgos de personalidad: Metas motivacionales y Modos cognitivos.....	69
Tabla 13. Correlación entre áreas de estrés y rasgos de personalidad: Modos cognitivos y conductas interpersonales.....	70

Índice de Figuras

Figura 1: Perfil de personalidad. El diagrama de líneas muestra las PP medias de cada rasgo.....	58
Figura 2: Intensidad de estrés. El histograma muestra el comportamiento de datos a lo largo de la escala de puntuación T.....	58
Figura 3: Perfil de estrés. El diagrama de líneas muestra las PT medias de cada rasgo.....	59

Resumen

Este trabajo es un estudio de tipo transversal cuantitativo, que pretende determinar los factores sociodemográficos, estilos de personalidad y el perfil de estrés del personal que labora dentro de los sistemas de emergencias. Se evaluó a 82 personas, las que cumplían con los criterios de inclusión, se aplicó el Inventario de Personalidad de Millon (MIPS) y Perfil de Estrés de Nowack.

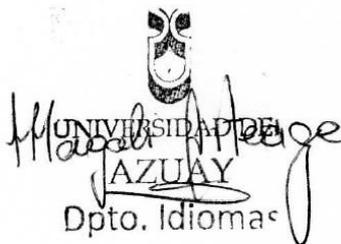
Tras obtener los resultados, se llegó a la conclusión que el rasgo de personalidad predominante fue: *firmeza*; no existían niveles de percepción de estrés, sin embargo, los estresores más frecuentes se encontraban asociados al ámbito *financiero y salud*; se encontró relación entre los reactivos aplicados y las variables sociodemográficas, a excepción del ítem asociado al número de hijos.

Palabras claves: Personalidad, Estrés y Perfil psicológico.

Abstract

This work is a cross-sectional and quantitative study that seeks to determine the sociodemographic factors, personality styles and stress profiles of the personnel that work in emergency systems. 82 people that met the inclusion criteria were evaluated. The Millon Personality Inventory (MIPS) and Stress Profile of Nowack were applied. After obtaining the results, it was concluded that the predominant personality trait was firmness. There was no perception of stress levels. However, the most frequent stressors were associated with the financial and health areas. A relationship was found between the applied tests and the sociodemographic variables, except for the item associated with the number of children.

Keywords: Personality, stress, psychological profile.



A handwritten signature in black ink, consisting of a series of loops and curves, is located in the bottom right corner.

Translated by

Ing. Paúl Arpi

Introducción

El sistema de emergencias es la institución encargada de coordinar de manera articulada, la atención de los organismos de respuesta, para casos de accidentes, desastres y emergencias, además moviliza los recursos disponibles con el objetivo de brindar atención rápida y oportuna a la ciudadanía.

El personal que labora dentro de esta institución, por la característica de su trabajo, está sometido a altos niveles de estrés, resultando en la observación de varios problemas en torno a su rendimiento.

El presente trabajo tuvo como objetivo evaluar los diferentes estilos de personalidad, así como las diferentes áreas de estrés involucradas, lo que nos permitió determinar su correlación, teniendo en consideración las variables sociodemográficas, y así llegando a obtener una base de datos, por lo cual se aplicó el Inventario Millón de Estilos de Personalidad (MIPS) de Millón y el test Perfil de Estrés de Nowack. Mismas que nos otorgaron el levantamiento del perfil de personalidad dentro del centro aportando con varios parámetros a considerar para mejorar su funcionamiento. La evaluación se desarrolló de manera grupal.

La personalidad ha sido considerada como el modo de comportarse habitualmente, su manera de afrontar la vida; puede hacer que un individuo sea más vulnerable a padecer estrés o, por el contrario, puede protegerlo de los efectos adversos del mismo, sosteniendo que el estrés es algo que está dentro del ser humano (Robles & Peralta, 2006).

En el primer capítulo de este estudio, se profundizarán los conceptos de personalidad, sus principales teorías, la base teórica del Inventario Millon de Estilos de Personalidad (MIPS) y se complementara con estudios que respalden el mismo.

En el segundo capítulo se señalarán los principales conceptos de estrés y las principales teorías tales como: teorías interaccionistas o transaccionales (o de los factores modulares), teorías centradas en los estímulos (o factores externos) y las teorías centradas en las respuestas (o factores internos).

En un tercer capítulo hablaremos sobre la estrés y características personales, sus tipos de reacción al estrés, al final sobre el estrés y estado de salud.

En el último capítulo se presentaran los principales resultados del análisis estadístico realizado en base a los instrumentos psicométricos aplicados, los que nos permitirán ampliar nuestra discusión con sus respectivas conclusiones.

Capítulo I

Personalidad

“Es la organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona, que determina su adaptación única al ambiente”

Hans Eysenck.

1.1 Conceptos

La Personalidad desde hace muchos años ha sido ampliamente estudiada y discutida. Hoy en día existen una diversidad de estudios y autores que hablan de la misma. En este capítulo se revisarán conceptos y teorías más relevantes con respecto a la temática de este estudio.

La Real Academia Española de la Lengua (RAE, 2010) define la Personalidad como la "Diferencia individual que constituye a cada persona y la distingue de otra" y también como el "Conjunto de características o cualidades individuales que destacan en algunas personas". Etimológicamente, la palabra “Personalidad” se deriva de la expresión latina "persona", que precede a su vez del griego y que significa: mirada, aspecto exterior, apariencia, imagen percibida por los demás, máscara, vestimenta alrededor del cuerpo y todo aquello que sirve para arreglarse con el fin de mostrarse en público y que encuentra en el mundo del teatro su aplicación principal.

La Personalidad se considera como un patrón complejo de características psicológicas profundamente arraigadas, en su mayor parte son inconscientes y difíciles de cambiar, se expresan automáticamente en casi todas las áreas del funcionamiento del individuo. Estos rasgos generales e intrínsecos surgen de una compleja matriz de determinantes biológicas y, del aprendizaje que en últimas instancias comprende el patrón idiosincrásico de percibir, sentir, pensar, afrontar y comportarse de un individuo. (Millon & Davis, 2004).

Para Moreno la Personalidad hace referencia a la forma de sentir, percibir o pensar de un individuo, que conforma su auténtica identidad y que está constituida por elementos motivacionales, cognitivos, elementos de carácter más estables (rasgos) y afectivos vinculados con las influencias socioculturales y la situación, determinando, una continua interdependencia e interrelación de la conducta del individuo (Moreno, 2012).

A partir de esta definición, se entiende que los nuevos productos cognitivos, motivacionales o afectivos (conducta privada o interna), influyen en la determinación de la conducta futura (creencias, cambios en expectativa, estrategias, metas, valoración de la situación, etc.).

Otra forma de entender la Personalidad es como una estructura dinámica que posee un individuo; la cual está compuesta de características sociales, psicológicas, conductuales y emocionales. Lo que nos permite conocer los motivos que llevan a un individuo a sentir, pensar y actuar, además, a como desenvolverse en su medio, permitiéndonos conocer la manera en la cual una persona aprende de su entorno (Seelbach, 2012).

Para Pueyo (citado en Armayores, 2014) “la Personalidad sería la interacción continua de distintos aspectos, de distintas características de los individuos que incluirían cuatro dimensiones básicas: físicas, emocional, cognitiva y carácter”.

De los conceptos expuestos llegamos a la conclusión que la Personalidad es el conjunto de rasgos características tanto internas (conscientes e inconscientes), como externas (físicas, conductuales) de una persona que determinan su modo de pensar, sentir y actuar ante una determinada situación.

1.2 Estilos de Personalidad

Dentro de la literatura nos encontramos con términos referentes a la Personalidad que son el *temperamento*, el *carácter* y los *rasgos*. Estos componentes están claramente involucrados en su estructura por lo que serán conceptualizados a continuación.

Para Millon y Davis el *temperamento* se entiende como la disposición biológica que subyace a los niveles de energía y estados de ánimo propios del individuo. Dentro de esta lógica, el temperamento es considerado como la herencia genética que poseemos todos los seres humanos, es decir, las características que se heredan de los padres, por ejemplo: el color de la piel, el color de los ojos e incluso la propensión a determinadas enfermedades (Millon & Davis, 2004).

Según Seelbach (2012), en cambio, el *temperamento* es un componente de la personalidad, ya que de alguna manera posee ciertas características de comportamiento, emociones y de la cognición, mientras que para Armayores (2014), el mismo está ligado a variables constitucionales y físicas, en otras palabras, a aspectos que muy difícilmente se puede controlar o modificar ya que son características del sistema nervioso.

Con respecto al *carácter*, para Millon y Davis (2004), este implica las cualidades personales que representan la adherencia individual a los valores y costumbres que mantiene una sociedad. Hablamos de características que son aprendidas por el medio – por ejemplo, los sentimientos son innatos, se nace con ellos – pero la diversidad de cómo se expresan forman parte del carácter (Seelbach, 2012).

En otras palabras, el *carácter* se modifica con mayor facilidad por la influencia de la inteligencia, la educación, las actitudes, la formación, la socialización, y la interacción constante con los demás (Armayores, 2014).

Por último, los *rasgos* según Millon & Davis (2004), son considerados como el sustrato de la persona que varían poco a través del tiempo y se manifestaban en casi todas las situaciones de la vida.

Otro autor que apoyaba esta definición fue Armayores (2014), quien consideraba la palabra **rasgo** como una disposición de conducta que caracteriza la manera de ser de una persona, ya que se mantiene a lo largo del tiempo y que se manifiesta en varias situaciones como una constante.

En mención a estos autores podemos demostrar la importancia de la conceptualización de estos términos, los mismos que encontraremos al referirnos a la Personalidad y nos permitirán entender de mejor manera cómo está conformada la misma.

1.3 Teorías de la Personalidad

Uno de los primeros modelos teóricos fueron las doctrinas humorales que buscaban explicar la Personalidad como base a supuestos líquidos corporales, propuesta por Hipócrates cuando llegó a la conclusión “todas las enfermedades procedían de un desequilibrio entre cuatro humores corporales: la bilis amarilla, la bilis negra, la sangre y la flema” al describir cuatro temperamentos básicos: colérico, melancólico, sanguíneo y flemático, que corresponden respectivamente a un exceso de bilis amarilla, bilis negra, sangre y flema.

Modificado por Galeno, siglos después el término colérico corresponde a la tendencia hacia la irascibilidad, el sanguíneo incitaba al individuo al optimismo, el melancólico se caracterizaba por una tendencia a la tristeza y por último el temperamento flemático se consideraba como una disposición a la apatía. Aunque la doctrina humoral se ha dejado de lado

por estudios de tipo más científicos, su terminología y sus connotaciones todavía persisten en expresiones actuales (Millon & Davis, 2004).

De esta manera la Personalidad comenzó a determinarse y explicarse de una manera más objetiva, donde, a pesar que esta categoría de Hipócrates carecía de verdad científica, funcionó como base para la siguiente clasificación de Personalidad (introvertido, extravertido, racional, emocional) (Seelbach, 2012).

A lo largo del tiempo los diferentes enfoques han abordado desde su perspectiva la personalidad. A continuación, veremos algunos de ellos.

1.3.1 Modelo Psicodinámico

Siendo su teórico más importante, Sigmund Freud en 1939 señala que las fuerzas psicológicas que operan en una persona y que mayor mente se encuentran fuera de la conciencia dan como resultado la conducta de la persona. Es así que, la persona se encuentra conformada por tres estructuras que son el ELLO, YO y EL SUPER YO, que se encuentran a lo largo de la vida el ELLO se encuentra desde el nacimiento y es totalmente inconsciente y se dedica a satisfacer los deseos del niño para evitar el dolor, obteniendo placer de las acciones reflejas y la fantasía (Brainsky, 1998).

Según Pervin y John (1998) el YO, se encuentra entre lo preconscious y lo consciente, busca satisfacer los deseos del ello en el mundo externo, donde actúa bajo el principio de la realidad por medio del razonamiento buscando enlentecer la satisfacción de los deseos del ello hasta asegurar la gratificación de la forma más segura posible. En la edad adulta entran en juego además elementos morales, a los cuales se les denomina SUPER YO, el cual se desempeña como un guardián moral supervisando al yo para encaminarlo a realizar acciones que se encuentren dentro de las normas socialmente aceptadas.

Por lo tanto, Freud expone que la personalidad se desarrolla en la manera en que la persona logra satisfacer los deseos sexuales durante su vida a medida que aborda cada una de las cinco etapas psicosexuales (oral, anal, fálica, latencia y genital) (Montaño Sinisterra, Palacios Cruz, & Gantiva, 2009).

1.3.2 Teoría Fenomenológica de la Personalidad

Esta teoría considera que la personalidad se forma en base a una motivación positiva y que el hombre va logrando obtener niveles de funcionamiento superior en la medida que va evolucionando, teniendo en cuenta que es responsable de sus propios actos como de sus consecuencias.

Carl Roger considera que las personas desde su nacimiento poseen capacidades y potenciales, mismos que se cultivan mediante la adquisición de nuevas destrezas, las cuales poseen un componente benéfico y que es denominada como tendencia a la realización. De igual manera cuando se descuida el potencial innato existe una tendencia a que se vuelvan rígidos y defensivos (Morris & Maisto, 2005).

Allport (1940), señala como importantes a los factores individuales para la formación de la personalidad donde debe existir una continuidad motivacional dentro de la vida de la persona. Estuvo de acuerdo con Freud en que la motivación está determinada por los instintos, pero a su parecer no permanecen durante toda la vida. Creía que los motivos de una persona eran autónomos, determinando su nivel de madurez dándole importancia al *yo*. Donde para diferenciar del concepto de Freud, creo el concepto de *propium* la cual tiene como base la uniformidad que caracteriza los valores de las personas, sus objetivos y las actitudes. De esta manera el *yo* se desarrolla con el paso del tiempo (Mischel, 1988).

1.3.3 Teoría de los Rasgos

Uno de los representantes más significativos de esta teoría es Rallan Cattell, definiendo a los rasgos como tendencias reactivas que son relativamente permanentes de la personalidad, el mismo que agrupo a los rasgos en cuatro categorías que se contraponen: a) propios de todas las personas (comunes) versus las características del individuo (únicos); b) fáciles de observar (superficiales) versus los que solo pueden ser descubiertos mediante el análisis factorial (fuentes); c) depende de la herencia (constitucionales) versus los que dependen del entorno (moldeados por el ambiente); d) motivan a las personas hacia la meta (los dinámicos) versus los que tienen la capacidad para alcanzar la meta (habilidad) (Aiken, 2003).

Entre los instrumentos más destacados de evaluación en base a esta teoría está el 16PF desarrollado por Cattell, que mide a través del análisis funcional de los 16 factores describiendo lo abierto o cerrado que es una persona, así como, el sí es estable o emotiva.

Hanns Eysenck consideraba la personalidad como una organización estable y perdurable del carácter, intelecto, temperamento y del físico del individuo, el mismo que le permite adaptarse al ambiente. De esta manera estableció que la base de la personalidad está compuesta de tres dimensiones: introversión-extroversión, neuroticismo y psicoticismo (Eysenck, 1970).

El gran número de rasgos de Cattell y los pocos de Eysenck generaron que la investigación contemporánea realizada por Costa y Mc Crae (Costa & McCrae, 1994), indicara la presencia de cinco grandes factores grandes que son: neurotisismo, extroversión, apertura, afabilidad y escrupulosidad, mismos que fueron sometidos a varias pruebas confirmando su validez (Schultz & Schultz, 2010).

1.3.4 Teoría Conductual de la Personalidad

La teoría conductual de la personalidad hace referencia a lo que Jhon Locke denomina tabula rasa, donde un recién nacido viene en blanco y el ambiente es el que determina la personalidad en base al moldeamiento de este desde la infancia hasta la adultez; teoría con la que Watson concordaba. Por su parte, Skinner concluía que la manera en la que una persona aprende a hacer una cosa es semejante a la manera que aprender a hacer otras cosas, lo que implica que no existiera rasgos emocionales, aspectos morales y motivación inconsciente (Papalia & Wendkos, 1997).

Por lo tanto, el enfoque conductual se centra en la especificidad situacionales dejando de lado las manifestaciones internas.

Hull (1943), por su parte plantea un concepto estructural E-R, donde los estímulos llegan a conectarse a las respuestas para formar lazos E-R, a través de esta asociación entre estímulo y respuesta se establecen los hábitos, los cuales en su mayoría conforman la personalidad, además Hull utilizó el concepto de impulso definido como un estímulo capaz de activar la conducta. Estos impulsos pueden ser primarios (innatos) haciendo referencia a condiciones fisiológicas en el interior del organismo como (hambre o sed). O secundarios (aprendidos) mismos que se adquieren con base en asociaciones de impulsos primarios (ansiedad o miedo) (Montaño Sinisterra, Palacios Cruz, & Gantiva, 2009).

1.3.5 Teoría Cognitiva de la Personalidad

Para Bandura (1977), la personalidad se forma de la interacción entre la cognición, el aprendizaje y el ambiente, mismo que influye en la manera de comportarse.

Las expectativas internas de una persona tienen un papel importante, puesto que depende si se cumplen o no, para decir que personas que alcanzan grandes niveles de

desempeño interno desarrollan una actitud llamada *autoeficacia* la que según Bandura y Locke (Bandura & Locke, 2003), es comprendida como la capacidad de manejar la situación de manera adecuada para generar resultados deseados. Teniendo en consideración que los sujetos se ajustan a ciertos criterios o estándares de desempeño que son únicos a la hora de calificar un comportamiento en diversas situaciones.

Bandura comprendía a los humanos como seres complejos, únicos, activos, destacando el pensamiento y la autorregulación. Encontrándose en una continua resolución de problemas, partiendo de la experiencia y la capacidad de procesar la información. Por lo tanto, en base a la observación de modelos la persona puede transformar ideas e imágenes que se puedan combinar y modificar con el fin de elaborar patrones de conducta adecuadas.

De esta manera esta teoría propone que la conducta está guiada por la manera como se piensa y se actúa frente a una situación dada; sin embargo, no deja de lado las contingencias que ofrece el ambiente ante cualquier situación (Montaño Sinisterra, Palacios Cruz, & Gantiva, 2009).

1.3.6 Teoría Integradora de la Personalidad

Esta teoría surge de la necesidad de elaborar un modelo que pueda establecer de una manera amplia y consensuada a la personalidad. La misma que estructure, organice y de cabida a diversa variedad de investigaciones y enfoques, teniendo en cuenta diversos objetivos como: a) elaborar un modelo de personalidad amplio, que facilite la integración de las principales teorías; b) definir la personalidad a partir de la identificación de las grandes dimensiones; c) desde el enfoque evolucionista fundamentar el entendimiento de la personalidad; y d) ofrecer un modelo de rasgos que incorpore los paradigmas actualmente activos, sobrepasando el concepto descriptivo de estructura (Lluís, 2002).

La propuesta que mayor grado de integración y difusión ha tenido, es el modelo evolutivo propuesto por Theodor Millón, mismo que se centra a partir de tres preguntas: ¿qué refuerzos busca el individuo? ¿Dónde procura encontrarlos? Y ¿cómo actúan para poder optar por ellos? Es así, que el modelo podría observarse como el resultado de tres dimensiones polares que respondían a estas preguntas, donde el refuerzo buscado podía ser considerado la persecución del placer o la evitación del dolor, el mismo que podía ser buscado en sí mismo o en los otros, y donde el individuo podía actuar de manera activa o pasiva para alcanzarlo. De esta manera, las tres polaridades originales del modelo fueron: (1) Conducta instrumental (Como), activo-pasivo; (2) fuente del refuerzo (Donde), sí mismo (independiente) – otros (Dependiente); (3) naturaleza del refuerzo (que), placer- dolor (Sanchez, 2003).

Millon (1960), hizo su primera propuesta de una teoría donde integraba la influencia biológica como las ambientales. En 1973 proponía una teoría de carácter integrativo, donde ponía énfasis en el carácter único de la carga genética de cada persona, pero también, señalaba diferencias observables que existía entre los niños en el proceso de maduración determinada por la estimulación ambiental, a lo que Millon denominó Teoría de Aprendizaje Biosocial. Donde el aprendizaje en sus variadas maneras juega un papel importante y, su interacción en la evolución de la persona individual, podía ubicarse en algún punto de un continuum que va desde la normalidad a la anormalidad, en función de su adaptabilidad, estabilidad y capacidad para obtener refuerzos positivos. (Morales de Berbenza, 2003).

La teoría del aprendizaje biosocial de (Millon & Davis, 2004) estructura la Personalidad con base a la interacción de fuerzas orgánicas y ambientales – aspecto que se mantienen a lo largo de la vida – y señala que los factores biológicos pueden configurar su facilidad o limitación dentro de la naturaleza de las experiencias y aprendizajes de una persona de varias maneras. Por ejemplo, estos autores mantienen que el mismo entorno puede ser percibido de forma distinta por individuos que poseen diferentes sensibilidades biológicas. Las personas

registran los diferentes estímulos a intensidades variables dependiendo de su patrón único de vigilancia, agudeza sensorial y disposición temperamental, por lo tanto, las diferencias representativas en experiencias, son dictadas en primer término por la dotación biológica de la persona.

Posteriormente, en su obra *Personality and its disorders* (1985), Millon y Everly explican el concepto de refuerzo, como sinónimo de “recompensa, satisfacción e, inclusive placer”. Esta noción de refuerzo constituye la piedra angular de su teoría, lo que permitió desarrollar el concepto de bipolaridades, la cual describe, por un lado, la energía que el individuo aplica al buscar el refuerzo; así; las conductas instrumentales dirigidas a tal fin podrían ser activas o pasivas; estos dos extremos determinan la primera bipolaridad: *activo – pasivo*. Por otro lado, describe las fuentes que producen el refuerzo: pudiendo encontrarse en la persona misma o en otros; en el primer caso, la persona se autorrefuerza y es calificada como *independiente*; cuando el refuerzo proviene de otros, se califica como *dependiente*. Esta dimensión bipolar admite otros dos puntos discretos: *ambivalentes*, cuando el refuerzo es proporcionado por sí mismo y por otros, y *desvinculado*, cuando no se busca el refuerzo en sí mismo ni en otros (Morales de Berbenza, 2003).

La propuesta de mayor alcance en la actualidad es el modelo evolutivo de Millon. El cual además de incluir aspectos biológicos, cognitivos y conductuales, incluye algunos aspectos derivados de la perspectiva interpersonal.

En su obra *Toward a new personology. An evolutionary model* (1990), Millon redefinió su propuesta teórica sin perder de vista los principios del aprendizaje biosocial, concluyendo, que la mejor manera de describir las leyes más profundas del comportamiento humano era examinar los principios universales derivados de las manifestaciones no psicológicas de la naturaleza, sino de campos como la biología, la física, la química, la ecología, la etología. Propuso cuatro

fases: 1) **existencia**, que es la promoción y preservación de la vida. Esta fase pertenece a la etapa de fijación sensorial del niño que va desde el nacimiento hasta los 18 meses, donde la normalidad se logra a través del equilibrio entre el *placer* y el *dolor*; 2) **adaptación**, en esta fase la bipolaridad *actividad – pasividad* opera bajo la manera de acomodación versus modificación de las condiciones ecológicas para afirmar su supervivencia. A esta etapa Millon la denominó autonomía sensorio- motora y comprende desde los 12 meses hasta los 6 años; 3) **replicación**, en esta etapa Millon tomó como referencia a la capacidad reproductiva de la especie humana haciendo referencia al desarrollo del sí mismo y al amor constructivo por los demás. En esta etapa se desarrolla la bipolaridad *sí mismo – otros*; 4) esta última etapa corresponde a la **abstracción**, considerada como la capacidad humana de trascender lo concreto e inmediato de manera simbólica a los hechos y a los datos, para conformar la realidad personal. Esta es la etapa de integración intracortical que va desde los 4 años hasta la adolescencia. En este nuevo aporte teórico que combina las fases con las polaridades, rescata la evolución genético- ambiental que Millon planteaba ya en sus primeras obras (Morales de Berbenza, 2003).

Mediante esta reformulación se encuentra la estrecha correspondencia entre la teoría del aprendizaje biosocial y los elementos claves del modelo evolutivo, para con estas redefiniciones concluir, que los principios y procesos de evolución eran esencialmente universales, aunque se expresen de diferentes formas (Millon & Davis, 2004) .

El modelo evolucionista de Millon es capaz de unir enfoques como los biológicos, funcionales, dinámicos, cognitivos e interpersonales que permite no sólo teorizar la Personalidad sino sistematizarla. Las valoraciones que han surgido de esta perspectiva son numerosas, lo que permite aplicar los conceptos a planteamientos de evolución y su concentración en numerosos instrumentos de exploración de la personalidad (Sánchez, 2007).

De la misma forma es necesaria la integración de la perspectiva ideográfica que centra su atención en las diferencias individuales, siendo el resultado de una historia única de transacciones entre los factores contextuales y biológicos, con la perspectiva nomotética, la cual centra su atención en la relación de los motivos, mecanismos, necesidades, esquemas, rasgos y las defensas (Cardenal, Sánchez, & Ortiz-Tallo, 2007).

El modelo actual de Millon resalta, la perspectiva psicodinámica, cognitiva, biológica e interpersonal y los diferentes ámbitos de manifestación de la Personalidad que serían: representaciones objetales, autoimagen, mecanismos de defensa, estilo cognitivo, estado de ánimo / temperamento y comportamiento interpersonal (Gonzáles, Pérez & Redondo, 2007).

Con base a los conceptos propuestos por Millon (1997), su idea integradora determina que la Personalidad normal y la patológica comparten los mismos mecanismos de desarrollo, donde no existe una línea divisoria tajante. Es decir, la diferencia fundamental es que las personalidades consideradas normales son más flexibles cuando se adaptan a su entorno, además poseen estilos distintivos de adaptación que resultan eficaces en entornos normales.

Por su parte, las Personalidades con trastornos presentan una conducta mucho más rígida y muy poco adaptativa, estilos de funcionamiento inadaptados o inapropiados, que se pueden atribuir a deficiencias, desequilibrios o conflictos en la capacidad de relacionarse con su medio habitual. A su vez, presentan ciertos criterios que los caracterizan, que son: (a) una escasa flexibilidad adaptativa, que quiere decir, utilización de estrategias rígidas e inflexibles en la relación con sí mismo y con el ambiente; (b) tendencia a crear círculos viciosos, producidos por estrategias rígidas que hacen que el malestar sea persistente y se intensifique; y (c) labilidad, que se refiere a la manifestación en la fragilidad y ausencia de elasticidad de la persona ante situaciones que provocan estrés (López Pell, Rondón, Cellerino, & Alfano, 2010).

De manera concordante con su teoría, Millon desarrolló instrumentos de evaluación que conducen al diagnóstico de la Personalidad tanto normal como trastornada. Pueden citarse entre ellos , Millon Clinical Multiaxial Inventory (MCMI) en sus tres versiones, Millon Behavioral Health Inventory (MBHI), Millon Adolescents Clinical Inventory (MACI), Millon Adolescents Personality Inventory (MAPI), Millon Behavioral Medicine Diagnostic (MBMD), Personality Adjective Check List (PACL) y Millon Index of Personality Scales (MIPS) (Morales de Berbenza, 2003). Este último se empleará para nuestro estudio, dado que el MIPS se utiliza para evaluar adultos normales que buscan ayuda para resolver problemas laborales, familiares o sociales (Millon, 1997).

1.4 Inventario Millon de Estilos de Personalidad (MIPS).

El objetivo de este inventario es medir la Personalidad de individuos adultos que funcionan normalmente, los mismos que se encuentran comprendidos entre los 18 y los 65 años. Como requisito se espera que las personas que vayan a completar los ítems, hayan concluido por lo menos el primer año de secundaria. El tiempo aproximado de la aplicación es de 30 minutos. El MIPS se centra en lo que Millon denominó como polaridades: A) las metas motivacionales, B) modos cognitivos y C) conductas interpersonales (Millon, 1994).

Freud (1915), en uno de sus artículos sobre metapsicología, “Pulsiones y destinos de pulsión”, Que es de nuestro interés, sostiene que nuestra vida mental está regida por tres polaridades: sujeto (yo)- objeto (mundo externo), placer- displacer y activo-pasivo (Freud, 1915/1925). Tiempo después en 1960 Millon, quien no conocía en ese entonces la propuesta de Freud, elaboró un sistema similar utilizando el modelo biosocial de aprendizaje, el cual incluía tres dimensiones bipolares: refuerzo positivo vs refuerzo negativo (placer/ dolor), uno mismo vs los demás como fuente del refuerzo y los estilos instrumentales activo vs pasivo

(Millon, 1997). Estos constructos sirvieron como base para la conceptualización de la escala metas motivacionales dentro del MIPS.

Tabla 1:

Áreas del MIPS

Metas Motivacionales	Modos Cognitivos	Relaciones Interpersonales
Apertura-Preservación	Introversión-Extroversión	Retraimiento-Comunicatividad
Modificación-Adecuación	Sensación-Intuición	Vacilación-Firmeza
Individualismo-Protección	Reflexión-Afectividad	Discrepancia-Conformismo
	Sistematización-Innovación	Sometimiento-Control
		Insatisfacción-Concordancia

Elaboración Propia

1.4.1 Metas Motivacionales

La escala de *metas motivacionales* tiene que ver con los afanes y metas que guían a los seres humanos a actuar de una manera determinada (Dresch, 2005). Millon empleó conceptos evolutivos y ecológicos centrandos sus fundamentos en tres bipolaridades: 1) la *existencia*; tiene que ver con la formación y mantenimiento de fenómenos diferentes, con procesos de evolución que preservan y mejoran la vida. Se relaciona con la transformación fortuita de estados desorganizados en otros que poseen mayor estabilidad y organización, se encuentra dentro de la bipolaridad placer- dolor.

2) La *adaptación*; son los procesos de equilibrio para favorecer la supervivencia en los ecosistemas abiertos, es decir, cómo los organismos se adaptan a sus ecosistemas circundantes, a los mecanismos para modificar los ambientes y a la bipolaridad actividad- pasividad.

3) la *replicación*; se refiere a las estrategias que se emplean para reproducir organismos efímeros, a los métodos que tienden a maximizar el individualismo y la protección. Pertenecen a la bipolaridad psicológica sí mismo- otros.

La escala metas motivacionales se encuentra conformada por las siguientes sub escalas de bipolaridad. Primera **apertura- preservación**; que tiene su base en la motivación más básica de todas, la de *existir*, la misma que tiene dos caras. Una está centrada en el mejoramiento o enriquecimiento de la vida, es decir, con el fortalecimiento de organismos ecológicamente viables; la otra cara se relaciona con la preservación de la vida, mediante la supervivencia.

Dentro de la polaridad **apertura** “las personas que saquen puntuaciones elevadas muestran actitudes y conductas destinadas a promover y enriquecer la vida, a producir placer, alegría, contento y satisfacción. Son personas que se mantiene en forma, tanto física como mentalmente, además, son personas que posiblemente sostienen que la vida es algo más que la preservación y la evitación del dolor”. (Millon, 1997). Además, determinó que dentro de la polaridad preservación, se encuentran las personas que concentran su atención en amenazas potenciales a su seguridad emocional y física, tienden a ser pesimistas, inhibidos y se preocupan en exceso por los problemas de la vida.

Para la segunda sub escala de bipolaridad **modificación- adecuación** Millon se basó en la perspectiva ecológica relacionándola con los modos de adaptación. El un lado se caracteriza por el estilo de vida en el reino animal, en la cual se observó una inclinación a la modificación ecológica donde existe una tendencia a cambiar los elementos que componen el ambiente, se

trata de un modelo de adaptación móvil que a nivel humano transforma el medio para alcanzar la meta de sobrevivir. En el otro lado, de la adaptación se encuentra la acomodación ecológica, que indica una inclinación a amoldarse pasivamente, es decir, que el medio proporcione el alimento y la protección haciendo posible la existencia.

Dentro de la polaridad **modificación** encontramos a personas que se caracterizan por estados de alerta, vigilancia, vigor, energía para buscar estímulos. Algunas buscan estrategias para evitar el sufrimiento del castigo, otros son impulsivos e imprudentes buscando placeres y recompensas. Aunque sus metas sean diferentes, las personas dentro de esta polaridad buscan activamente modificar sus vidas. Por su parte, las personas que se encuentran dentro de la polaridad **adecuación** están orientadas a la pasividad son flexibles y prudentes. Emplean pocas estrategias visibles para alcanzar sus objetivos, dejan que las cosas sucedan y se acomodan a ellas. Parecen personas quietas, inmóviles, contenidas y a la espera de que las cosas sucedan para reaccionar.

La tercera sub escala de bipolaridad **individualismo-protección** está asociada a las teorías biológicas evolucionistas descritas por autores como Cole (1954); Trivers (1972); Wilson (1975), donde señalan marcadas diferencias tanto en los ciclos de reproducción como en sus pautas. Por su parte Jung, fue capaz de disipar afirmando que en la naturaleza existen dos modos de adaptación importantes para la continuidad de las especies vivas. Uno incluye una alta tasa de fertilidad acompañada de una escasa capacidad de defensa y una breve duración de la vida de cada individuo, el otro se caracteriza por los numerosos medios de auto preservación con que cuenta el individuo y una baja tasa de fertilidad (Jung, 1921/ 1971).

Con base a estos aportes teóricos Millon asigna a la sub escala de **individualismo** a personas que toman decisiones por su propia cuenta ya que consideran innecesario recoger opiniones ajenas o contar con su aprobación. Son personas que se preocupan en sí mismos,

llenas de iniciativa y capaces de autorrealizarse. Son percibidas como personas con un fuerte sentido de identidad y muy seguros de sí mismos; parecen controlar su vida y regular sus experiencias y su futuro. Contrapuesto a ello, dentro de la sub escala de **protección**, encontraremos a personas que intentan satisfacer necesidades sociales teniendo relaciones íntimas con personas significativas de su entorno, son afectuosas, en donde, brindar amor es tan importante como recibirlo. Existe una gran calidez en sus relaciones y no les cuesta demostrarlo, son muy expresivas emocionalmente. Se identifican rápidamente con el prójimo y sienten una profunda preocupación por los demás. (Millon, 1997).

1.4.2 Modos Cognitivos

La meta de los *Modos cognitivos* para Dresch (2005) representan las diferencias entre las personas, respecto a lo que toman en cuenta para experimentar y aprender de la vida y luego de lo que hacen habitualmente para que ese conocimiento resulte significativo y útil para ellos. Concordando con lo que Rivas-Diez (2011) describe dentro la escala de modos cognitivos, abarca tanto las fuentes utilizadas para conseguir conocimientos sobre la vida, así como, el procesamiento de la información.

Para Millon, (1994) los modos cognitivos eran la etapa más reciente de la progresión evolutiva definiéndola como “la capacidad de seleccionar, de rehacer, de coordinar y organizar las representaciones simbólicas de la experiencia en nuevas configuraciones”. Considerando los procesos cognitivos como el segundo paso después de las metas motivacionales en la secuencia de Tripartita, representando la manera en que los organismos perciben a su entorno.

Millon encontró una similitud de su modelo cognitivo con lo descrito por Jung (1925), donde determina a la extraversión y a la introversión no como una referencia al estilo social de la persona sino a la dirección de su atención y su interés. Por lo que la extraversión alude a personas más orientadas hacia el exterior que hacia el mundo interno, donde la persona recurre

a buscar fuentes externas de inspiración. Por el contrario, la introversión está orientada al interior y su atención se dirigía a los dictados internos. Quedando claro que los conceptos de introversión y extroversión descritos por Jung dentro de la Personalidad no están relacionados con los tipos de motivación ni a conductas interpersonales sino a estilos cognitivos.

Finalmente, Millon diseñó un modelo que agrupa las actividades cognitivas teniendo en cuenta dos funciones superiores. La primera tiene que ver con el origen de los datos cognitivos a lo que llamó “*fuentes de información*” y la segunda con los métodos para reconstruir los datos a la que denominó “*procesos de transformación*”. Las mismas que a su vez fueron divididas en dos polaridades: la “*fuentes de información*” divididos en 1) externas vs internas y en 2) tangibles vs intangibles la segunda, “*procesos de transformación*” divididos en 1) intelectivos vs afectivos y en 2) asimilativos vs imaginativos. Siendo estas a su vez las cuatro bipolaridades del MIPS.

Las dos primeras funciones (Externas vs Internas) denominadas en el MIPS (Introversión vs Extroversión) son de importancia para los estilos de Personalidad en el modelo cognitivo, puesto que, están íntimamente relacionadas con la manera de adquirir conocimientos sobre su mundo, siendo la fuente primaria para la obtención de información. Por lo tanto, dirigir la atención a cuestiones internas o externas a uno mismo nos permitirá hacer una distinción clave en lo que se refiere la actividad cognitiva.

Jung (1937/1917) definió a la *extroversión* como el conjunto de características puestas en el objeto externo, además de una disposición a aceptar acontecimientos externos y el deseo de influir o ser influido por ellos; una necesidad de participar y seguir la corriente, así como la capacidad de soportar el bullicio y ruidos de toda clase y en realidad de disfrutar de todos ellos. La persona *introvertida* no participa y se mantiene a cierta distancia de los acontecimientos externos, considerando su propio mundo como un puerto seguro donde solo él puede introducir

cambios, cerrado al público y oculto a las miradas externas. Su propia compañía es la mejor y considera el mejor trabajo sólo el que es hecho con sus propios recursos, su propia iniciativa y a su propio modo (Millon, 1994).

La información que se produce, ya sea interna o externa del sujeto, puede clasificarse de muchas maneras. Una clasificación básica, es la que distingue entre la información tangible de la intangible. Entendiendo por “tangible” a lo que los sentidos pueden identificar, reconocer, lo que está bien definido, nítido y reconocible. Se refiere a fenómenos concretos. Por su parte, lo “intangible” hace referencia a lo ambiguo, abstracto, inmaterial. Son fenómenos que carecen de orden intrínsecamente distintivo y de claridad estructural. Estos fenómenos sólo pueden ser captados por medios inconscientes, sustancialmente débiles y de esquiva naturaleza.

De esta manera el hecho de que unas personas puedan recibir la información de forma estructurada y clara, y otras personas de una manera intangible constituye una diferencia fundamental en el estilo cognitivo lo que nos lleva a la segunda bipolaridad; sensación e intuición. Millon (1994) describe a la polaridad *sensación* como el hecho que permite una fuente de información tangible, asequible a través de los cinco sentidos de una manera estructurada y bien definida, tiene su correlato en una variedad de conductas asociadas como las de elegir acciones pragmáticas y realistas, basándose en sucesos del aquí y ahora. Dirigiendo su atención a cuestiones que requieren una precisión cuantitativa.

La polaridad *intuición* en cambio es definida como la preferencia por lo intangible, lo inestructurado y ambiguo es posible que esté asociada a inspiraciones basadas en posibilidades y desafíos, así como por pensamientos abstractos, complejos y simbólicos con una dependencia a la especulación.

Estos dos primeros pares de funciones cognitivas (introversión-extroversión y sensación- intuición) fueron agrupados teniendo en consideración las fuentes y los estilos que

se emplean en la recolección de información, mientras que los dos pares de bipolaridades que se tratan a continuación (reflexión-afectividad y sistematización-innovación), están íntimamente ligados con la representación de procesos de transformación y remiten a lo que se hace con la información una vez que se ha recibido. Es decir, una vez que las experiencias son registradas por los sentidos pueden seguir dos caminos. El primero evalúa si la información es objetiva y razonada, dando lugar a un juicio basado en el pensamiento que comunica de un modo claro y organizado, proporcionando sentido a la experiencia de una manera lógica y coherente. El segundo camino provoca una respuesta subjetiva y emocional, una reacción afectiva de un modo menos organizado, difuso y global, donde la experiencia es registrada de una manera afectivamente positiva, negativa o neutra.

La polaridad *reflexión* indica una preferencia por interpretar la experiencia con base a la razón y la lógica. Aunque tengan un origen interno o externo, de una naturaleza tangible o intangible, el proceso de evaluación e interpretación se inclina hacia el objetivo puesto que son analizados mediante la razón crítica y con intervención del pensamiento racional y sensato, reduciendo el apartado emocional. El análisis del objetivo y la indiferencia afectiva son protectores ante las incursiones indeseadas en la estabilidad cognitiva, pero a menudo producen una conducta rígida, hipercontrolada e inflexible.

Por el contrario, la *afectividad* comprende a las experiencias procesadas afectivamente que conlleva a estados subjetivos como los de experimentar agrado y desagrado, atribuir o negar valor, sentirse bien o mal, cómodo o incomodo, etc. A través de la empatía, el camino de la afectividad predispone al individuo a registrar todo lo que sienten los demás, dejando a un lado lo que piensa. La manera habitual de quienes presentan este estilo, es la de una realidad subjetiva, compuesta de estados de ánimo positivo o negativo, tanto globales como diferenciados. Por lo general, el estilo afectivo se encuentra en individuos que dan prueba de una modesta capacidad de introspección, combinada con una respuesta empática y abierta a los

demás y, una sensibilidad subconsciente a las diferentes facetas emocionales en estado puro, tanto como sea posible de la experiencia. (Millon, 1994)

La última bipolaridad de los modos cognitivos, está relacionada con la manera de si la información nueva es moldeada de forma que se ajuste a modelos mnémicos pre formados, es decir, integrada en sistemas cognitivos preexistentes o bien organizada mediante la imaginación en forma novedosa. Dentro de esta bipolaridad encontramos, por un lado, a la polaridad *sistematización* que está ligada al juicio, son personas que tienen sistemas de memoria bien estructuradas, a las que añaden rutinariamente nuevas experiencias cognitivas, a quienes actúan sin apartarse de la perspectiva establecida, caracterizadas por un alto grado de formalidad y coherencia en su funcionamiento. Es típico que sean ordenados, predecibles, exigentes, formales, disciplinados, dedicados, leales y devotos. Este modelo cognitivo promueve una cohesión arquitectónica que no es alterada por variaciones riesgosas que podrían disminuir el orden.

Por el otro lado, dentro de la polaridad *Innovación*, las personas se caracterizan por formar nuevas e imaginativas construcciones cognitivas de manera improvisada. Se sienten motivados por buscar ideas y soluciones creativas, encontrando nuevos modos de ordenar información, apartándose de lo conocido a fin de establecer un nuevo nivel de organización cognitiva. Van más allá de la perspectiva conformista y procura ampliar las interpretaciones de sus experiencias.

1.4.3 Relaciones Interpersonales

Una vez descrita la escala de metas motivacionales y modelos cognitivos, nos centraremos en la última escala, denominada **relaciones interpersonales**. La información que se maneje en esta escala será de gran importancia para la valoración de la Personalidad tanto normal como patológica. Dado que el estilo de relacionarse de las personas es decisivo en las experiencias

cotidianas, tanto laborales, familiares como sociales, la variable interpersonal debería sobresalir y predominar sobre los otros ámbitos de la Personalidad. La manera que un sujeto emplea para alcanzar sus metas en lo que respecta a otras personas, provocará reacciones, de estas reacciones, dependerá que su vida sea considerada satisfactoria o no.

Las cinco bipolaridades de la escala relaciones interpersonales de Millon están estrechamente relacionadas a los cinco grandes factores descritos por Leary (1957), quien en base a gradaciones y utilizando un modelo visual, estableció pautas de Personalidad basadas en las dimensiones: dominación/ sumisión y odio/amor de Millon.

La primera categoría de Leary se denominó “*Personalidad cooperativista - superconvencional*”, describiendo a personas que se esfuerzan por agradar y ser aceptadas por los demás y manifestar cordialidad exagerada y sociabilidad en una forma más extrema. Estas personas se caracterizaban por ser efusivas, optimistas superficiales, con una ingenuidad inmadura y expresividad histriónica. Otro tipo de Personalidad era la “*dócil - dependiente*” caracterizada por amplias manifestaciones de amabilidad y pertenencia. Como un rasgo central se observa la extraordinaria confianza y admiración que el sujeto experimenta y le inspire seguir a otras personas. En una forma extrema se observa una dependencia pegajosa y halagadora, así como, una continua demanda suplicante de ayuda y consejo.

La tercera categoría descrita por Leary sobre Personalidad es “*responsable- hipernormal*”, que se caracteriza por una apariencia de integridad personal. Se esfuerza excesivamente por alcanzar un ideal interior lleno de conductas convencionales y apropiadas, siendo ordenados y perfeccionistas. En su forma extrema, puede sentirse aislado por su excesiva corrección y desconectado tanto de su vida como de sus sentimientos propios. En la Personalidad “*modesta-masoquista*” se observa modestia y reserva exenta de altivez, con una tendencia a minimizar su propia capacidad, se muestra muy inseguro y poco competente. En su forma extrema, busca

que los demás le desapruében y humillen, como consecuencia expresa sentimientos de ansiedad, depresión y duda. A cada una de estas personalidades le corresponde su opuesto es decir un inverso en el otro extremo de su dimensión bipolar.

De esta manera las categorías antes mencionadas llevaron a los cinco grandes factores, donde el primer factor, la extraversión, está estrechamente relacionado con el tipo cooperativo-superconvencional. El segundo factor, la afabilidad, está relacionado con el tipo dócil-dependiente, el tercer factor está relacionado entre la escrupulosidad y el tipo responsable-hipernormal, por último, el cuarto factor, neuroticismo está relacionado con el tipo modesto-masoquista de Leary. Tanto el enfoque interpersonal como los cinco grandes factores en términos descriptivos similares de la interacción humana están orientados a los rasgos conductuales que nos servirán en esta investigación.

La primera sub escala conductual es, *retraimiento/comunicatividad*, donde Millon considera que personas que tienen un escaso interés grupal o social, presentan algunos atributos de la Personalidad esquizoide descritas en el DSM IV (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales). Dentro de la polaridad *retraimiento* encontramos personas con una mínima necesidad de dar y recibir afecto, así como, de exteriorizar sus sentimientos. Son personas propensas a tener escasas relaciones y compromisos interpersonales, además de no establecer ningún vínculo sólido con otras personas. Los demás los pueden percibir como despreocupados e indiferentes. Rara vez comunican sus sentimientos o pensamientos y parecen sentirse cómodos cuando están solos. Por su parte, la Personas que están dentro de la polaridad *comunicatividad*, cuentan con atributos contradictorios a la polaridad antes descrita. En su forma más extrema, presentan rasgos similares a lo que el DSM IV denomina Personalidad Histriónica. En formas menos extremas, se describen como personas populares, que confían en sus habilidades sociales, están convencidas de que pueden influir sobre los demás y cautivarlos, poseen una Personalidad agradable. Disfrutan de actividades sociales y les encanta hacer

nuevas relaciones. Son conversadoras, vivaces, hábiles en su trato social, suelen atraer la atención y les agrada ser el centro de las mismas. Muchas de ellas se aburren con facilidad, especialmente cuando tienen que realizar actividades rutinarias y repetitivas. Se caracterizan por sus estados de ánimo acentuado y cambiante, se les considera a veces excitables y veleidosas.

La sub escala de bipolaridad *vacilación/firmeza* mide las diferencias en las situaciones sociales; el autodominio, la ecuanimidad y la estabilidad donde estos atributos transmiten ya sea confianza en sí mismo o autodominio. Caben esperar cierta semejanza en las personas que obtengan puntajes elevados en la polaridad vacilación y la Personalidad evitadora descrita en el DSM IV, mientras quienes se encuentren en el extremo superior de la polaridad firmeza, es probable que presenten rasgos similares a la Personalidad Narcisista.

La polaridad *vacilación*, representa los atributos de inhibición social y alejamiento. Este polo de desconfianza en sí mismo, tiene puntos en común con el tipo “modesto-masoquista” de Leary, por su tendencia a minimizar su capacidad de ser tímido y sensible, así como, con sentimientos de ansiedad y duda. También tiene su semejanza con uno de los cinco grandes factores conocido como neurotismo. Las personas que tienen un puntaje elevado en esta polaridad tienden a ser sensibles a la indiferencia o rechazo social, a sentirse inseguras y a actuar con cautela en situaciones nuevas, sobre todo las que sean de carácter social, son propensas a sentirse incómodas y cohibidas. En algunas ocasiones se pueden poner tensas cuando tienen que tratar con desconocidos, al imaginarse que éstos no forman una buena opinión de ellas. En su mayoría prefieren trabajar solas o en pequeños grupos. Cuando se sienten aceptadas demuestran ser amistosas, cooperativas y altamente productivas con los demás.

Dentro de la polaridad *firmeza* se encuentran personas que su osadía se pone de manifiesto en el trato interpersonal, basada en su propia fe y en su talento. Son personas competitivas, ambiciosas y seguras de sí mismas, asumen con naturaleza posiciones de liderazgo, actúan con decisión y esperan que los demás reconozcan sus habilidades especiales y se esfuercen por complacerles. A menudo son audaces, astutas y persuasivas, tienen suficiente atractivo seduciendo a otras personas para que apoye su causa y propósito. Pueden tener problemas en su poca reciprocidad social y su convicción de que están en su derecho. Por otra parte, a menudo se ven realizadas sus ambiciones y son líderes eficaces.

La tercera sub escala de bipolaridad *discrepancia/conformismo*, está relacionada con el grado en que las personas respetan la tradición. Por el un polo, reconoce que algunas personas actúan con notable autonomía, no están orientadas a lo social y no son propensas a atenerse a las normas convencionales, costumbres culturales y mucho menos a reglas. En su polo opuesto, son personas muy sumisas y responsables, quienes son escrupulosas y diligentes con respecto a su cumplimiento de obligaciones. Las personas que tienen puntajes elevados en discrepancia están relacionadas con la Personalidad antisocial del DSM IV. En cambio, las personas con puntajes elevados en la polaridad conformismo suelen presentar rasgos de una Personalidad obsesiva-compulsiva.

Según Millon (1997) las personas que tienen un puntaje elevado en la polaridad *discrepancia* son poco convencionales y hacen las cosas a su modo. Actúan como creen pertinente, sin importar la opinión de los demás. Prefieren ocultar la verdad, no son escrupulosos, siendo personas a las que les gusta pensar y obrar de un modo independiente sin asumir responsabilidades. Les desagrada seguir la rutina del día a día, siendo creativas. A veces actúan de manera irresponsable e impulsiva, lo que las lleva a hacer las cosas de manera que ellas creen conveniente sin importarles las consecuencias tanto para ellas como para los demás.

Tienen la creencia de que las autoridades son muy severas con la gente que no acata las reglas. En general, muestran una gran autonomía y autodeterminación.

En el otro polo encontramos la polaridad *conformismo*, en la misma se encuentran personas con características convencionales y de obediencia. Esta es similar a la Personalidad responsable- hipernormal de Leary, con su ideal de conducta apropiada, ordenada, convencional y perfeccionista. También tiene una relación con el factor tercero de los cinco grandes, el que está denominado como escrupulosidad. Los conformistas son muy respetuosos con la autoridad y la tradición. Hacen todo lo que esté a su alcance para cumplir con las normas y leyes convencionales, cumplen estrictamente las mismas y actúan de un modo responsable y apropiado. Son bien organizados, confiables y prudentes. Pueden ser vistos como personas que se controlan en exceso e incluso son intolerantes con los que se desvían de la norma, les desagrada que su trabajo se acumule, se preocupan por acabar lo que han iniciado y son vistos por los demás como cumplidores y aplicados.

La cuarta sub escala de bipolaridad del MIPS comprende las polaridades de *sometimiento/control*. Una de sus polaridades corresponde al segmento masoquista del tipo modesto-masoquista de Leary, en el que presenta la tendencia a provocar los tratos humillantes y de desaprobación con acciones “indecisas y de característica nerviosa”. Por el contrario, al otro polo, lo podemos asemejar con la Personalidad directiva- autocrítica de este mismo autor, donde exige respeto y obediencia de los otros e intenta manipular y controlar sus vidas.

Dentro de la polaridad *Sometimiento* encontramos a personas que además de tener una actitud de cooperación y amistad son serviles y se dejan degradar. Permiten que los demás se aprovechen de ellas y con frecuencia se consideran sus peores enemigos. Muchas veces tienden a ser modestas y sienten desprecio por sí mismas, lo que las lleva a ocultar sus talentos y aptitudes. Por su parte, en la polaridad *control*, se encuentran personas que les agrada dirigir e

intimidar a los demás, así como ser obedecidas y respetadas. No suelen ser sentimentales y disfrutan de manipular la vida del resto. Asumen actividades que les den poder y aceptación pública. Las personas controladoras son muchas de las veces líderes eficaces y con talento para supervisar a otros, consiguiendo que trabajen en conjunto para alcanzar metas (Millon, 1997).

La quinta y última sub escala de bipolaridad es la *insatisfacción/concordancia*. La primera polaridad, que concuerda con el negativismo social, indica un desagrado general hacia sí mismo y hacia los demás, con una tendencia a actuar con malhumor, resentimiento, oposicionismo e irritabilidad. Esta polaridad se relaciona con la Personalidad negativista (pasivo-agresivo) del DSM. En el otro polo, concordante con la receptividad social, se encuentran personas que se caracterizan por ser agradables en su trato y quienes por lo general actúan de un modo condescendiente, afable y pacífico. Esta polaridad corresponde más estrechamente a la Personalidad dependiente del DSM IV.

Para Millon las personas que han sacado una elevada puntuación en la polaridad de *insatisfacción* suelen pensar que han recibido un trato injusto, que no son valoradas por lo que hacen y que se les culpa por faltas o cosas que no han cometido. Son resentidas por considerar que se les pone exigencias injustas, muchas de las veces no afrontan sus responsabilidades tan bien como podrían, creen saber que lo bueno no dura. Son ambivalentes en su vida y en sus relaciones, suelen verse inmersas en altercados y sufrir desilusiones mientras oscila entre la aceptación y la resistencia. Cuando sienten que las cosas marchan bien se apegan por la independencia en forma productiva y constructiva hablando con franqueza para mejorar situaciones difíciles.

Es muy diferente lo que ocurre con las personas que tienen un puntaje elevado en la polaridad *concordancia*, puesto que tiene una semejanza con el segmento cooperativo normal del estilo interpersonal cooperativo-superconvencional de Leary, mostrando un patrón de

conducta de participación, acomodación y concordancia. Son muy serviciales y amistosas y están dispuestas a adaptarse a las preferencias de los demás para no molestarlas. Dado que confían en la bondad y la consideración de los otros, están dispuestas a adoptar su preferencia y así encontrar soluciones pacíficas, además cuentan con una gran cordialidad que caracterizan sus relaciones interpersonales (Millon, 1997).

1.5 Estudios con el uso del MIPS

En un estudio realizado en los Estados Unidos en el año 1992, con una muestra de 47 aspirantes admitidos en un programa de entrenamiento en una academia de policías, se aplicó el “Inventario de Estilos de Personalidad de Millon” (MIPS), dando como resultado, que para un desempeño policial eficaz los postulantes cuenten con las siguientes dimensiones de Personalidad esenciales: observancia de la ética del trabajo, minuciosidad y atención a los detalles, sensibilidad a los intereses de los demás y estabilidad emocional. A partir de este estudio se logró establecer una correspondencia entre los requisitos del empleo y rasgos de Personalidad en ocupaciones específicas.

Se comprobó que los puntajes elevados en la escala control, que indican un estilo de Personalidad dominante, están asociados con evaluaciones desfavorables en las áreas de tareas, conocimientos, actitudes y apariencias durante su entrenamiento supervisado en terreno. (Millon, 1994).

De igual manera, un estudio realizado en Ecuador en 2015, que empleó el MIPS a 77 policías que laboran dentro de la sub zona de la Provincia de Tungurahua, concluyó que el área de metas motivacionales es la variable predominante con un 57%, significando que los vínculos interpersonales tienden a ser una fuente de conflicto. Adicionalmente, el estudio encontró que los ejes de Personalidad predominantes son el de control correspondiendo al 23% de la

población estudiada, seguido por el de Firmeza con un 14%. Las personas que se encuentran dentro del eje control se caracterizan por ser enérgicas a menudo dominantes y socialmente agresivas, mientras que las que se encuentran dentro de la Firmeza tiende a ser ambiciosas, egocéntricas y seguras de sí mismas, creyendo ser más competentes y talentosas que quienes las rodean (Buenaño Sanchez, 2015).

Otro estudio realizado en Argentina en el año 2000, que utilizó el MIPS, con el objetivo de analizar un patrón de respuestas de sujetos sometidos a procesos de evaluación psicológica de manera obligatoria para un proceso de selección Castro & Casullo (2000), encontró que algunas escalas se distorsionaban más en sujetos de evaluación voluntaria; pues los obligados presentaban menos problemas personales y se mostraban más optimistas, independientes, asertivos y racionales. Aun así, los autores concluyen que una dosis de deseabilidad social en la respuesta es esperable.

Con base a lo expresado por estos autores, podemos afirmar que las dimensiones del MIPS permiten conocer de una manera ordenada e integrada los diferentes estilos de Personalidad, delineando los aspectos más relevantes de cada persona evaluada. Demostrando que cada estilo representa patrones adaptativos en diferentes ambientes y situaciones.

Capítulo II

Estrés

“Sin bienestar la vida no es vida; solo es un estado de languidez y sufrimiento”.

Francois Rabelais.

2.1 Conceptos.

El estrés ha sido tema de estudio durante los últimos años, en diversos contextos: social, laboral, educativo, entre otros. Razón por la cual, en primera instancia, revisaremos los conceptos más importantes sobre el mismo.

La Real Academia Española de la Lengua (RAE, 2001) define al estrés como una “tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves”, dentro de dicha se señala el origen de la palabra al inglés *strees*, el mismo que según la última edición del Oxford Dictionary of English (OED3, 2005) es “un estado de tensión mental o emocional o tensión resultante de circunstancias adversas o exigentes.”, además, desde el ámbito de la biología, se lo describe como “alteraciones fisiológicas o daños causados a un organismo por circunstancias adversas”.

En los años 90 se define al estrés como: “un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que experimenta el organismo cuando se lo somete a fuertes demandas” (Melgosa, 1995).

Selya (citado por Sierra, 2003) fue uno de los primeros autores en utilizar el término estrés, el mismo que proviene del vocablo *distres*, que significa en inglés “pena o aflicción”. El término utilizado en aquel entonces hacía referencia al ámbito físico, relacionado con la fuerza o peso que se ejercía sobre determinados objetos. Traducido al ámbito social como “una respuesta inespecífica del organismo ante una diversidad de exigencias”.

Chrousos y Gold (1992) definen al estrés como un estado en el que existe una falta de armonía o a su vez se produce una amenaza a la homeostasis; siendo de este modo una perturbación, la misma que resulta en respuestas fisiológicas y comportamentales, con el fin de regenerar el balance homeostático idóneo.

Por otra parte, se asocia al estrés como una amenaza real o supuesta a la integridad de la persona, la misma que puede ser fisiológica o psicológica, de manera que el individuo brinda una respuesta conductual y/o fisiológica (McEwen, 2000).

El estrés visto desde una perspectiva psicosocial, es considerado en relación a las condiciones sociales (rol, estatus, entorno social, etc.) las áreas mencionadas se encuentran relacionadas con altos niveles de estrés, encontrándose repercusiones negativas en la salud, la condición de vida e inclusive con el tiempo de vida (Cockerham, 2001).

Arellano (2002), define al estrés como una respuesta subjetiva, hacia los hechos que están ocurriendo, el mismo que produce internamente un estado de excitación o a su vez tensión en el estado mental interno.

Se ha mencionado al estrés como un hecho habitual en la vida de los seres humanos, debido a que cualquier individuo, en mayor o menor frecuencia, lo ha experimentado en algún momento de su vida. De manera que los cambios en la vida, son factores que provocan el mismo. Tener estrés es sentirse sometido por una gran presión, tales como sentirse aburrido,

encontrarse en situaciones en la que no se puede tener control sobre las mismas, sentirse frustrado (Sierra, 2003).

Navas (citado por Naranjo, 2004) coinciden al momento de explicar al estrés como un fenómeno, el mismo que no se basa en la individualidad del ambiente o la persona, sino señalan un tipo de relación dinámica entre la persona y el ambiente.

Pereira (2009), divide al estrés en 2 niveles: el buen estrés y el mal estrés. Dentro de dicha división señala al buen estrés como “todo aquello que causa placer, lo que la persona quiere o acepta hacer en armonía consigo misma” por ejemplo: compartir con personas, la alegría, entre otros. Por otro lado, se define al mal estrés como “todo aquello que disgusta, que se hace en contradicción consigo misma, su ambiente y su capacidad de adaptación” por ejemplo: la tristeza el fracaso, enfermedades, fuentes de trabajo, entre otras.

2.2 Teorías

El término estrés se ha utilizado a lo largo de la historia para denominar realidades muy diferentes, es por esto que se ha presentado una dificultad para identificar el significado de la palabra estrés. Durante el siglo XIX, Claude Bernard consideraba que el estrés únicamente hacía referencia a los “estímulos estresores” o a las “situaciones estresantes”. Posteriormente en el siglo XX, Walter Cannon pensaba que lo fundamental eran las respuestas fisiológicas y conductuales características (Berrío & Mazo, 2012).

2.2.1 Teorías centradas en la respuesta (o factores internos)

2.2.1.1 Teoría de Síndrome de Adaptación General (SAG)

Hans Selye en 1926 introdujo en el ámbito de la salud el término estrés y lo definió como una respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor, es entonces que

empieza a desarrollar su teoría, en donde plantea tres etapas como respuesta del estrés. A la primera la denominó como “Alarma” en la cual el cuerpo reconoce el estrés y este se prepara para la acción (huida o lucha); además paralelamente a esta situación se liberan varias hormonas que aumentan el ritmo respiratorio y los latidos del corazón. Posteriormente se presenta la “Resistencia” en la que el cuerpo repara cualquier daño que existe debido a la primera etapa, los daños solo pueden ser remediados en caso de que el estrés haya desaparecido, pero si este continúa entonces el cuerpo permanece en alerta. Si la resistencia permanece entonces esta abre paso a la tercera etapa que se denomina “Agotamiento”, en donde se despliega una serie de alteraciones debido al estrés. En caso de que la exposición al estrés sea prolongada, las reservas de energía del cuerpo se agotarán y esto puede desembocar en situaciones muy extremas como la muerte (Navarro & Romero, 2000).

2.2.2 Teorías centradas en los estímulos (o factores externos)

2.2.2.1 Ley de Elasticidad

Al hablar de la Ley de Hooke, se debe tener conocimiento acerca de la elasticidad; se dice que es la propiedad de los materiales que, al ser estrechado o estirado por una fuerza externa, hace que recuperen su tamaño y forma original. Es decir, cuando una fuerza externa genera un esfuerzo o una tensión, en el interior de un determinado material, provoca la deformación del mismo. La deformación que el material sufra será directamente proporcional al esfuerzo o tensión. En caso de que la tensión ejercida sobre el material supere un determinado valor, este puede quedar deformado permanente y la Ley de Elasticidad ya no es válida. Se denomina límite de elasticidad al máximo esfuerzo que un material puede soportar antes de que se deforme de manera permanente (Sanger, 2007). El estrés se explica en función del estímulo (fuerza externa que genera esfuerzo o tensión) que lo desata; este estímulo es muy subjetivo ya que una situación puede ser considerada como estresante para una persona (material) pero para otra puede no serlo (Arias, 2012).

2.2.2.2 Teoría de Holmes y Rahe

Estos autores plantean una sistematización de los sucesos vitales y su diferencia con los sucesos cotidianos. Indican que los sucesos vitales son eventos que ocurren eventualmente (aparecen en un momento preciso de la vida) y están asociados a cambios evolutivos caracterizados por la transición de un periodo a otro, esto genera altos niveles de estrés debido a su naturaleza traumatizante. Pueden ser eventos positivos o negativos, aunque esta valoración depende de la evaluación cognitiva que realiza cada individuo. Mientras que los sucesos cotidianos se experimentan rutinariamente y no se relacionan con elevados niveles de estrés. En general, los sucesos vitales están asociados a mayores niveles de estrés y posibilidades de enfermar ya que estos provocan cambios dentro de la rutina diaria, es decir, que, a mayor cambio dentro de la vida, existe una mayor probabilidad de padecer estrés o enfermar (Arias Gallegos, 2012).

2.2.3 Teorías interaccionistas o transaccionales (de los factores modulares)

2.2.3.1 Teoría Transaccional

Por otra parte, Lazarus y Folkman establecen una teoría a la cual la denominan “Teoría Transaccional”. Estos autores argumentan que hay una relación particular entre la persona y el ambiente (amenazante o que pone en peligro su homeostasis); que de igual manera se relaciona con las estrategias de afrontamiento y las emociones que se experimentan tras la valoración de un evento estresante. Varias investigaciones señalan que un afrontamiento centrado en la acción se relaciona positivamente con un bienestar psicológico, por otro lado, un afrontamiento centrado en la emoción se relaciona con problemas de salud (Berra Ruiz, Muñoz Maldonado, Vega Valero, Silva Rodríguez, & Gómez Escobar, 2014). En esta teoría, la evaluación cognitiva juega un papel fundamental ya que lo importante para valorar los efectos del estrés no es el estresor como tal, sino como la persona percibe este estresor, ya que de ello dependerán

las estrategias de afrontamiento que cada individuo utilice para así resistir un evento estresante (Gallegos, 2012).

2.2.3.2 Modelo procesual del estrés

El modelo procesual del estrés es propuesto por Sandín (1995,1999) el mismo que se divide en 7 etapas. Dentro del modelo el primer lugar es ocupado por los estresores sociales y ambientales, este ítem es considerado como “demandas psicosociales”, en segundo lugar se considera a la “evaluación cognitiva” que tiene relación con la valoración que le da el individuo a la situación, posterior a esto se toma en cuenta las respuestas emocionales, conductuales y fisiológicas dentro del apartado denominado como “respuesta de estrés”, los esfuerzos realizados para controlar el estrés son llamados “estrategias de afrontamiento” estas son las 4 grandes áreas dentro del modelo al cual se adaptó las “variables sociales, disposicionales y el estatus de la salud”.

2.2.3.3 Modelo integrador de estrés y síntomas psicossomáticos.

Basado en el modelo procesual del estrés Sandín (1999), se realizan adecuaciones al modelo de tal manera González & Hernández (2006), proponen el modelo integrador del estrés, basado en la relación central de los síntomas psicossomáticos con el estrés. Por ejemplo, ante los estresores (diarios, recientes, crónicos) la persona puede o no percibir, todo esto depende de la valoración que hace (ejemplo: autoestima), de la situación (daño o amenaza) y la valoración del apoyo, una vez que el sujeto haya percibido en dichas áreas, el nivel de estrés se puede presentar a nivel emocional (depresión, ansiedad), conductual (afrontamiento) y se produce una respuesta fisiológica (síntomas somáticos).

2.3 Demandas psicosociales (estrés psicosocial)

Esta es denominada la primera fase del modelo, la misma se basa en la comprensión de los agentes externos (psicosociales) estresantes. La razón por la cual se mantiene el término de “estrés psicosocial”, el mismo que se conforma por acontecimientos estresantes, los mismos generan alteración en el sistema somático del organismo, al igual que en el psicológico (Belloch, Sandín y Ramos, 2009).

2.3.1 Sucesos vitales

Los sucesos vitales que generan estrés son considerados aquellos acontecimientos que son “extremadamente y extraordinariamente traumáticos”, sin embargo, se reconoce que a veces se trata de eventos normativos, tales como un divorcio, el matrimonio. De igual manera se considera que el padecimiento del estrés puede estar asociado a sucesos vitales, por ejemplo: una guerra, tipo de trabajo, violaciones, terrorismo (Belloch et al., 2009).

2.3.2 Sucesos menores (estrés diario)

Los sucesos menores son considerados aquellos que tiene menor impactos, sin embargo, son aquellos sucesos que son más frecuentes, llegándose a dar varias veces en una semana, por ejemplo: problemas o discusiones dentro de la familia, problemas financieros, etc (Belloch, 2009).

2.4 Evaluación cognitiva

Complementario al modelo propuesto por Holmes, se vio la necesidad de implementar variables que tengan que ver con el corte cognitivo, de manera que se pueda realizar una evaluación del acto estresante, de igual manera conocer la percepción del sujeto sobre la misma (Belloch et al., 2009).

2.5 Afrontamiento del estrés

El afrontamiento es reconocido como un proceso mediante el cual se da respuesta al estrés, suprimiéndolo o reduciéndolo. Cuando se produce la disminución de la conducta fisiológica hablamos de “coping” (Belloch et al., 2009).

2.5.1 Estilos de afrontamiento

Los estilos de afrontamiento son reconocidos como las disposiciones personales para enfrentarse ante situaciones estresantes, entre los más conocidos tenemos al “represor”, el mismo que se encuentra asociado a los mecanismos de defensa de la negación y evitación (Belloch et al., 2009).

2.5.2 El afrontamiento como proceso

El afrontamiento como parte de un proceso tiene su base en la teoría procesual de Lazarus, debido a la influencia de la misma se define al afrontamiento como “los esfuerzos en curso cognitivos y conductuales para manejar las demandas externas o internas que son evaluadas como algo que grava o excede los recursos de la persona” (Belloch et al., 2009).

2.5.3 Estrategias básicas de afrontamiento

Esta etapa se diferencia de la anterior, ya que no solo se centra en los mecanismos de defensa del yo ante el estrés, por el contrario, se trata de ver como la persona afronta el estrés, convirtiéndose en un rasgo o estilo de afrontamiento (Belloch et al., 2009).

2.6 La respuesta de estrés

Al hablar sobre la respuesta de estrés decimos que el organismo se encuentra “estresado” o a su vez en un “estado de estrés”, siempre se encuentra asociado a algún tipo de respuesta del orgánica, o a su vez respuestas emocionales (Belloch et al., 2009).

2.6.1 Respuestas fisiológicas

Se ha evidenciado que el estrés provoca cambios a nivel fisiológico, entre los cuales podemos encontrar danos cardiovasculares tales como: incremento de la tasa cardiaca, aumento de la presión sanguínea, entre otras; respuestas metabólicas: aumento de triglicéridos, aumento del colesterol, incremento del transporte de oxígeno; además, otros tipos de respuestas fisiológicas como: hiperventilación, temblor, reducción de la salivación, tensión muscular, etc (Belloch et al., 2009).

2.6.2 Respuestas psicológicas

La respuesta psicológica que se encuentra más frecuente es la de tipo emocional, compuesto por emociones negativas como la ansiedad, depresión, ira, frustración etc. Por otro lado, tenemos respuestas de tipo cognitivo compuestas por preocupación, pérdida de control, etc. Además, respuestas de tipo conductual asociadas a conductas de consumo, agresivas, etc (Belloch et al., 2009).

2.6.3 Apoyo social

Se considera como los recursos sociales que dispone la persona para el afrontamiento del estrés. El mismo se caracteriza por la presencia de seres humanos para la superación del estrés, compañía humana, el contacto social, la pertenencia a una red social. Actúa protegiendo

al individuo durante los momentos de estrés, de manera que potencia la adaptación (Belloch et al., 2009).

Capítulo III

Personalidad y Estrés

“Cada persona brilla con luz propia entre todas las demás. No hay dos fuegos iguales. Hay fuegos grandes y fuegos chicos y fuegos de todos los colores”.

Eduardo Galeano.

3.1 Variables personales de predisposición

3.1.1 Estrés y características personales

Las variables de personalidad o las tendencias personales predisponen al uso de determinadas maneras de afrontar el estrés; además estas variables de personalidad se relacionan con los sucesos vitales, con el estrés diario y pueden modificar el apoyo social (dependiendo del grado de relación que el sujeto mantenga con los demás). A continuación, se analizarán algunos conceptos importantes en cuanto a los estilos personales:

La alexitimia es una característica individual que consiste en la incapacidad para identificar y describir verbalmente las emociones o sentimientos, además afecta el modo en el que las personas experimentan sus emociones (Belloch et al., 2009).

Hardiness es una palabra de la lengua inglesa, que podría traducirse como “resistencia o dureza” ante el estrés. Se define como una tendencia optimista frente al estrés que se caracteriza por el compromiso (con uno mismo, creyendo en los valores propios, metas y prioridades minimizando la amenaza ante los sucesos vitales), el desafío (considerado como una oportunidad que favorece al desarrollo personal) y el control (sensación personal de control

ante las situaciones generadoras de estrés). Relacionándola estrechamente con la autoestima y la autoeficacia (Belloch et al., 2009).

Por otra parte, el *sentido de coherencia* hace referencia a un recurso que busca mantener la salud, resistiéndose al estrés. Este sentido protege a la persona de los efectos negativos que tiene el estrés (Belloch et al., 2009).

3.1.2 Tipos de reacción al estrés

Según Belloch (2009), se explican diferentes formas que tienen los individuos de reaccionar y enfermar ante la presencia de situaciones que podrían resultar estresantes.

Se han propuesto una clasificación de los diversos tipos de reacción al estrés:

1. *Tipo 1: Predisposición al cáncer.* Se define como un individuo que presenta altos grados de dependencia conformista en relación a un objeto o persona que tengan un valor emocional importante para él, pero al mismo tiempo una abstención para establecer intimidad con dicha persona u objeto. Frente a los eventos estresantes (pérdida o ausencia del objeto) reacciona con sentimientos de desesperanza, indefensión y tendencias a idealizar los objetos emocionales y a reprimir sus respuestas emocionales ya que no se desliga de él, pero tampoco intima. Predomina la hipoestimulación.
2. *Tipo 2: Predisposición a la cardiopatía coronaria (CC).* Esta persona reacciona mediante excitación general (ira, agresividad e irritación crónica). Evalúa de forma extrema a los objetos o personas perturbadoras, es por esto que generalmente fracasa al intentar establecer relaciones emocionales estables. Las personas y situaciones que él considera importante suelen ser su causa de infelicidad. Predomina la hiperexcitación.
3. *Tipo 3: Histérico.* Este tipo de personas se alternan entre el tipo 1 y el 2. Predomina la ambivalencia.

4. *Tipo 4: Tipo saludable protector de la salud.* Se observa que quienes son de este tipo poseen un evidente grado de autonomía. Creen que la autonomía propia y ajena son lo más importante para el bienestar y la felicidad personal. Enfrentan el estrés de manera adecuada y realista. Predomina la autonomía personal.
5. *Tipo 5: Racional-antiemocional.* Se caracteriza por reaccionar de manera racional y antiemocional, es decir que suprimen sus emociones. Predisposición a la depresión y al cáncer. Predominio de lo racional sobre lo emocional.
6. *Tipo 6: Antisocial.* Estas personas tienden a reaccionar con comportamientos antisociales e incluso criminales. Predisposición al consumo de drogas. Predomina la conducta de tipo psicopático.

3.2 Estrés, estado de salud y conductas relacionadas con la salud

3.2.1 Estrés y estado de salud

Se plantea la posible existencia de una conexión entre el estrés y la psicobiología, es decir, que esta relación psicobiológica explicaría ciertos trastornos que puedan presentarse. Como, por ejemplo, la percepción de no tener control en los eventos estresantes, el afrontamiento pasivo-emocional, las respuestas de indefensión/desesperanza y la parca expresión emocional parecen indicar una relación entre algunos patrones a nivel fisiológico que disminuyen la capacidad inmunológica, elevando de esta manera la posibilidad de padecer enfermedades que se relacionan con el sistema inmune (cáncer, menor resistencia a las enfermedades infecciosas, entre otras) (Belloch et al., 2009).

Por el contrario, al tener un cierto grado de control frente a situaciones estresantes, el afrontamiento confrontativo y activo, las respuestas de fuerte expresión emocional podrían señalar un incremento crónico de la actividad cerebral y en diversos sistemas del cuerpo que conllevan a un deterioro de las mismas.

A partir de estos ejemplos se puede apreciar la relación del estrés con las enfermedades, pero estas no solo hacen referencia a problemas físicos sino también a aquellas de índole psicológico, en donde el estrés juega un papel fundamental en cuanto al desarrollo y/o mantenimiento del cuadro clínico (Belloch et al., 2009).

3.2.2 Estrés y conductas relacionadas con la salud (CRS)

El estrés puede alterar directamente la salud psicológica y fisiológica de una persona. Además, el estrés puede generar efectos indirectos sobre la salud a través del mantenimiento de conductas no saludables (Belloch et al., 2009).

Las CRS (conductas relacionadas con la salud) han sido definidas de cómo las variables ambientales (sucesos vitales, apoyo social) y personales (personalidad, entre otras) pueden perturbar los mecanismos fisiológicos y elevar el riesgo de enfermar.

El estar constantemente bajo eventos estresantes se asocia a una disminución de las conductas de salud y a un incremento de las conductas perjudiciales para la misma.

Se ha observado que el apoyo social reduce la frecuencia de estas conductas perjudiciales o no saludables, aunque en ciertas etapas de la vida también puede potenciar estas conductas (Belloch et al., 2009).

Capítulo IV

Metodología y Resultados

4.1 Tipo de estudio

Para esta investigación se propone un estudio de tipo transversal cuantitativo, que busca reconocer en un primer paso los factores sociodemográficos en el personal, los mismos que se encuentran dentro de los test a aplicar y se complementaran con una base de datos proporcionada por la institución. En segunda instancia se pretende identificar los estilos de personalidad propuestos por Millon (MIPS), que predominen en la población con sus respectivas áreas de estrés según el Perfil de estrés de Nowack, para así en un último paso relacionar los factores antes mencionados, lo mismo que nos permite levantar el perfil de las personas que laboran en el sistema de emergencias.

4.2 Participantes

La muestra del estudio fue conformada por 82 personas que labora dentro de los sistemas de emergencias de la provincia del Azuay, ubicadas en las áreas de monitoreo, llamadas y video vigilancia, los participantes fueron 23 personas de sexo femenino y 59 de sexo masculino, siendo todos contratados a plazo fijo y tiempo completo, en horarios rotativos. La edad de los participantes oscila entre los 23 y 58 años con una edad media de 34.6 (DE=7), correspondiente a un estado de adultez joven. Cerca del 50% de ellos alcanzaron un nivel superior universitario y el 57.3% (n=47) tenían una pareja de convivencia (casados/unión libre). La tercera parte no tenía hijos y los dos tercios restantes entre 1 y 5. Los detalles se pueden visualizar en la tabla 1.

Tabla 2: Características de los participantes N=82

Característica	n	%
Sexo	Mujer	23 28,0
	Hombre	59 72,0
Nivel educativo (Máximo alcanzado):	Bachillerato	28 34,1
	Superior no universitario	14 17,1
	Superior universitario	40 48,8
Estado civil	Casado/Unión libre	47 57,3
	Divorciado	13 15,9
	Soltero	21 25,6
	Viudo	1 1,2
Número de Hijos	Tiene un hijo	18 22,0
	Dos hijos	25 30,5
	3 a 5 hijos	13 15,9
	No tiene Hijos	26 31,7

4.3 Instrumentos.

Se administró una batería de test, conformada por el MIPS y el Perfil de estrés de Nowack, La prueba se realizó en forma grupal, durante horas de trabajo del personal a lo largo de las dos primeras semanas del mes de diciembre de 2018.

4.4 Inventario de Estilos de Personalidad de Millón (MIPS)

El MIPS es un inventario que consta de 180 ítems, con respuestas de verdadero/falso diseñado para reconocer los estilos de personalidad de adultos dentro de los parámetros “normales” que se encuentren entre los 18 y 65 años de edad. El mismo tiene 24 escalas agrupadas en 12 pares, distribuidos en tres grandes áreas (Metas motivacionales, Modos cognitivos, Conductas interpersonales). El MIPS cuenta con una validez científica

proporcionada por el coeficiente Alpha de Cronbach, oscilando entre valores de 0.66 y 0.81 con un promedio de 0.72 (Millon, 1997).

Para este estudio, los rasgos de personalidad fueron medidos mediante el MIPS, con puntajes de prevalencia (PP) de 0 al 100; aquellas personas con $PP \geq 50$ en cualquier escala es clasificado como miembro del grupo poseedor del rasgo que esa escala define, además entre mayor sea el PP mayor intensidad de presencia de rasgo posee.

4.5 El Perfil de Estrés de Nowack

El test está compuesto por 123 ítems que comprenden las siguientes áreas: estrés, hábitos de saludo, ejercicio, descanso/sueño, alimentación/nutrición, prevención, conglomerado de reactivos (ARC), red de apoyo social, conducta tipo A, fuerza cognitiva, valoración negativa, minimización de amenazas, concentración del problema y bienestar psicológico, siendo un total de 15. Los valores elevados sugieren cierta invulnerabilidad hacia la enfermedad, mientras que las puntuaciones bajas presentan cierta vulnerabilidad. Se debe considerar que las puntuaciones en las escalas estrés, conducta tipo A, valoración negativa y conglomerado de reactivos (ARC) son inversas. Dentro de este estudio cada ámbito de estrés fue medido en puntuación T de 20 a 80.

4.6 Procedimiento

Se administró la batería de test descrita con anterioridad conformada con por 2 reactivos psicológicos, la misma permitió obtener información pertinente, con el fin de determinar el perfil psicológico existente en el personal. La prueba se realizó en forma grupal, durante horas de trabajo del personal a lo largo de las dos primeras semanas del mes de diciembre de 2018.

4.7 Análisis estadístico

Los resultados se muestran mediante medidas de tendencia central y dispersión; el comportamiento de datos según la prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov (K-S) fue no normal ($p < 0.05$), por lo que se decidió utilizar pruebas no paramétricas. La prueba de comparación de medias entre dos grupos U-Mann Whitney y para más de dos grupos H Kruskal Wallis. Además, para establecer correlación entre variables se empleó el coeficiente de correlación Rho de Spearman. El procesamiento de datos se lo realizó en el programa estadístico SPSS 25 y la edición de tablas y gráficos en Excel 2016. Las decisiones de tomaron con una significancia del 5% ($p < 0.05$).

4.8 Resultados descriptivos

4.8.1 Personalidad

Como se puede apreciar en la figura 1, los resultados revelaron que el grupo de trabajadores del sistema de emergencias poseían principalmente rasgos de: *Firmeza*, *Control*, *Conformismo* y *Sensación*; con puntajes de prevalencia superiores a 70 (puntajes de prevalencia los mismos que van desde PP0 a PP100, de tal manera los individuos que tengan valores mayores a PP50 serán poseedores del rasgo medido y los individuos con puntajes menores serán miembros no poseedores), lo que implica que estas personas tienden a creer que son más competentes y talentosas que quienes los rodean, además son energéticas y dominantes, honradas y con autodominio, con la capacidad de derivar sus conocimientos de lo tangible a lo concreto. Adicionalmente se puede observar, que el rasgo más débil era el de sometimiento seguido por vacilación ($PP < 30$), lo que muestran baja habituación al sufrimiento y bajas conductas de timidez. Además, se encontró una homogeneidad de comportamiento en los rasgos de: modificaciones, control, firmeza y conformismo.

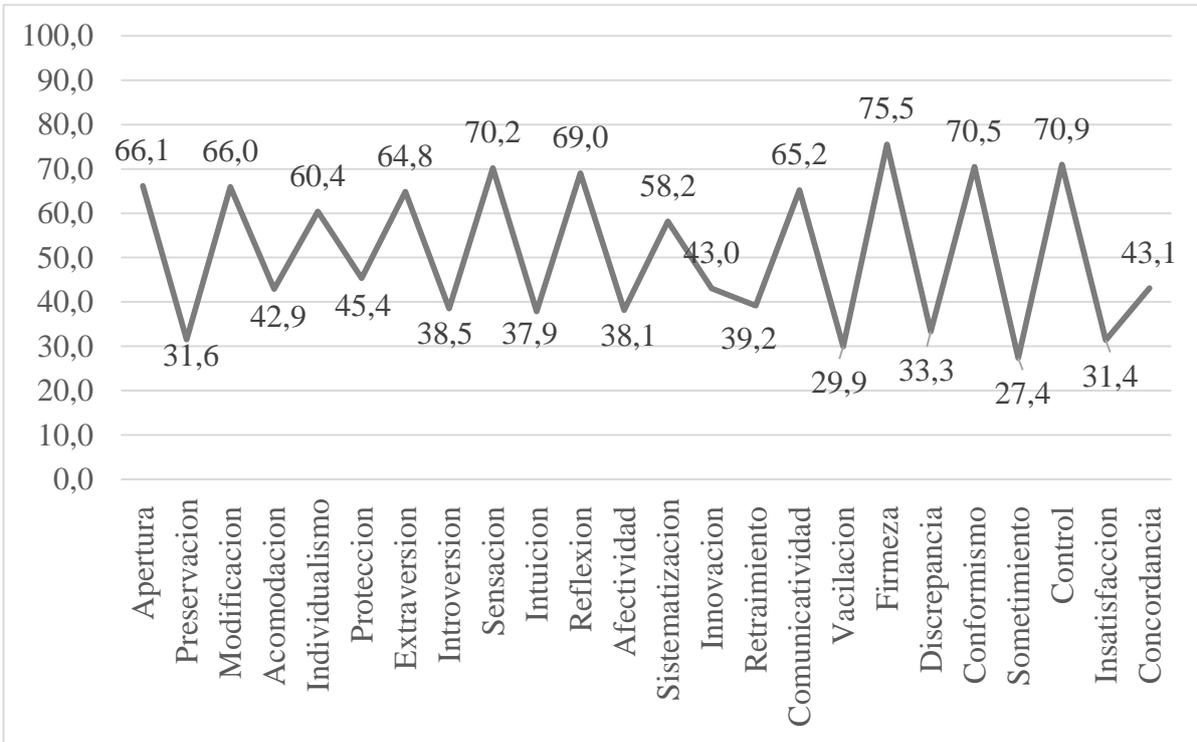


Figura 1: Perfil de personalidad. El diagrama de líneas muestra las PP medias de cada rasgo

4.8.2 Estrés

La figura 2 muestra la puntuación total (PT) de estrés en general, se registraron valores entre 24 y 77 con una media de 45.0 (DE=10.6) puntuación muy por debajo PT60 lo que implica bajos niveles de percepción de estrés.

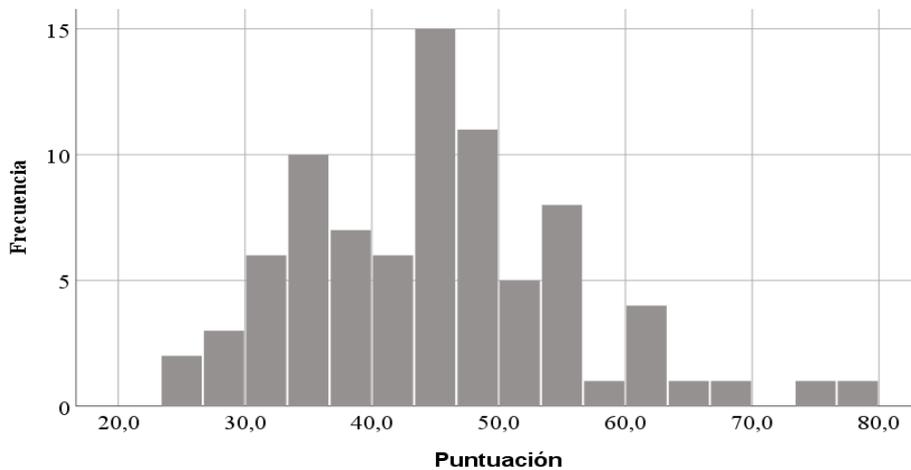


Figura 2: Intensidad de estrés. El histograma muestra el comportamiento de datos a lo largo de la escala de puntuación T.

El perfil general de estrés muestra que las áreas de predominio son: bienestar psicológico, valoración positiva, minimización y prevención, como se puede apreciar en la figura 3. Demuestra que los participantes se encuentran satisfechos consigo mismo; que el estilo de afrontamiento es el de valoración positiva, es decir que ellos se centran en los aspectos positivos de una situación, afrontando los estresores mediante la mitigación de su significado y que frecuentemente practican estrategias preventivas de salud.

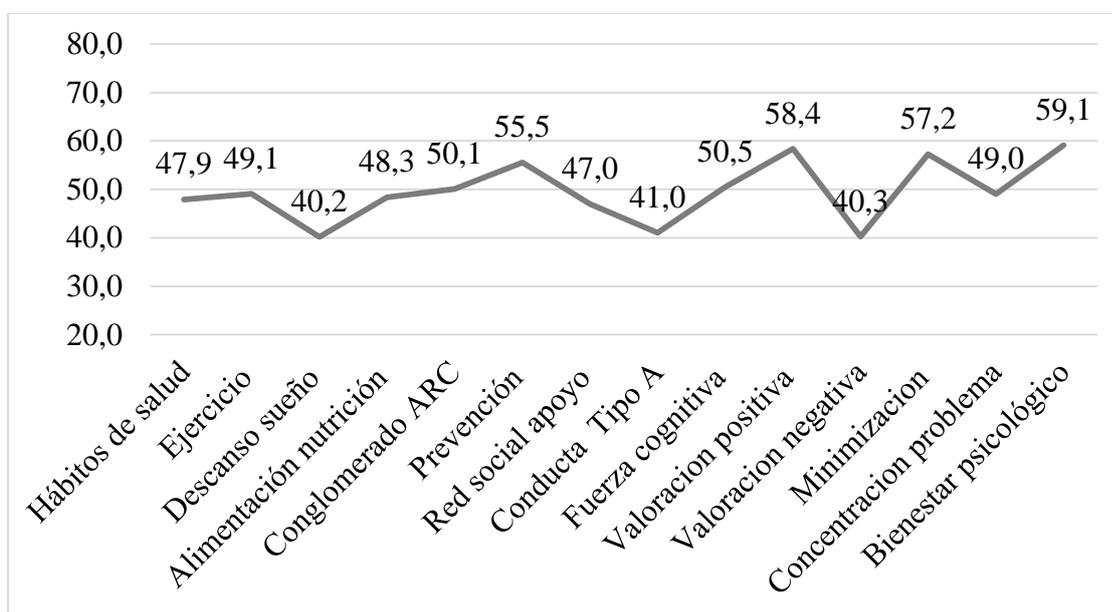


Figura 3: Perfil de estrés. El diagrama de líneas muestra las PT medias de cada rasgo

Las áreas de estrés más frecuentes para los participantes fueron el ámbito financiero y de salud, con una presencia en más de 84%, mientras que las con menor frecuencia fueron aspectos sociales y ambientales con una presencia en el 60% aproximadamente. La intensidad de estresores mostró que los problemas de trabajo y financieros eran los predominantes con medias superiores a 2 (algunas veces); en todos los casos se dieron altas dispersiones de datos. Esto se puede apreciar de manera detallada en la tabla 2.

Tabla 3: Principales estresores (medidos en escala de 1 a 4)

Áreas	n	%	Mínimo	Máximo	Media	DE
Salud	69	84.1	1.0	4,0	1,8	0,9
Trabajo	67	81.7	1.0	4,0	2,2	1,0
Financieros	74	90.4	1.0	4,0	2,1	1,0
Familiares	68	82.9	1.0	4,0	1,7	0,8
Sociales	55	67.1	1.0	4,0	1,5	0,8
Ambientales	48	58.5	1.0	4,0	1,5	0,7

4.9 Resultados asociados a variables sociodemográficas

4.9.1 Personalidad

El rasgo predominante en el grupo de mujeres fue la *firmeza*, mientras que en los hombres fue la *sensación*, además se encontró que en 16 de los 24 rasgos evaluados había diferencias significativas, de los cuales las mujeres resultaron tener mayores rasgos en los ámbitos de: *preservación, acomodación, extraversión, intuición, innovación, comunicatividad y firmeza* ($p < .05$), detalles en la tabla 4.

Tabla 4: Perfil según sexo

Característica	Mujer (n=23)		Hombre (n=59)		p
	Media	DE	Media	DE	
Apertura	42,3	34,5	75,4	17,7	0,000*
Preservación	50,0	31,0	24,4	18,4	0,001*
Modificación	61,8	14,2	67,6	17,3	0,075
Acomodación	65,7	32,6	34,0	17,4	0,000*
Individualismo	49,5	26,8	64,6	22,2	0,025*
Protección	28,4	24,7	52,0	22,2	0,001*
Extraversión	69,8	24,5	62,9	18,8	0,047*
Introversión	48,7	31,4	34,5	22,3	0,072

Sensación	48,5	24,3	78,6	19,3	0,000*
Intuición	63,9	29,9	27,7	18,8	0,000*
Reflexión	65,5	28,1	70,4	22,0	0,664
Afectividad	37,8	21,2	38,3	20,4	0,971
Sistematización	37,8	26,0	65,8	23,1	0,000*
Innovación	64,2	29,8	34,8	18,9	0,000*
Retraimiento	31,2	34,6	42,3	23,8	0,033*
Comunicatividad	72,8	26,0	62,2	20,7	0,039*
Vacilación	29,2	26,8	30,2	22,3	0,460
Firmeza	82,8	22,5	72,7	21,0	0,012*
Discrepancia	21,7	27,3	37,9	21,4	0,002*
Conformismo	65,8	21,9	72,3	19,7	0,211
Sometimiento	33,8	27,9	24,9	19,0	0,237
Control	68,1	16,9	72,1	17,2	0,339
Insatisfacción	20,5	30,3	35,7	25,0	0,002*
Concordancia	24,6	28,1	50,3	19,7	0,001*

Nota: * Diferencia significativa ($p < .05$)

Como podemos apreciar en la tabla 5, el rasgo de personalidad predominante en aquellos trabajadores con nivel de educación de bachillerato fue la *apertura*, en aquellas personas con educación superior universitaria fue la *firmeza* y, por último, en quienes tenían un nivel superior no universitario fue de *control*. Se puede visualizar además una heterogeneidad de comportamiento en todos los rasgos ($CV > 20\%$), se encontraron diferencias significativas de intensidad en 9 rasgos. El *individualismo*, *afectividad* e *insatisfacción* fue significativamente mayor en las personas con un nivel educativo máximo de bachillerato, mientras que las personas con un nivel superior universitario culminado presentaron rasgos más intensos en: *reflexión*, *comunicatividad*, *firmeza* y *conformismo*. Por su parte, las personas con un nivel

educativo superior no universitario presentan intensidad de rasgos en: *vacilación* y *discrepancia* ($p < .05$).

Tabla 5: *Perfil según nivel de educación*

Característica	Bachillerato (n=28)		Superior Universitario (n=14)		Superior no Universitario (n=40)		P
	Media	DE	Media	DE	Media	DE	
Apertura	73,8	16,9	59,7	33,6	69,1	23,5	0,633
Preservación	29,5	24,4	34,5	27,9	27,3	18,1	0,825
Modificación	67,7	13,7	67,3	16,5	58,7	21,1	0,327
Acomodación	36,8	22,0	50,0	30,9	35,0	16,0	0,206
Individualismo	70,2	19,7	51,1	25,7	67,3	20,2	0,005*
Protección	50,6	22,4	43,9	27,3	39,1	23,5	0,376
Extraversión	62,0	17,9	68,5	21,2	60,1	23,9	0,221
Introversión	34,7	24,7	41,9	27,8	36,4	22,1	0,516
Sensación	69,9	18,0	70,1	29,7	71,0	22,3	0,777
Intuición	37,0	18,6	39,2	34,3	35,9	22,3	0,825
Reflexión	65,2	22,2	75,0	22,2	59,7	28,1	0,038*
Afectividad	47,7	20,0	32,6	18,7	34,8	20,7	0,016*
Sistematización	64,8	20,0	56,4	31,7	49,6	22,1	0,271
Innovación	40,0	16,1	43,7	33,2	47,3	17,5	0,446
Retraimiento	44,9	24,5	33,2	29,4	44,9	25,8	0,161
Comunicatividad	61,1	14,4	70,8	24,6	57,5	27,5	0,043*
Vacilación	36,0	26,3	23,1	19,1	37,4	24,9	0,020*
Firmeza	70,0	17,2	83,5	19,4	63,7	28,3	0,001*
Discrepancia	41,7	22,1	24,1	24,3	42,9	18,4	0,003*
Conformismo	71,2	14,4	75,1	21,5	55,9	22,2	0,007*
Sometimiento	28,2	24,0	27,0	22,2	27,1	18,7	0,932
Control	67,7	17,4	71,8	16,5	75,0	18,3	0,379
Insatisfacción	41,7	26,5	21,1	26,3	40,5	21,6	0,001*

Concordancia	50,1	17,8	39,2	31,0	40,1	14,1	0,203
--------------	------	------	------	------	------	------	-------

Nota: * Diferencia significativa ($p < .05$)

Con respecto al estado civil de las personas evaluadas se encontró que quienes tenían una pareja de convivencia (casados y unión libre) tenían como rasgo predominante la *firmeza*; mientras que en los divorciados y solteros este era el de la *sensación*. La tabla 6 muestra que no hay diferencias significativas en la presencia de rasgos según estado civil ($p > .05$).

Tabla 6: Perfil según Estado civil

Característica	Casado/Unión libre (n=47)		Divorciado (n=13)		Soltero (n=21)		P
	Media	DE	Media	DE	Media	DE	
Apertura	62,4	30,7	74,3	21,0	71,5	21,8	0,282
Preservación	33,7	25,9	28,1	27,3	26,3	19,7	0,491
Modificación	67,1	15,0	69,7	13,1	61,0	21,4	0,446
Acomodación	42,2	27,3	42,2	24,9	42,2	25,2	0,994
Individualismo	59,3	24,7	69,0	20,4	57,8	26,4	0,568
Protección	46,5	25,6	49,7	21,6	42,0	26,0	0,587
Extraversión	64,1	22,3	72,5	10,7	60,4	20,4	0,239
Introversión	38,5	25,4	32,2	19,3	40,0	28,8	0,792
Sensación	68,2	26,2	75,3	17,8	72,2	25,9	0,669
Intuición	39,7	26,4	37,0	26,4	31,4	28,8	0,430
Reflexión	68,2	25,6	67,5	24,3	70,5	19,5	0,854
Afectividad	38,6	20,6	44,0	23,0	33,2	18,8	0,272
Sistematización	56,8	28,0	60,5	27,7	61,3	24,1	0,847
Innovación	42,3	25,4	47,6	21,0	39,3	28,0	0,474
Retraimiento	41,7	28,7	33,6	23,1	38,5	27,6	0,698
Comunicatividad	65,2	23,3	70,7	16,5	60,2	23,8	0,561
Vacilación	30,8	24,8	26,5	20,8	31,0	23,0	0,937
Firmeza	76,7	21,7	74,6	16,7	72,2	25,1	0,644

Discrepancia	33,8	25,0	42,0	25,1	28,5	20,6	0,341
Conformismo	69,4	22,2	71,1	16,2	72,1	19,7	0,967
Sometimiento	30,0	24,0	28,7	25,9	20,8	13,2	0,492
Control	72,0	18,2	71,4	15,2	68,0	16,5	0,632
Insatisfacción	34,0	29,2	33,5	27,6	25,9	22,3	0,687
Concordancia	39,4	24,8	52,1	22,5	47,9	24,7	0,155

De la misma manera, la cantidad de hijos no estuvo relacionada con los perfiles de personalidad del personal de sistemas de emergencia ($p < .05$), como se puede apreciar en la tabla 7. No obstante, esta misma tabla muestra que la *reflexión* era el rasgo principal de quienes tenían únicamente un hijo, la *firmeza* de quienes tenían dos hijos, la *sensación* en quienes tenían de 3 a 5 hijos, y por último, el *conformismo* demostró ser el rasgo principal de quienes no tenían hijos.

Tabla 7. Perfil según número de hijos

Característica	Tiene un hijo (n=18)		Dos hijos(n=25)		3 a 5 hijos (n=13)		No tiene Hijos (n=26)		p
	Media	DE	Media	E	Media	DE	Media	DE	
Apertura	57,7	33,9	67,6	28,3	67,4	25,0	69,9	24,1	0,803
Preservación	37,5	30,6	27,3	25,2	34,5	23,8	30,1	22,3	0,546
Modificación	70,2	10,0	63,5	17,8	72,3	10,6	62,2	20,3	0,311
Acomodación	49,6	32,0	40,2	27,0	38,7	20,6	43,1	25,7	0,845
Individualismo	66,5	18,0	59,1	27,1	66,8	24,1	54,2	25,3	0,357
Protección	39,1	25,5	48,1	22,8	48,3	26,1	45,6	27,1	0,770
Extraversión	69,4	20,9	63,9	22,4	66,9	16,2	61,5	21,2	0,396
Introversión	48,6	27,4	32,3	24,5	35,6	19,3	38,9	27,8	0,252
Sensación	70,4	28,5	65,8	22,1	77,5	19,6	70,6	27,1	0,432

Intuición	46,2	35,0	37,6	23,1	32,2	20,7	35,2	29,2	0,784
Reflexión	77,6	22,5	61,7	23,5	72,8	24,5	68,3	23,6	0,180
Afectividad	35,4	21,5	37,6	15,0	43,8	26,7	37,7	21,5	0,756
Sistematización	52,3	28,8	52,2	28,3	68,0	23,4	62,8	24,8	0,186
Innovación	53,4	30,4	38,4	21,2	43,2	18,4	40,3	29,2	0,530
Retraimiento	28,1	25,5	44,2	29,4	47,2	25,5	37,9	26,8	0,127
Comunicatividad	72,1	23,4	60,3	23,0	71,6	17,0	61,9	23,4	0,195
Vacilación	23,9	21,5	31,8	25,5	31,2	23,9	31,7	23,4	0,669
Firmeza	79,8	24,8	74,0	20,8	79,0	15,8	72,2	23,4	0,418
Discrepancia	30,5	23,9	39,4	26,6	41,7	25,0	25,3	19,5	0,147
Conformismo	75,3	14,1	62,4	25,1	75,2	16,5	72,6	19,6	0,275
Sometimiento	25,6	14,9	35,0	29,9	27,0	25,1	21,5	12,8	0,641
Control	72,0	18,6	71,9	17,1	75,8	16,9	66,9	16,2	0,394
Insatisfacción	24,8	20,3	32,1	29,7	44,9	30,3	28,6	26,7	0,336
Concordancia	35,7	28,2	41,6	24,5	45,5	19,4	48,5	25,6	0,343

4.9.2 Estrés

La intensidad percibida sobre los estresores en las 6 áreas evaluadas, no resultaron ser significativamente diferentes entre hombres y mujeres ($p > .05$), a pesar de que los hombres tenían percepciones más intensas. Tabla 8.

Tabla 8. *Perfil según sexo*

Áreas	Mujer (n=23)		Hombre (n=59)		p
	Media	DE	Media	DE	
Salud	1,4	1,1	1,7	0,9	0,144
Trabajo	1,8	1,3	1,8	1,1	1,000
Financiero	1,8	1,2	2,3	1,0	0,110
Familiares	1,3	1,0	1,7	1,0	0,196
Sociales	0,9	0,9	1,3	1,1	0,208
Ambientales	0,8	1,0	1,0	0,7	0,143

En el nivel educativo se puede observar una significancia, puesto que el estrés producido por problemas financieros fue más intenso en aquellas personas que tenían un nivel educativo de bachillerato y en las personas con un nivel superior no universitario en comparación a las personas con educación superior universitaria ($p=029$)

Tabla 9. Perfil según Nivel educativo

Característica	Bachillerato (n=28)		Superior Universitario (n=14)		Superior no universitario (n=40)		P
	Media	DE	Media	DE	Media	DE	
Salud	1,3	1,1	1,5	1,0	1,9	1,4	0,392
Trabajo	1,7	1,4	1,9	1,2	1,8	1,2	0,921
Financiero	2,3	1,0	1,7	1,1	2,1	1,1	0,029*
Familiares	1,4	0,9	1,4	1,1	1,7	0,8	0,307
Sociales	1,1	1,0	1,0	1,1	1,0	0,7	0,597
Ambientales	0,8	1,2	0,9	0,7	0,8	0,8	0,474

Nota: * Diferencia significativa ($p < .05$)

Con respecto al estado civil, la prueba no paramétrica de comparación de grupos H Kruskal Wallis reveló diferencias significativas ($p < .05$), mismas que se puede apreciar en la tabla 10. Donde los estresores principales en los solteros fueron los de *salud* y *trabajo*, mientras que en las personas divorciadas, casados y unión libre este fue el *financiero*.

Tabla 10. Perfil según Estado civil

Área	Casado/Unión libre (n=47)		Divorciado (n=13)		Soltero (n=21)		P
	Media	DE	Media	DE	Media	DE	
Salud	1,4	1,0	1,5	1,1	1,6	1,2	0,862
Trabajo	2,0	1,3	1,4	1,0	1,6	1,3	0,308
Financiero	2,1	1,1	1,8	1,1	1,4	1,0	0,036*
Familiares	1,5	1,0	1,5	1,0	1,2	1,1	0,559
Sociales	1,1	1,0	0,8	0,8	1,1	1,0	0,436
Ambientales	0,9	1,0	0,7	0,8	0,8	0,9	0,888

Por último, con respecto a la influencia del número de hijos de los trabajadores el análisis estadístico no presentó ninguna vinculación entre este este indicador sociodemográfico y la intensidad de estrés percibido en las diferentes áreas ($p > .05$). Ver tabla 11

Tabla 11. Perfil según número de hijos

Área	tiene un hijo (n=18)		Dos hijos(n=25)		3 a 5 hijos (n=13)		No tiene Hijos (n=26)		p
	Media	DE	Media	DE	Media	DE	Media	DE	
Salud	1,4	1,0	1,6	1,1	1,3	1,1	1,6	1,1	0,832
Trabajo	1,7	1,1	2,0	1,4	1,8	1,0	1,7	1,3	0,862
Financiero	2,1	1,3	2,3	1,1	1,8	1,0	1,6	1,1	0,129
Familiares	1,1	0,9	1,8	1,1	1,5	0,7	1,3	1,0	0,180
Sociales	0,7	0,7	1,3	1,2	0,8	0,7	1,1	1,0	0,242
Ambientales	0,8	0,9	1,0	0,9	0,8	1,1	0,8	0,8	0,709

4.10 Correlación entre Estresores y Rasgos de Personalidad

El rasgo de *apertura* se relacionó negativamente en una intensidad leve-moderada con las áreas de estrés de: *salud*, *trabajo*, *financieros*, *familiares* y *sociales*; es decir a mayor apertura menor percepción de estrés en estas áreas. Por su parte, la *preservación* e *introversión* se relacionaron levemente y de forma directa con la intensidad de la percepción de *salud* como estresor, a mayor nivel de estrés mayores rasgos de *preservación* e *introversión*. Así mismo los rasgos de *sensación*, *individualismo* y *modificación* se relacionaron de manera inversa con ciertas áreas de estrés, los detalles se pueden observar en la tabla 12.

Tabla 12. Correlación entre áreas de estrés y rasgos de personalidad: Metas motivacionales y Modos cognitivos

Áreas		Ape	Pr	Mo	Aco	Ind	Prt	Ext	Int	Sen	Int	Ref	Afe
Salud	rs	-,308**	,253*	-,220*	0,180	-0,178	-0,058	-0,042	,241*	-,229*	0,198	-0,034	-0,087
	p	0,00	0,022	0,047	0,106	0,110	0,604	0,709	0,029	0,039	0,074	0,763	0,435
Trabajo	rs	-0,203	0,146	-0,152	,224*	-0,064	-0,065	-0,089	0,033	-0,086	0,048	-0,002	-0,117
	p	0,067	0,189	0,172	0,044	0,568	0,563	0,426	0,765	0,444	0,669	0,983	0,295
Financieros	rs	-,328**	,280*	-0,074	0,193	0,063	-0,086	-0,022	0,124	-,322**	,296**	-0,176	0,120
	p	0,003	0,011	0,511	0,083	0,572	0,441	0,846	0,268	0,003	0,007	0,115	0,282
Familiares	rs	-,218*	,247*	-0,068	0,162	-0,037	0,008	-0,054	0,107	-,224*	,284**	0,008	0,026
	p	0,049	0,025	0,545	0,147	0,741	0,943	0,627	0,337	0,043	0,010	0,946	0,819
Sociales	rs	-,221*	0,193	-0,205	,227*	0,025	-0,071	-0,145	0,053	-0,173	0,168	-0,199	0,013
	p	0,046	0,082	0,065	0,040	0,822	0,524	0,195	0,634	0,119	0,132	0,073	0,907
Ambientales	rs	-0,160	0,092	-0,026	0,122	-,260*	0,105	0,055	0,134	-,323**	,325**	-0,125	0,148
	p	0,151	0,409	0,818	0,274	0,018	0,347	0,621	0,231	0,003	0,003	0,262	0,186

Nota: **Ape**: Apertura, **Pr**: preservación, **Mo**: Modificación, **Aco**:Acomodación, **Ind**: individualismo, **Prt**:protección, **Ext**:extraversión, **Int**:introversión, **Sen**: sensación, **Int**: intuición, **Ref**: reflexión, **Afe**: afectividad. *p<.05; *p<.01

Los problemas *sociales* se relacionaron inversamente en una intensidad leve con los rasgos de *comunicatividad*, *firmeza* y *conformismo*; es decir a mayor percepción de estrés en problemas *sociales* menores rasgos de *comunicatividad*, *firmeza* y *conformismo* y directamente con los rasgos de *retramiento*, *vacilación* y *sometimiento*.

Además, las conductas interpersonales tuvieron relaciones positivas y negativas con la intensidad de estrés de los problemas en el trabajo. Por otra parte, la intensidad de estrés en áreas *financieras* se relacionó directa e importantemente con los rasgos de *vacilación* y *sometimiento*. Más detalles se pueden observar en la tabla 13.

Tabla 13. Correlación entre áreas de estrés y rasgos de personalidad: Modos cognitivos y conductas interpersonales

Característica		Sis	Ino	Ret	Com	Vac	Fir	Dis	Cnf	Som	Con	Ins	Co
Salud	rs	-,267*	0,148	0,104	-0,075	,263*	-0,045	-0,069	-0,213	,467**	-0,097	0,026	-,219*
	P	0,016	0,183	0,352	0,503	0,017	0,691	0,536	0,055	0,000	0,385	0,817	0,048
Trabajo	rs	-0,215	-0,003	,255*	-,276*	,314**	-,249*	0,201	-,270*	,345**	-0,145	,222*	-0,089
	P	0,054	0,978	0,021	0,012	0,004	0,024	0,070	0,014	0,001	0,194	0,045	0,428
Financieros	rs	-0,139	,259*	0,207	-0,134	,408**	-0,189	,299**	-,273*	,459**	-0,072	,252*	-0,216
	P	0,217	0,019	0,063	0,231	0,000	0,089	0,006	0,013	0,000	0,520	0,022	0,052
Familiares	rs	-0,162	,217*	,290**	-0,176	,305**	-0,096	0,211	-,236*	,342**	0,108	0,215	-,249*
	P	0,148	0,050	0,008	0,114	0,005	0,391	0,057	0,033	0,002	0,336	0,052	0,024
Sociales	rs	-0,194	0,125	,323**	-,291**	,318**	-,241*	0,196	-,279*	,284**	-0,051	0,207	-0,151
	P	0,083	0,262	0,003	0,008	0,004	0,029	0,078	0,011	0,010	0,650	0,062	0,177
Ambientales	rs	-0,147	0,174	0,019	-0,017	0,075	0,070	-0,067	-0,073	,221*	-0,032	-0,081	-0,061
	P	0,192	0,119	0,868	0,879	0,503	0,533	0,553	0,515	0,046	0,773	0,472	0,585

Nota: **Sis:** Sistematización, **Ino:** Innovación, **Ret:** Retraimiento, **Com:** Comunicatividad, **Vac:** Vacilación, **Fir:** Firmeza, **Dis:** Discrepancia, **Cnf:** Conformismo, **Som:** Sometimiento, **Con:** Control, **Ins:** Insatisfacción, **Co:** Concordancia. *p<.05; **p<.01

4.11 Discusión

Dentro de este estudio determinamos el perfil psicológico del personal que labora en los sistemas de emergencias en la provincia del Azuay, en base a los estilos de Personalidad, se encontró como dominantes la: *Firmeza, Control, Conformismo y Sensación*, las mismas que se encuentran dentro del área de conductas interpersonales y modos cognitivos. En la investigación realizada en una academia de policías, por Theodore Millon (1992), se señala un puntaje elevado en la escala de control, en concordancia, con estudios realizados en Tungurahua, en personal de policía, Buenaño (2015), señala a la escala de control y firmeza como predominantes. Además, la escala conformismo, fue señalada como predominante, en

estudios realizados por Castaño & Orozco (2015), al igual que en el estudio realizado por Buenaño (2015). Las escalas de *Control*, *Firmeza* y *Conformismo*, indican que las relaciones interpersonales, se caracterizan por ser un ámbito conflictivo en el desarrollo de actividades.

En lo referente al Perfil de Estrés de Nowack, el presente estudio encontró predominancia en las áreas de *Bienestar Psicológico*, *Valoración positiva*, *Minimización* y *Prevención*. Lo que demuestra que los participantes se encuentran satisfechos consigo mismo; el estilo de afrontamiento tiene una valoración positiva, enfrentando a los estresores mediante el cuestionamiento de su significado, de igual manera toman en cuenta estrategias preventivas para su salud. De acuerdo con estudios realizados por Álvarez (2015), en personal de alto riesgo, se encontró que las áreas de predominio fueron la de prevención y bienestar psicológico. Al igual, en el estudio realizado por Borja (2015), indica que el 72% presenta bajos niveles de estrés, el 76% de la muestra con un alto nivel de prevención en la salud, 72% con altos niveles de bienestar psicológico, las mismas que concuerdan con nuestro estudio, sin embargo, no se encontraron resultados relacionados a la valoración positiva y minimización.

La relación entre las distintas variables sociodemográficas planteadas para este estudio y los estilos de personalidad, se encontró que: en las mujeres la escala predominante era la de *Firmeza* con una media de 82.8, mientras que en los varones era la de *Sensación* con 78.6. En lo referente a la educación el apartado de bachillerato puntuaba con una media de 73.8 en la escala de *Apertura*; educación superior universitaria, *Firmeza* 83.5; educación superior no universitaria, *Control* 75.0. En cuanto al estado civil, las personas divorciadas y solteras tienen predominancia en la escala de *Sensación*, los que tienen conviviente o cónyuge en *Firmeza*, a pesar de no encontrarse diferencias significativas. Por último, en la variable relacionada al número de hijos, no se encontraron resultados significativos, sin embargo, los que tienen 1 hijo presentan dominio en la escala de *Reflexión*, 2 hijos *Firmeza*, 3 a 5 en *Sensación*, y por último los que no tienen hijos presentan dominio en la escala de *Conformismo*.

La intensidad percibida sobre los estresores en las 6 áreas evaluadas, no resultaron ser significativamente entre hombres y mujeres, sin embargo, los hombres tenían sensaciones más intensas, dicho resultado coincide con el resultado de la investigación realizada por Álvarez (2015), en la cual no se encontraron resultados significativos asociados al sexo, al igual, en la misma se señala que el 70% de la muestra presentaba niveles bajos de estrés. En cuanto al nivel de educación se encontró que las personas con un nivel educativo bachillerato y superior no universitario tenían sensaciones de estrés más elevadas en el área financiera, lo que se corrobora con el estudio realizado por Zorruza, Oviedo, Ortega & Gonzales (2009) en el que se evidencio que las personas sin un nivel de educación universitaria completa presentaban niveles más altos de estrés en el área financiera. En lo referente al estado civil se delimito como los principales estresores en las personas casadas/ unión libre y divorciadas fue el área financiera, mientras que en los solteros el trabajo y la salud. Por último, en la variable sociodemográfica asociada al número de hijos no se obtuvieron resultados con significancia de estrés.

Finalmente, se correlacionó el estrés obtenido mediante el Perfil de estrés de Nowack y el Inventario de Personalidad de Millon, en donde se evidencia que el rasgo de apertura se relaciona negativamente en una intensidad leve-moderada con las áreas de estrés de: salud, trabajo, financieros, familiares y sociales; es decir a mayor apertura menor percepción de estrés en estas áreas. Por otra parte, la *Preservación* e *Introversión* se relacionaron levemente y de forma directa con la intensidad de la percepción de salud como estresor, a mayor nivel de estrés mayores rasgos de preservación e introversión. Así mismo los rasgos de sensación, individualismo y modificación se relacionaron de manera inversa con ciertas áreas de estrés, Los problemas sociales se relacionaron inversamente en una intensidad leve con los rasgos de *Comunicatividad*, *Firmeza* y *Conformismo*; es decir a mayor percepción de estrés en problemas sociales menores rasgos de *Comunicatividad*, *Firmeza* y *Conformismo* y directamente con los

rasgos de *Retraimiento*, *Vacilación* y *Sometimiento*. Además, las conductas interpersonales tuvieron relaciones positivas y negativas con la intensidad de estrés de los problemas en el trabajo. Por otra parte, la intensidad de estrés en áreas financieras se relacionó directa e importantemente con los rasgos de vacilación y sometimiento.

Dentro del proceso de evaluación, se encontraron diversas limitaciones, las mismas que se encontraban asociadas al tiempo, ya que para poder acceder a tomar los datos tuvieron que llevarse a cabo reuniones con los encargados de la institución, de igual manera con los trabajadores, los mismos que tenían que cumplir con turnos rotativos durante las 24 horas del día. Por otro lado, el temor de ser evaluados como parte de un proceso de selección de personal.

4.12 Conclusiones

1. La escala de personalidad predominante en los sistemas de emergencias fue la firmeza con una media de (82,8), la misma que se asocia a personas competitivas, ambiciosas, seguras de sí mismo y pueden llegar a ser líderes.
2. A través del Perfil de Estrés, se encontró a los niveles de estrés por debajo de la media, lo cual nos da como resultado que existen niveles bajos de percepción de estrés.
3. Las mujeres tuvieron predominio en la escala de firmeza, por otro lado, los hombres mostraron predominio en la escala de sensación con puntaje en su media de (78,6) .
4. Las personas que han culminado el bachillerato, se caracterizan por ser optimistas; los universitarios, se consideran más competentes y talentosas que quienes los rodean; por último, las personas que aún no han culminado sus estudios superiores, son vistos como personas más enérgicas, que en ocasiones tienden a la agresividad.

5. En cuanto al estado civil, las personas que tienen conviviente o esposo/a son percibidos como arrogantes y desconsideradas; las personas divorciadas y solteras son vistas como personas confiables y generar comodidad.
6. El nivel estrés correspondiente a la educación, demuestra que el personal que culminó el bachillerato e inicio sus estudios universitarios, presentan estrés en el área financiera con un puntaje en su media de 2,3.
7. Personas casadas/ unión libre y divorciadas presentan como principal estresor al área financiera con un valor en su media de 2.1, mientras que las personas solteras ven al área de salud y trabajo con un valor en la media de 1,4 y 2.0 respectivamente .

4.13 Recomendaciones

1. Extender y comparar los resultados con otras áreas de trabajo.
2. Intervenir y/o realizar un análisis individualizado los casos que presentan riesgo.
3. Profundizar más en los resultados mediante la observación o la entrevista.
4. Realizar una valoración psicológica para futuras contrataciones.

Referencias

- Alvarez Chávez, E. A. (2015). *Diagnóstico e intervención sobre el estrés laboral de los colaboradores que desempeñan puestos de alto riesgo:(proyecto aplicado en la CNT EP., de la ciudad de Quito, sector Monjas, con colaboradores con más de 10 años de trayectoria laboral, entre junio y agosto del 2014)* (Bachelor's thesis, Quito/PUCE/2015).
- Arellano, N. (2002). Estrés. Consultado el 22 de marzo de 2007, de: http://www.quadernsddigitals.net/datos-web/emeroteca/nr_507/a-7061/7061.html.
- Arias Gallegos, W. L. (2012). Estrés laboral en trabajadores desde el enfoque de los sucesos vitales. *Revista Cubana de Salud Pública*, 325-335.
- Aiken, L. (2003). Tests psicológicos y evaluación. Pearson Educación.
- Arias Gallegos, W. L. (2012). Estrés laboral en trabajadores desde el enfoque de los sucesos vitales. *Revista Cubana de Salud Pública*, 325-335.
- Armadores, M. (2014). *Técnica de apoyo Psicológico y social en situaciones de crisis*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Bandura, A. (1977). Social learning theory. Englewood Cliff: Prentice Hall.
- Bandura, A., & Locke, E. (2003). Negative Self-efficacy and goal effect re-visited-. 8, 87-99. *Journal of Applied Psychology*.
- Berra Ruiz, E., Muñoz Maldonado, S., Vega Valero, C., Silva Rodríguez, A., & Gómez Escobar, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 37-57.
- Berrio, N., & Mazo, R. (2012). Estrés Académico. *Revista de Psicología*, 65-82.
- Borja Chalco, G. M. (2015). *Estrés y estilos de afrontamiento en el personal del ala de transportes N°11–Quito de la Fuerza Aérea Ecuatoriana* (Bachelor's thesis, Quito: UCE).
- Brainsky, S. (1998). Manual de Psicología y sicopatología dinámica. Colombia: Carlos Valencia.
- Buenaño Sanchez, A. T. (01 de Mayo de 2015). Estilos de Personalidad y su Incidencia en el Síndrome de Burnout en los miembros de la sub zona de Policías Tungurahua N 18. *Estilos de Personalidad y su Incidencia en el Síndrome de Burnout en los miembros de la sub zona de Policías Tungurahua N 18*. Ambato, Tungurahua, Ecuador: Unviersidad Tecnica de Ambato- Facultad de Ciencias de la Salud- Psicología Clínica.
- Cardenal, V., Sánchez, M., & Ortiz-Tallo, M. (2007). *Adaptación y baremos al español del Inventario Clínico Multiaxial de Millon (MCMI-III)*. madrid: TEA, Ediciones.
- Castaño, L. C., & Rosado, A. M. O. (2015). Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento al estrés en soldados: un estudio correlacional. *Revista de psicología Universidad de Antioquia*, 7(1), 35-56.
- Costa, P., & McCrae, R. (1994). Stability and change in personality fron adolescence through adulthood. 139-150. (Hillsdale., Ed.) LEA.
- Dresch, V. S. (2005). El Inventario de Estilos de Personalidad de Millon (MIPS) en Brazil. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación- e Avaliacao Psicológica*, 1 (19), 9-29.

- Engel, B. (1996). *Teorías de la personalidad*. Mexico: Mc Graw Hill.
- Eysenck, H. (1970). *The structure of human Personality*. Londres: Routledge & Kegan Paul.
- Lluís, J. (2002). Personalidad: esbozo de una teoría integradora. *4, 14*, 693-701. *Psicothema*.
- López Pell, A., Rondón, J., Cellerino, C., & Alfano, S. (2010). Guías esquematizadas de tratamientos de los trastornos de personalidad para profesionales, desde el modelo de Theodor Millon. *Ciencias Psicológicas*, *4(2)*, 239-271.
- Millon, T. (1994). *Inventario Millon de Estilos de Personalidad*. Madrid- España: TEA S.A.
- Millon, T. (1997). *Inventario Millon de Estilos de Personalidad 2d ed. -1 a reimpression*. Buenos Aires: Paidós.
- Millon, T. (2014). *Inventario Millon de Estilos de Personalidad 2d ed. -1 a reimpression*. Buenos Aires: Paidós.
- Millon, T., & Davis, R. D. (2004). *Trastornos de la Personalidad Más allá del DSM-IV*. Barcelona: Masson, S.A.
- Mischel, W. (1988). *Teorías de la personalidad*. Mexico: Mc Graw Hill.
- Montaño Sinisterra, M., Palacios Cruz, J., & Gantiva, C. (2009). Teorías de la personalidad. un análisis del concepto y su medición. *psychologia. Avances de la disciplina*, *3(2)*, 81-107.
- Morales de Berbenza, C. (2003). EL ABORDAJE INTEGRATIVO DE LA PERSONALIDAD EN LA TEORÍA DE THEODORE MILLON. *interdisciplinaria*, *20 - 21* .
- Moreno, J. M. (2012). *Psicología de la personalidad*. Madrid: UNED.
- Morris, C., & Maisto, A. (2005). *Introducción a la Psicología*. Pearson Educación.
- Navarro, M., & Romero, D. (2000). *Instituto Superior de Ciencias Médicas de la Habana*. Recuperado el 6 de Marzo de 2019, de Acercamiento al estrés en una muestra de estudiantes de medicina: <http://fcmfajardo.sld.cu/jornada/trabajos/estresII.html>
- Papalia, D., & Wendkos, S. (1997). *Teorías y evaluación de la personalidad*. Mexico: Mc Graw Hill.
- Pervin, L., & John, O. (1998). *Personalidad: teoría e investigación*. Mexico: Manuel Moderno.
- Rivas-Diez, R. (2011). Inventario de Estilos de Personalidad de Millon (MIPS) en mujeres chilenas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaluacao Psicológica*, *1 (31)*, 177-193.
- Robles, H., & Peralta, M. (2006). *Programa para el control del Estés*. Madrid: Edicion Pirámide.
- Sánchez, J. (2007). Psicodinamia en Millon: del modelo Biopsicosocial al modelo Ecológico. *Summa Psicológica UST*, *4(2)* 99-106.
- Sanchez, R. (2003). Una teoría de la personalidad y su patología. *PsicoUSF*, 163-173.
- Sanger, A. (2007). Recuperado el 6 de Marzo de 2019, de "Las Fuerzas y su Medición": Ley de Hooke: <http://www2.ib.edu.ar/becaib/bib2007/Sanger.pdf>
- Schultz, D. P., & Schultz, S. E. (2010). *Teorías de la Personalidad*, 9a ed. México: Cengage Learning Editores, S.A. de C.V.

- Seelbach, G. A. (2012). *Teorías de la Personalidad*. Mexico: Red Tercer Milenio.
- Svrakic, D., Draganic, S., Hill, K., Bayon, C., & Przybeck, T. y. (2002). Temperament, character, and personality disorders: etiologic,diagnostic, treatment issues. *106, 03*, 189-195. *Acta Psychiatrica Scandinavica*.
- Zuroza-Estrada, A., Oviedo-Rodríguez, I. J., Ortega-Gómez, R., & González-Pérez, O. (2009). Relación entre rasgos de personalidad y el nivel de estrés en los médicos residentes. *Rev Invest clín, 61*, 110-8.

ANEXOS

- 1. Solicitud al IERSE***
- 2. Consentimiento Informado***
- 3. Test perfil de personalidad MIPS***
- 4. Test perfil de estrés de Nowack***

ANEXO # 1

Cuenca, 07 de noviembre del 2018.

Mst. Omar Delgado.

DIRECTOR DEL IERSE

Su despacho.

Reciba un cordial saludo por parte de Pablo Andrés Rodríguez Orellana y Pedro José Robles Maldonado, estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad del Azuay.

El motivo de la presente es para pedir la autorización para la realización de nuestro trabajo de tesis en el sistema integral de seguridad ECU991 de la provincia del Azuay; el mismo que tiene como título propuesto "Perfil del personal en servicio de emergencias del cantón Cuenca", para el cual emplearemos las herramientas Estilos de Personalidad de Millón y Perfil de Estrés de Nowack.

De lo cual se espera tener una línea base de los rasgos de personalidad que deberían tener las personas que realizan este tipo de trabajo, identificar la relación con áreas de estrés más representativas y desarrollar un perfil de personal más adaptativo. Lo cual les permitirá realizar su trabajo de una manera más adecuada permitiéndoles establecer una guía que se debería considerar en las nuevas selecciones de personal dentro de la institución.

Anticipamos nuestros agradecimientos, saludos cordiales.

Atentamente.

Pablo Andrés Rodríguez Orellana

Pedro José Robles Maldonado

ANEXO # 2

Consentimiento informado para participar de la investigación.

Respetado (a) señor (a) _____ por medio del presente documento le solicito la participación de Ud. en la realización por escrito de una prueba psicológica, como parte de un ejercicio investigativo, que tiene como objetivo medir la personalidad y factores de estrés, en el personal que se encuentra laborando en el Sistema Integral de Seguridad. La fecha de aplicación de la prueba será el día _____ a las _____ en la institución de manera colectiva.

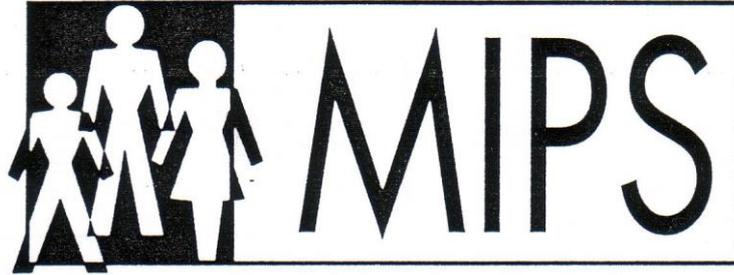
En consideración de lo anterior, agradezco el consentimiento para la participación voluntaria (si desea participar, por favor marque sus datos personales en la hoja y firme en el espacio designado).

(Yo) Nombre del participante: _____ identificado con el documento de identificación numero: _____, expreso mi aprobación para participación en la realización de la prueba en la fecha y lugar previstos por los autores de la prueba.

En constancia firma,

(Nombre: xxxxxxxx)

ANEXO # 3



CA001	33
APELLIDOS Y NOMBRES	EDAD

Marque una "X" en el Casillero a la derecha de la categoría en la cual usted se considera incluido:

Mujer Adulta	<input type="checkbox"/>
Hombre adulto	<input type="checkbox"/>
Mujer Universitaria	<input type="checkbox"/>
Hombre Universitario	<input checked="" type="checkbox"/>

A continuación hay una lista de frases. Léalas atentamente y piense si lo que dicen describe o no su forma de ser. Si usted está de acuerdo, marque su respuesta en **V (verdadero)**. Si usted está en desacuerdo, piensa que no describe su forma de ser, marque **F (falso)**. Trate de ser lo más sincero posible. No hay respuestas Correctas o Incorrectas.

	V	F
1 Soy una persona tranquila y colaboradora.	X	
2 Siempre hice lo que quise y asumí las consecuencias.	X	
3 Me gusta hacerme cargo de una tarea.	X	
4 Tengo una manera habitual de hacer las cosas, con lo que evito equivocarme.	X	
5 Contesto las cartas el mismo día que las recibo.	X	
6 A veces me las arreglo para arruinar las cosas buenas que me pasan.		X
7 Yo no me entusiasman muchas cosas como antes.	X	
8 Preferiría ser un(a) seguidor(a) más que un líder(eza).		X
9 Me esfuerzo para tratar de ser popular.		X
10 Siempre he tenido talento para lograr éxito en lo que hago.	X	
11 Con frecuencia me doy cuenta de que he sido tratado(a) injustamente,		X
12 Me siento incómodo(a) cuando me tratan con bondad.		X
13 Con frecuencia me siento tenso(a) en situaciones sociales.		X
14 Creo que la policía abusa del poder que tiene	X	
15 Algunas veces he tenido que ser algo rudo(a) con la gente.	X	
16 Los niños deben obedecer siempre las indicaciones de sus mayores.	X	

17	A menudo estoy disgustado(a) por la forma en que se hacen las cosas.	X	
18	A menudo espero que me pase lo peor.		X
19	Me preocuparía poco no tener muchos amigos.		X
20	Soy tímido(a) e inhibido(a) en situaciones sociales.	X	
21	Aunque esté en desacuerdo, por lo general dejo que la gente haga lo que quiere.		X
22	Es imposible pretender que las personas digan siempre la verdad.	X	
23	Puedo hacer comentarios desagradables si considero que la persona se los merece.	X	
24	Me gusta cumplir con lo establecido y hacer lo que se espera de mí.	X	
25	Muy poco de lo que hago es valorado por los demás.	X	
26	Casi todo lo que intento hacer me resulta fácil.		X
27	En los últimos tiempos me he convertido en una persona más encerrada en sí misma.		X
28	Tiendo a dramatizar lo que me pasa.		X
29	Siempre trato de hacer lo que es correcto.	X	
30	Dependo poco de la amistad de los demás.	X	
31	Nunca he estado estacionado(a) por más tiempo del que un parquímetro establecía como límite.		X
32	Los castigos nunca me impidieron hacer lo que quiero.	X	
33	Me gusta acomodar todas las cosas hasta en sus mínimos detalles.	X	
34	A menudo los demás logran molestarme.	X	
35	Jamás he desobedecido las indicaciones de mis padres.		X
36	Siempre logro conseguir lo que quiero, aunque tenga que presionar a los demás.	X	
37	Nada es más importante que proteger la reputación personal.	X	
38	Creo que los demás tienen mejores oportunidades que yo.		X
39	Ya no expreso lo que realmente siento.	X	
40	Es improbable que lo que tengo para decir interese a los demás.	X	
41	Me esfuerzo por conocer gente interesante y tener aventuras.	X	
42	Me tomo con poca seriedad las responsabilidades que tengo.		X
43	Soy una persona dura, poco sentimental.	X	
44	Pocas cosas en la vida pueden conmoverme.		X
45	Me tensiona mucho el tener que conocer y conversar con gente nueva.		X
46	Soy una persona cooperativa que se subordina a los demás.	X	
47	Actúo en función del momento, de las circunstancias.	X	
48	En general, primero planifico y luego sigo activamente el plan trazado.	X	
49	Con frecuencia me he sentido inquieto, con ganas de dirigirme hacia cualquier otro lado.	X	
50	Creo que lo mejor es controlar nuestras emociones.	X	
51	Desearía que la gente no me culpara a mí cuando algo sale mal.		X
52	Creo que yo soy mi peor enemigo(a).	X	
53	Tengo pocos lazos afectivos fuertes con otras personas.	X	
54	Me pongo ansioso(a) si estoy con personas que no conozco bien.	X	
55	Es correcto tratar de burlar la ley, sin dejar de cumplirla.		X

56	Hago mucho por los demás, pero hacen poco por mí.	X	
57	Siempre he sentido que las personas no tienen una buena opinión de mí.		X
58	Me tengo mucha confianza.	X	
59	Sistemáticamente ordeno mis papeles y materiales de trabajo.	X	
60	Mi experiencia me ha enseñado que las cosas buenas duran poco.	X	
61	Algunos dicen que me gusta hacerme la víctima.	X	
62	Me siento mejor cuando estoy solo(a).	X	
63	Me pongo más tenso(a) que los demás frente a situaciones nuevas.		X
64	Generalmente trato de evitar las discusiones, por más que esté convencido de tener razón.		X
65	Busco situaciones novedosas y excitantes para mí.	X	
66	Hubo épocas en que mis padres tuvieron problemas por mi comportamiento.	X	
67	Siempre termino mi trabajo antes de descansar.	X	
68	Otros consiguen cosas que yo no logro.	X	
69	A veces siento que merezco ser infeliz.	X	
70	Espero que las cosas tomen su curso antes de decidir qué hacer.	X	
71	Me ocupo más de los otros que de mí mismo.		X
72	A menudo creo que mi vida va de mal en peor.		X
73	El solo estar con otras personas me hace sentir inspirado.	X	
74	Cuando manejo siempre controlo los señales sobre límites de velocidad y cuido no excederme.	X	
75	Uso mi cabeza y no mi corazón para tomar decisiones.	X	
76	Me guío por mis intuiciones más que por la información que tengo sobre algo.		X
77	Jamás envidio los logros de los otros.	X	
78	En la escuela, me gustaron más las materias prácticas que las teóricas.	X	
79	Planifico las cosas con anticipación y actúo enérgicamente para que mis planes se cumplan.	X	
80	Mi corazón maneja mi cerebro.	X	
81	Siempre puedo ver el lado positivo de la vida.	X	
82	A menudo espero que alguien solucione mis problemas.		X
83	Hago lo que quiero, sin pensar cómo va a afectar a otros.		X
84	Reacciono con rapidez ante cualquier situación que pueda llegar a ser un problema para mí.	X	
85	Sólo me siento una buena persona cuando ayudo a los demás.		X
86	Si algo sale mal, aunque no sea muy importante, se me arruina el día.		X
87	Disfruto más de mis fantasías que de la realidad.		X
88	Me siento satisfecho con dejar que las cosas ocurran sin interferir.	X	
89	Trato de ser más lógico(a) que emocional.	X	
90	Prefiero las cosas que se pueden ver y tocar antes que las que sólo se imaginan.	X	
91	Me resulta difícil ponerme a conversar con alguien que acabo de conocer.	X	
92	Ser afectuoso(a) es más importante que ser frío(a) y calculador(a).	X	

93	Las predicciones sobre el futuro son más interesantes para mí que los hechos del pasado.	X	
94	Me resulta fácil disfrutar de las cosas.	X	
95	Me siento incapaz de influir sobre el mundo que me rodea.		X
96	Vivo en términos de mis propias necesidades, no basado en las de los demás.		X
97	No espero que las cosas pasen, hago que sucedan como yo quiero.	X	
98	Evito contestar mal aun cuando estoy muy enojado(a).	X	
99	La necesidad de ayudar a otros guía mi vida.	X	
100	A menudo me siento muy tenso, a la espera de que algo salga mal.		X
101	Aun cuando era muy joven, jamás intenté copiarme en un examen.		X
102	Siempre soy frío(a) y objetivo(a) al tratar con la gente.		X
103	Prefiero aprender a manejar un aparato antes que especular sobre por qué funciona de ese modo.	X	
104	Soy una persona difícil de conocer bien.	X	
105	Paso mucho tiempo pensando en los misterios de la vida.	X	
106	Manejo con facilidad mi cambio en los estados de ánimo.	X	
107	Soy algo pasivo(a) y lento(a) en temas relacionados con la organización de mi vida.	X	
108	Hago lo que quiero sin importarme el complacer a otros.		X
109	Jamás haré algo malo, por más fuerte que sea la tentación de hacerlo.	X	
110	Mis amigos y familiares recurren a mí para encontrar afecto y apoyo.	X	
111	Aun cuando todo está bien, generalmente pienso en que pronto va a empeorar.		X
112	Planifico con cuidado mi trabajo antes de empezar a hacerlo.	X	
113	Soy impersonal y objetivo(a) al tratar de resolver un problema.		X
114	Soy una persona realista a la que no le gustan las especulaciones.	X	
115	Algunos de mis mejores amigos desconocen realmente lo que yo siento.	X	
116	La gente piensa que soy una persona más racional que afectivo.	X	
117	Mi sentido de realidad es mejor que mi imaginación.	X	
118	Primero me preocupo por mí y después por los demás.	X	
119	Dedico mucho esfuerzo a que las cosas me salgan bien.	X	
120	Siempre mantengo mi compostura, sin importar lo que esté pasando.	X	
121	Demuestro mucho afecto hacia mis amigos.	X	
122	Pocas cosas me han salido bien.		X
123	Me gusta conocer gente nueva y saber cosas sobre sus vidas.	X	
124	Soy capaz de ignorar aspectos emocionales y afectivos en mi trabajo.		X
125	Prefiero ocuparme de realidades más que de posibilidades.	X	
126	Necesito mucho tiempo para poder estar a solas con mis pensamientos.	X	
127	Los afectos del corazón son más importantes que la lógica de la mente.	X	
128	Me gustan más los soñadores que los realistas.		X
129	Soy más capaz que los demás de reírme de los problemas.	X	
130	Creo que es poco lo que puedo hacer yo, así que prefiero esperar a ver qué pasa.		X
131	Nunca me pongo a discutir, aunque esté muy enojado.		X
132	Expreso lo que pienso de manera franca y abierta.	X	

133	Me preocupo por el trabajo que hay que realizar y no por lo que siente la gente que participa de su realización.	X	
134	Trabajar con ideas creativas sería lo ideal para mí.	X	
135	Soy el tipo de persona que no se toma la vida muy en serio, prefiero ser más espectador que actor.		X
136	Me desagrada depender de alguien en mi trabajo.	X	
137	Trato de asegurar que las cosas salgan como yo quiero.	X	
138	Disfruto más de las realidades concretas que de las fantasías.	X	
139	Montones de hechos pequeños me ponen de mal humor.	X	
140	Aprendo mejor observando y hablando con la gente.	X	
141	No me satisface dejar que las cosas sucedan y simplemente contemplarlas.	X	
142	No me atrae conocer gente nueva.		X
143	Pocas veces sé cómo mantener una conversación.		X
144	Siempre tengo en cuenta los sentimientos de las otras personas.	X	
145	Confío más en mis intuiciones que en mis observaciones.		X
146	Trato de no actuar hasta saber qué van a hacer los demás.	X	
147	Me gusta tomar mis propias decisiones, evitando los consejos de otros.		X
148	Muchas veces me siento muy mal sin saber por qué.		X
149	Me gusta ser muy popular, participar en muchas actividades sociales.		X
150	Raramente cuento a otros lo que pienso.	X	
151	Me entusiasman casi todas las actividades que realizo.	X	
152	En mí es una práctica constante depender de mí mismo(a) y no de otros.	X	
153	La mayor parte del tiempo la dedico a organizar los acontecimientos de mi vida.	X	
154	No hay nada mejor que el afecto que se siente estando en medio del grupo familiar.	X	
155	Algunas veces estoy tenso(a) o deprimido(a) sin saber por qué.		X
156	Disfruto conversando sobre temas o sucesos míticos.	X	
157	Decido cuáles son las cosas prioritarias y luego actúo firmemente para poder lograrlas.	X	
158	No dudo en orientar a las personas hacia lo que creo que es mejor para ellas.	X	
159	Me enorgullece ser eficiente y organizado(a).	X	
160	Me desagradan las personas que se convierten en líderes sin razones que lo justifiquen.	X	
161	Soy ambicioso.		X
162	Sé cómo seducir o la gente.	X	
163	La gente puede confiar en que voy a hacer bien mi trabajo.	X	
164	Los demás me consideran una persona más afectiva que racional.		X
165	Estaría dispuesto(a) a trabajar mucho tiempo para poder llegar a ser alguien importante.	X	
166	Me gustaría mucho poder vender nuevas ideas o productos a la gente.	X	
167	Generalmente logro persuadir a los demás para que hagan lo que yo quiero que hagan.		X
168	Me gustan los trabajos en los que hay que prestar mucha atención a los detalles.	X	

169	Soy muy introspectivo, siempre trato de entender mis pensamientos y emociones.	X	
170	Confío mucho en mis habilidades sociales.	X	
171	Generalmente puedo evaluar las situaciones rápidamente, y actuar para que las cosas salgan como yo quiero.	X	
172	En una discusión soy capaz de persuadir a casi todas para que apoyen mi posición.	X	
173	Soy capaz de llevar a cabo cualquier trabajo, pese a los obstáculos que puedan presentarse.	X	
174	Como si fuera un buen vendedor, puedo influir sobre los demás exitosamente, con modales agradables.	X	
175	Conocer gente nueva es un objetivo importante para mí.	X	
176	Al tomar decisiones creo que lo más importante es pensar en el bienestar de la gente involucrada.	X	
177	Tengo paciencia para realizar trabajos que requieren mucha precisión.	X	
178	Mi capacidad para fantasear es superior a mi sentido de realidad.		X
179	Estoy motivado(a) para llegar a ser uno de los(as) mejores en mi campo de trabajo.	X	
180	Tengo una forma de ser que logra que la gente enseguida guste de mí.	X	

ANEXO #4

Perfil de Estrés de Nowack

INGRESE EL CÓDIGO <i>Ingrese el código tal como el facilitador le ha indicado</i> CA080
NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN 0106557804
EDAD 29
SEXO <input checked="" type="radio"/> Masculino <input type="radio"/> Femenino
NIVEL EDUCATIVO (AÑOS COMPLETADOS): <input type="radio"/> Primario <input type="radio"/> Educación Básica <input type="radio"/> Secundaria <input type="radio"/> Educación Media/Bachillerato <input checked="" type="radio"/> Superior no universitario <input type="radio"/> Superior universitario <input type="radio"/> Post-grado
ESTADO CIVIL <input type="radio"/> Casado/a <input checked="" type="radio"/> Unido/a <input type="radio"/> Separado/a <input type="radio"/> Divorciado/a <input type="radio"/> Viudo/a <input type="radio"/> Soltero/a
NÚMERO DE HIJOS <input type="radio"/> No tiene hijos <input type="radio"/> 1 <input checked="" type="radio"/> 2 <input type="radio"/> 3 <input type="radio"/> 4 <input type="radio"/> 5 <input type="radio"/> Más de 5
FECHA DE APLICACIÓN 2018-12-16
INSTRUCCIONES <i>Este formulario contiene una serie de preguntas que evalúan diferentes factores que pueden contribuir a su salud física y a su bienestar psicológico. Se le harán preguntas específicas sobre su estilo de vida, hábitos de salud, nivel de estrés, perspectiva de la vida, entorno social y estilo de afrontamiento de los problemas. Esta información se utilizará para desarrollar su perfil confidencial de valoración del estrés.</i> <ul style="list-style-type: none">• <i>Siga las instrucciones. Lea de manera cuidadosa cada reactivo y su escala de respuestas correspondiente.</i>• <i>Complete. Por favor conteste todas las preguntas. No deje enunciados en blanco o éstos no se calificarán.</i>• <i>Tómese su tiempo. No existe límite de tiempo para contestar este instrumento. Trabaje de la manera más rápida y cómoda para usted.</i>• <i>Seleccione sólo una respuesta. Escoja y marque aquella respuesta que le parezca mejor para cada pregunta. Si desea cambiar una respuesta ya seleccionada, solo escoja la nueva respuesta.</i>

PARTE 1

A CONTINUACIÓN SE LE PRESENTA UNA LISTA DE SEIS CATEGORÍAS PRINCIPALES DE ESTRESORES O "PROBLEMAS" QUE LA GENTE EXPERIMENTA EN SU TRABAJO Y EN SU VIDA PERSONAL. LOS PROBLEMAS SON EXPERIENCIAS Y CONDICIONES DE LA VIDA COTIDIANA QUE SE PERCIBEN COMO IMPORTANTES E IRRITANTES, MOLESTAS, HIRIENTES O AMENAZANTES PARA EL BIENESTAR DE ALGUIEN. UTILICE LA ESCALA DE RESPUESTAS PARA INDICAR LA FRECUENCIA CON LA QUE HA EXPERIMENTADO ESTOS PROBLEMAS DURANTE LOS ÚLTIMOS 3 MESES.

1. NUNCA
2. RARA VEZ
3. ALGUNAS VECES
4. A MENUDO
5. SIEMPRE

1. PROBLEMAS DE SALUD (P. EJ., PREOCUPACIONES ACERCA DE SU SALUD, TRATAMIENTO MÉDICO, APARIENCIA FÍSICA, CONSUMO DE ALCOHOL O TABACO EN EXCESO, LIMITACIONES FÍSICAS, SÍNTOMAS FÍSICOS, CAMBIO EN LA CONDICIÓN MÉDICA EXISTENTE, EFECTOS COLATERALES DE LA MEDICACIÓN, ETC.). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

2. PROBLEMAS EN EL TRABAJO (P. EJ., INSATISFACCIÓN LABORAL, PROBLEMAS CON EL JEFE, FALTA DE RECONOCIMIENTO, PREOCUPACIÓN POR SOBRESALIR, ABURRIMIENTO EN EL TRABAJO, EXPLOTACIÓN, PREOCUPACIÓN POR LA SEGURIDAD EN EL TRABAJO, RELACIONES LABORALES, CARGA DE TRABAJO, PRESIÓN DE TIEMPO, SUELDO, HORARIO, VIAJES DE TRABAJO, ETC.). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

3. PROBLEMAS FINANCIEROS (P. EJ. IMPUESTOS, INVERSIONES, PAGO DE HIPOTECA, DEUDAS, INSEGURIDAD FINANCIERA, PRÉSTAMOS, FALTA DE DINERO PARA VIAJAR, CUENTAS PENDIENTES, FINANCIAMIENTO PARA LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS, PROBLEMAS LEGALES, REPARACIONES DE CASA Y AUTOMÓVIL, PLANES DE JUBILACIÓN, ETC.). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

4. PROBLEMAS FAMILIARES (P. EJ., PROBLEMAS DE SALUD DE LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA, PREOCUPACIÓN POR PARIENTES, PROBLEMAS CON PADRES ANCIANOS, LÍOS EN LAS RELACIONES FAMILIARES, DIFICULTADES CON LOS HIJOS, EQUILIBRIO ENTRE EL TRABAJO Y LA FAMILIA, CUIDADO DE MASCOTAS, ETC.). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre
-

<p>5. PROBLEMAS SOCIALES (P. EJ., PROBLEMAS CON LOS VECINOS, OBLIGACIONES Y EXPECTATIVAS SOCIALES, DIFICULTADES CON AMIGOS, CONOCER A OTRAS PERSONAS, SOLEDAD, INCAPACIDAD PARA EXPRESARSE, CHISMES, CELOS, DEMASIADAS RESPONSABILIDADES SOCIALES, POCO TIEMPO PARA DESCANSAR, COMPAÑÍA INESPERADA, TIEMPO INSUFICIENTE PARA REALIZAR ACTIVIDADES SOCIALES, CONFLICTOS INTERPERSONALES, ETC.).</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input checked="" type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>	*
<p>6. PROBLEMAS AMBIENTALES (P. EJ., CLIMA, RUIDO, CONTAMINACIÓN, NOTICIAS SOBRE EVENTOS ACTUALES, DELINCUENCIA, PREJUICIOS, POLÍTICA, SEGURIDAD AMBIENTAL, ETC.).</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>	*
<p>PARTE 2</p> <p>¿CON QUÉ FRECUENCIA ESTAS AFIRMACIONES LO DESCRIBEN EN LOS ÚLTIMOS 3 MESES?</p> <p>1. NUNCA 2. RARA VEZ 3. ALGUNAS VECES 4. A MENUDO 5. SIEMPRE</p>	
<p>7. INVIRTIÓ ALGO DE SU TIEMPO LIBRE EN DEPORTES O ACTIVIDADES FÍSICAS, COMO JARDINERÍA, REPARACIONES EN LA CASA, BAILE, TENIS, GOLF, SOFTBOL, BÁSQUETBOL, BOLICHE, CAMINATA, RAQUETBOL, ETC.</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>	*
<p>8. HIZO EJERCICIO DURANTE AL MENOS DE 20 A 30 MINUTOS, TRES VECES A LA SEMANA PARA MEJORAR SU TONO MUSCULAR, FUERZA O FLEXIBILIDAD (P. EJ., ESTIRAMIENTO, FISICOCONSTRUCTIVISMO, CALISTENIA, EJERCICIOS ISOMÉTRICOS, ETC.).</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>	*
<p>9. INVIRTIÓ AL MENOS DE 20 A 30 MINUTOS PARA REALIZAR ALGÚN TIPO DE EJERCICIO FÍSICO INTENSO AL MENOS TRES VECES POR SEMANA (P. EJ., AERÓBICOS, TROTAR, NADAR, CAMINAR A PASO VIVO, ETC.).</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>	*
<p>10. SE MOTIVÓ A SÍ MISMO (A) MIENTRAS TRABAJABA O JUGABA, AUN CUANDO SE SINTIERA CANSADO (A), FATIGADO (A) O EXHAUSTO (A).</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>	*

<p>11. PERDIÓ UNA NOCHE COMPLETA DE SUEÑO O GRAN PARTE DE ÉSTA DEBIDO AL TRABAJO O A ACTIVIDADES RECREATIVAS. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input checked="" type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>12. DURMIÓ MENOS DE LO QUE NECESITABA PORQUE SE DESVELÓ O TUVO QUE LEVANTARSE DEMASIADO TEMPRANO. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input checked="" type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>13. DURMIÓ MENOS DE LO QUE NECESITABA PORQUE TUVO PROBLEMAS PARA CONCILIAR EL SUEÑO O DURMIÓ MENOS TIEMPO DEL USUAL. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input checked="" type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>14. DEJÓ DE HACER ACTIVIDADES FRECUENTES QUE LE RESULTABAN RELAJADORAS Y TRANQUILIZANTES (P. EJ., PASATIEMPOS, LEER, VER TELEVISIÓN, ESCUCHAR RADIO, ETC.). *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>
<p>15. MANTUVO CONTACTO FÍSICO CERCANO O ÍNTIMO CON ALGUIEN QUE TENÍA UN PADECIMIENTO, INFECCIÓN O ENFERMEDAD (P. EJ., BESOS, COMPARTIÓ COMIDA, OCUPARON EL MISMO AUTO U OFICINA, USÓ LOS MISMOS CUBIERTOS O EL MISMO VASO, ETC.). *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>16. CONTINUÓ CON SU TRABAJO U OTRAS ACTIVIDADES, AUN CUANDO EXPERIMENTÓ EL SÍNTOMA DE ALGUNA ENFERMEDAD (P. EJ., FIEBRE, NARIZ CONSTIPADA, ESTORNUDOS, CALOSFRÍOS, ETC.). *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>17. NO TUVO TIEMPO PARA ORINAR O EVACUAR DE MANERA REGULAR DIARIAMENTE. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>18. PRACTICÓ SEXO SEGURO (P. EJ., TOMÓ LAS PRECAUCIONES NECESARIAS COMO LIMITAR EL NÚMERO DE SUS COMPAÑEROS SEXUALES O UTILIZAR CONDONES PARA MINIMIZAR EL RIESGO DE CONTRAER O ESPARCIR ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL). *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>

<p>19. NO PUDO TOMAR LAS MEDICINAS QUE LE RECETÓ EL DOCTOR O LOS COMPLEMENTOS QUE NO NECESITAN RECETA (P. EJ., VITAMINAS O MINERALES), LOS CUALES SUELE CONSUMIR. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>20. NO PUDO MANTENER SUS HÁBITOS DE SALUD PREVENTIVA (P. EJ., EVITÓ REVISIONES MÉDICAS, DESCUIDÓ LA HIGIENE BUCAL, NO SE HIZO SU AUTOEXAMEN MENSUAL DE MAMA, IGNORÓ LOS NIVELES ELEVADOS DE COLESTEROL Y PRESIÓN ARTERIAL). *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>
<p>21. INGIRIÓ UNA O DOS TABLETAS DE ASPIRINA, NO SUSTITUTOS COMO EL ACETAMINOFÉN (P. EJ., TYLENOL) O IBUPROFENO (P. EJ., ADVIL, NUPRIN, MEDIPRIN), TRES O CUATRO VECES A LA SEMANA. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>22. NO TOMÓ UN DESAYUNO ADECUADO O NUTRITIVO AL PRINCIPIO DE CADA DÍA. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>23. A DIARIO COMIÓ UNA VARIEDAD BALANCEADA DE ALIMENTOS NUTRITIVOS DE LOS PRINCIPALES GRUPOS EN CADA UNA DE SUS COMIDAS PRINCIPALES (P. EJ., FRUTAS, VEGETALES, PESCADO, CARNES, POLLO, PRODUCTOS LÁCTEOS Y GRANOS COMO ARROZ, PAN, CEREALES). *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input checked="" type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>24. ESTUVO AL TANTO O RESTRINGIÓ SU CONSUMO DIARIO DE GRASAS SATURADAS, COLESTEROL, SODIO, AZÚCAR Y CALORÍAS TOTALES. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>25. COMIÓ COMIDA RÁPIDA O CHATARRA (P. EJ., PASTELILLOS, DULCES, PAPAS FRITAS) EN LUGAR DE UNA COMIDA COMPLETA. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>
<p>26. NO TOMÓ UNA COMIDA IMPORTANTE QUE USTED ACOSTUMBRA TENER DURANTE EL DÍA. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input checked="" type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>

27. TOMÓ MEDICINAS O ALIMENTOS A LOS QUE ES MUY SENSIBLE O ALÉRGICO, LO QUE LE PRODUJO MALESTAR ESTOMACAL U OTROS EFECTOS COLATERALES NEGATIVOS (P. EJ., MAREO, NÁUSEAS, JAQUECA). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

28. TOMÓ DOS O MÁS TAZAS DE BEBIDAS CAFEINIZADAS EN 24 HORAS (P. EJ., CAFÉ, TÉ, COCOA, BEBIDAS SIN ALCOHOL) O COMIÓ A DIARIO COMIDA CON MUCHA CAFEÍNA (P. EJ., CHOCOLATE). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

29. CONSUMIÓ MÁS DE DOS COPAS DE ALCOHOL EN 24 HORAS (P. EJ., VINO, CERVEZA, WHISKY, CÓCTEL). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

30. CONSUMIÓ DROGAS CON MOTIVOS SOCIALES, RECREATIVOS O NO MÉDICOS (P. EJ., COCAÍNA, MARIJUANA, ESTIMULANTES, DEPRESORES). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

PARTE 2.1

CONTESTE LA SIGUIENTE PREGUNTA PARA INDICAR EL NÚMERO DE CIGARRILLOS QUE FUMA DURANTE UN DÍA

1. NINGUNO
2. 1 A 4 CIGARRILLOS
3. 5 A 10 CIGARRILLOS
4. 11 A 20 CIGARRILLOS
5. MÁS DE 1 CAJETILLA

31. CONSUMO DE CIGARRILLOS. *

- Ninguno 1 a 4 cigarrillos 5 a 10 cigarrillos
 11 a 20 cigarrillos Más de una cajetilla

PARTE 3

¿CON QUÉ FRECUENCIA ESTAS PERSONAS SE ESCAPAN DE SUS PROPIAS OCUPACIONES PARA HACERLE A USTED YA SEA EL TRABAJO O LA VIDA PERSONAL MÁS FÁCILES Y SATISFATORIOS? SELECCIONE SU RESPUESTA PARA LOS ENUNCIADOS 32 AL 41)

1. NUNCA
2. RARA VEZ
3. ALGUNAS VECES
4. A MENUDO
5. SIEMPRE
6. NO APLICABLE

32. JEFE INMEDIATO O SUPERVISOR. *

- | | | |
|---|--------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input checked="" type="radio"/> A menudo | <input type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

33. OTRAS PERSONAS EN EL TRABAJO. *

- | | | |
|---|--------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input checked="" type="radio"/> A menudo | <input type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

34. CÓNYUGE, NOVIO(A) O PERSONA SIGNIFICATIVA. *

- | | | |
|--------------------------------|--|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input type="radio"/> A menudo | <input checked="" type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

35. MIEMBROS DE LA FAMILIA O PARIENTES. *

- | | | |
|--------------------------------|--|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input type="radio"/> A menudo | <input checked="" type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

36. AMIGOS. *

- | | | |
|--------------------------------|---|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input checked="" type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input type="radio"/> A menudo | <input type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

¿CON QUÉ FRECUENCIA SE ACUDEN A ESTAS PERSONAS PARA MANTENER SU RUTINA DIARIA Y LABORAL DE MANERA EFICIENTE? (P. Ej., LES EXPRESA SUS SENTIMIENTOS, BUSCA SU CONSEJO, ELLOS APOYAN SUS ESFUERZOS, LE BRINDAN ACEPTACIÓN, AMOR, EMPATÍA, ETC.)?

1. NUNCA
2. RARA VEZ
3. ALGUNAS VECES
4. A MENUDO
5. SIEMPRE
6. NO APLICABLE

37. JEFE INMEDIATO O SUPERVISOR. *

- | | | |
|--------------------------------|--|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input type="radio"/> A menudo | <input checked="" type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

38. OTRAS PERSONAS EN EL TRABAJO. *

- | | | |
|--------------------------------|--------------------------------|--|
| <input type="radio"/> Nunca | <input type="radio"/> Rara Vez | <input checked="" type="radio"/> Algunas veces |
| <input type="radio"/> A menudo | <input type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

39. CÓNYUGE, NOVIO(A) O PERSONA SIGNIFICATIVA. *

- | | | |
|--------------------------------|--|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input type="radio"/> A menudo | <input checked="" type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

40. MIEMBROS DE LA FAMILIA O PARIENTES. *

- | | | |
|--------------------------------|--|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input type="radio"/> A menudo | <input checked="" type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

41. AMIGOS. *

- | | | |
|--------------------------------|---|-------------------------------------|
| <input type="radio"/> Nunca | <input checked="" type="radio"/> Rara Vez | <input type="radio"/> Algunas veces |
| <input type="radio"/> A menudo | <input type="radio"/> Siempre | <input type="radio"/> No aplicable |

POR FAVOR INDIQUE QUÉ TAN SATISFECHO SE SIENTE CON EL APOYO SOCIAL QUE LE HAN PROPORCIONADO LAS PERSONAS LISTADAS EN LOS ENUNCIADOS 42 A 46 CUANDO USTED LO NECESITA.

1. NO DEL TODO SATISFECHO
2. POCO SATISFECHO
3. MODERADAMENTE SATISFECHO
4. MUY SATISFECHO
5. EXTREMADAMENTE SATISFECHO
6. NO APLICABLE

42. JEFE INMEDIATO O SUPERVISOR. *

- | | |
|--|---------------------------------------|
| <input type="radio"/> No del todo satisfecho | <input type="radio"/> Poco satisfecho |
| <input type="radio"/> Moderadamente satisfecho | <input type="radio"/> Muy satisfecho |
| <input checked="" type="radio"/> Extremadamente satisfecho | <input type="radio"/> No aplicable |

43. OTRAS PERSONAS EN EL TRABAJO. *

- | | |
|---|---|
| <input type="radio"/> No del todo satisfecho | <input type="radio"/> Poco satisfecho |
| <input type="radio"/> Moderadamente satisfecho | <input checked="" type="radio"/> Muy satisfecho |
| <input type="radio"/> Extremadamente satisfecho | <input type="radio"/> No aplicable |

44. CÓNYUGE, NOVIO(A) O PERSONA SIGNIFICATIVA. *

- | | |
|--|---------------------------------------|
| <input type="radio"/> No del todo satisfecho | <input type="radio"/> Poco satisfecho |
| <input type="radio"/> Moderadamente satisfecho | <input type="radio"/> Muy satisfecho |
| <input checked="" type="radio"/> Extremadamente satisfecho | <input type="radio"/> No aplicable |

45. MIEMBROS DE LA FAMILIA O PARIENTES. *

- | | |
|--|---------------------------------------|
| <input type="radio"/> No del todo satisfecho | <input type="radio"/> Poco satisfecho |
| <input type="radio"/> Moderadamente satisfecho | <input type="radio"/> Muy satisfecho |
| <input checked="" type="radio"/> Extremadamente satisfecho | <input type="radio"/> No aplicable |

46. AMIGOS. *

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> No del todo satisfecho | <input checked="" type="radio"/> Poco satisfecho |
| <input type="radio"/> Moderadamente satisfecho | <input type="radio"/> Muy satisfecho |
| <input type="radio"/> Extremadamente satisfecho | <input type="radio"/> No aplicable |

PARTE 4

RESPONDA LOS ENUNCIADOS DEL 47 AL 56 PARA INDICAR LA FRECUENCIA CON QUE ESTAS AFIRMACIONES DESCRIBEN LA FORMA EN QUE USTED ACTÚA O SE SIENTE

1. NUNCA
2. MUY POCAS VECES
3. A MENUDO
4. LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO
5. SIEMPRE

47. ME SIENTO APURADO(A) Y PRESIONADO(A) POR EL TIEMPO (P. EJ., SIN EL TIEMPO SUFICIENTE PARA HACER TODO EN EL TRABAJO O LAS COSAS DE LA CASA). *

- Nunca Muy pocas veces A menudo
 La mayor parte del tiempo Siempre

48. MIS ACTIVIDADES Y MI HORARIO ME HACEN ESTAR TAN ACTIVO(A) Y OCUPADO(A) COMO ES POSIBLE LLEVÁNDOME AL LÍMITE DE MI ENERGÍA Y CAPACIDAD. *

- Nunca Muy pocas veces A menudo
 La mayor parte del tiempo Siempre

49. CUANDO ME SIENTO MOLESTO(A), INCÓMODO(A) O ENOJADO(A) ANTE EL TRABAJO Y EL ESTRÉS, TIENDO A EXPRESAR LO QUE SIENTO Y LO QUE PIENSO A LOS DEMÁS. *

- Nunca Muy pocas veces A menudo
 La mayor parte del tiempo Siempre

50. TIENDO A SER BRUSCO(A) Y COMPETITIVO(A) TANTO EN EL TRABAJO COMO EN EL JUEGO. *

- Nunca Muy pocas veces A menudo
 La mayor parte del tiempo Siempre

51. CUANDO ESTOY FORMADO(A) EN UNA FILA, SUELO PREGUNTARME POR QUÉ LOS DEMÁS SON TAN INCOMPETENTES (P. EJ., EMPLEADOS, CAJEROS, AQUELLOS QUE ESTÁN AL PRINCIPIO DE LA FILA, ETC.). *

- Nunca Muy pocas veces A menudo
 La mayor parte del tiempo Siempre

52. TENGO UNA GRAN NECESIDAD DE SUPERARME Y SER EL(LA) MEJOR EN CUALQUIER COSA EN LA QUE PARTICIPO. *

- Nunca Muy pocas veces A menudo
 La mayor parte del tiempo Siempre

53. TIENDO A SENTIRME MOLESTO(A) E IMPACIENTE CUANDO TENGO QUE ESPERAR POR CUALQUIER COSA (P. EJ., EL TRÁFICO, LAS FILAS AL HACER LAS COMPRAS, EL SERVICIO LENTO, LOS RETRASOS EN LAS CITAS, ETC.). *

- Nunca Muy pocas veces A menudo
 La mayor parte del tiempo Siempre

<p>54. TIENDO A COMER, CAMINAR, HABLAR Y HACER LA MAYORÍA DE LAS COSAS DE MANERA RÁPIDA. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Muy pocas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> La mayor parte del tiempo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>55. ME PARECE FÁCIL DECIRLE A LOS DEMÁS EN EL TRABAJO O EN LA CASA CUANDO ME SIENTO FRUSTRADO(A), MOLESTO(A) O ENOJADO(A) CON ELLOS. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Muy pocas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> La mayor parte del tiempo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>56. TANTO EN EL TRABAJO COMO EN LA CASA TIENDO A VERIFICAR LO QUE MIS COMPAÑEROS O FAMILIARES HACEN PARA ASEGURARME DE QUE TODO ESTÉ BIEN HECHO. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Muy pocas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> La mayor parte del tiempo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>PARTE 5</p> <p>LOS ENUNCIADOS DEL 57 AL 86 DESCRIBEN LAS CREENCIAS DE LA GENTE. ¿QUÉ TANTO ESTÁ DE ACUERDO O EN DESACUERDO CON CADA AFIRMACIÓN? UTILICE LA SIGUIENTE ESCALA PARA SEÑALAR SUS RESPUESTAS.</p> <p>1. COMPLETAMENTE DE ACUERDO 2. DE ACUERDO 3. NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO 4. EN DESACUERDO 5. COMPLETAMENTE EN DESACUERDO</p>
<p>57. MI PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES FUERA DEL TRABAJO Y EN PASATIEMPOS ME HACE SENTIR QUE TENGO UN SIGNIFICADO Y UN PROPÓSITO. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input checked="" type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>58. MEDIANTE LA PARTICIPACIÓN EN ASUNTOS POLÍTICOS Y SOCIALES, LA GENTE PUEDE INFLUIR SOBRE LA POLÍTICA Y EVENTOS MUNDIALES. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input checked="" type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>59. SIEMPRE PUEDO APOYARME Y AUXILIARME DE MI FAMILIA Y AMIGOS CUANDO TODO LO DEMÁS SE VE SOMBRÍO. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>

<p>60. PREFIERO HACER COSAS ARRIESGADAS, EXCITANTES Y AUDACES MÁS QUE APEGARME A LA MISMA RUTINA Y ESTILO DE VIDA CÓMODOS. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input checked="" type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>61. SER EXITOSO ES PRODUCTO DEL TRABAJO ARDUO; LA SUERTE TIENE POCO O NADA QUE VER. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>62. HAY RELATIVAMENTE POCAS ÁREAS DE MÍ MISMO(A) EN LAS QUE ME SIENTO INSEGURO(A), DEMASIADO TÍMIDO(A) O FALTO(A) DE CONFIANZA. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input checked="" type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>63. EN GENERAL TIENDO A SER UN TANTO CRÍTICO(A), PESIMISTA Y CÍNICO(A) ACERCA DE LA MAYOR PARTE DE LAS COSAS EN MI TRABAJO Y EN MI VIDA. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>64. EN MIS CIRCUNSTANCIAS ACTUALES, SE NECESITARÍA MUY POCO PARA HACERME DEJAR LA INSTITUCIÓN O EMPRESA EN LA QUE TRABAJO. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>65. NO ME SIENTO SATISFECHO(A) CON MI ACTUAL PARTICIPACIÓN EN LAS ACTIVIDADES COTIDIANAS Y EL BIENESTAR DE MI FAMILIA Y AMIGOS. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input checked="" type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>

<p>66. EN GENERAL, PREFERIRÍA TENER LAS COSAS BIEN PLANEADAS POR ANTICIPADO MÁS QUE ENFRENTARME A LO DESCONOCIDO. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>67. LA MAYOR PARTE DE LA VIDA SE DESPERDICIA EN ACTIVIDADES SIN SENTIDO. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>68. SUELO SENTIRME INQUIETO(A), INCÓMODO(A) O INSEGURO(A) CUANDO INTERACTÚO SOCIALMENTE CON OTROS. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>69. RARA VEZ DIGO O PIENSO QUE NO SOY LO BASTANTE BUENO(A) O CAPAZ PARA LOGRAR ALGO. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>70. ME SIENTO COMPROMETIDO(A) CON MI EMPLEO Y LAS ACTIVIDADES LABORALES QUE ESTOY REALIZAN EN LA ACTUALIDAD. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>71. TIENDO A VER LA MAYORÍA DE LOS CAMBIOS, DESILUSIONES Y RETRASOS EN LA VIDA Y EL TRABAJO COMO AMENAZANTES, DAÑINOS O ESTRESANTES, MÁS QUE COMO UN RETO. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input checked="" type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>72. SUELO EXPLORAR RUTAS NUEVAS Y DIFERENTES A LOS LUGARES A LOS QUE ME TRASLADO CON FRECUENCIA SÓLO POR VARIAR (P. EJ., AL TRABAJO O A LA CASA). *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input checked="" type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>

<p>73. LOS DEMÁS ACTUARÁN DE ACUERDO CON SUS PROPIOS INTERESES SIN IMPORTAR LO QUE YO INTENTE DECIR O HACER PARA INFLUIRLOS. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input checked="" type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>74. SÉ QUE PUEDO TENER ÉXITO EN CASI CUALQUIER COSA SI TENGO LA OPORTUNIDAD DE VER CÓMO OTROS HACEN LAS COSAS O ME ENSEÑAN CÓMO HACERLO. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>75. SUPONGO QUE ALGUNAS COSAS PUEDEN SALIR MAL DE VEZ EN CUANDO, PERO NO TENGO NINGUNA DUDA DE QUE SOY CAPAZ DE AFRONTAR DE MANERA EFICAZ CASI CUALQUIER COSA QUE SE ME PRESENTE. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Completamente de acuerdo <input type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>76. LA MAYORÍA DE LAS COSAS EN LAS QUE PARTICIPO (P. EJ., TRABAJO, COMUNIDAD, RELACIONES) NO CONSTITUYEN UN RETO NI SON MUY ESTIMULANTES NI RECOMPENSANTES. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>77. ES PROBABLE QUE ME SIENTA FRUSTRADO(A) Y MOLESTO(A) SI MIS PLANES NO RESULTAN EXACTAMENTE COMO YO ESPERABA O SI LAS COSAS NO SE PUEDEN HACER DE LA FORMA QUE YO DESEABA. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>
<p>78. EXISTE UNA RELACIÓN DIRECTA ENTRE CUÁNTO TRABAJO Y EL ÉXITO Y EL RESPETO QUE OBTENDRÉ. *</p> <p> <input type="radio"/> Completamente de acuerdo <input checked="" type="radio"/> De acuerdo <input type="radio"/> Ni de acuerdo ni en desacuerdo <input type="radio"/> En desacuerdo <input type="radio"/> Completamente en desacuerdo </p>

79. NO SIENTO QUE EN LOS ÚLTIMOS TIEMPOS HAYA LOGRADO MUCHO QUE EN REALIDAD SEA IMPORTANTE O SIGNIFICATIVO CON RESPECTO A MIS OBJETIVOS DE VIDA Y AL FUTURO. *

Completamente de acuerdo De acuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo
 Completamente en desacuerdo

80. SUELO PENSAR QUE SOY INADECUADO(A), INCOMPETENTE O MENOS IMPORTANTE QUE OTROS QUE CONOZCO Y CON QUIENES TRABAJO. *

Completamente de acuerdo De acuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo
 Completamente en desacuerdo

81. MUCHAS VECES SIENTO QUE TENGO POCO CONTROL E INFLUENCIA SOBRE LAS COSAS QUE ME PASAN. *

Completamente de acuerdo De acuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo
 Completamente en desacuerdo

82. SI ALGO CAMBIARA O SALIERA MAL EN MI VIDA EN ESTE MOMENTO, SIENTO QUE NO SERÍA CAPAZ DE AFRONTARLO CON EFICIENCIA. *

Completamente de acuerdo De acuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo
 Completamente en desacuerdo

83. CUANDO HAY ALGÚN CAMBIO EN EL TRABAJO O EN LA CASA, SUELO PENSAR QUE VA A SUCEDER LO PEOR. *

Completamente de acuerdo De acuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo
 Completamente en desacuerdo

84. LAS COSAS EN EL TRABAJO Y EN LA CASA SON BASTANTE PREDECIBLES HASTA EL MOMENTO Y CUALQUIER CAMBIO SERÍA DEMASIADO DIFÍCIL DE MANEJAR. *

Completamente de acuerdo De acuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo
 Completamente en desacuerdo

85. EN REALIDAD, NO PUEDES CONFIAR EN DEMASIADAS PERSONAS PORQUE LA MAYORÍA DE ELLAS ESTÁ BUSCANDO CÓMO MEJORAR SU BIENESTAR Y SU FELICIDAD A COSTA TUYA. *

- Completamente de acuerdo De acuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo
 Completamente en desacuerdo

86. LA MAYORÍA DE LAS COSAS SIGNIFICATIVAS PROVIENE DE DEFINICIONES INTERNAS, MÁS QUE EXTERNAS, DE ÉXITO, LOGRO Y SATISFACCIÓN. *

- Completamente de acuerdo De acuerdo
 Ni de acuerdo ni en desacuerdo En desacuerdo
 Completamente en desacuerdo

PARTE 6

AUNQUE CADA PROBLEMA O ESTRESOR QUE EXPERIMENTAMOS PUEDE MANEJARSE DE MANERA DIFERENTE, LA MAYORÍA DE NOSOTROS EMPLEA FORMAS CARACTERÍSTICAS PARA AFRONTARLOS CADA DÍA. LOS ENUNCIADOS DEL 87 AL 106 DESCRIBEN MANERAS COMUNES DE AFRONTAR LOS ESTRESORES, LAS INCOMODIDADES, LAS MOLESTIAS Y LOS RETOS QUE SE NOS PRESENTAN. UTILICE LA SIGUIENTE ESCALA DE RESPUESTAS PARA INDICAR LA FRECUENCIA CON LA QUE USTED TIENDE A RECURRIR A CADA UNA DE ESTAS TÉCNICAS Y APROXIMACIONES PARA MANEJAR SU VIDA PERSONAL Y LABORAL.

1. NUNCA
2. RARA VEZ
3. ALGUNAS VECES
4. A MENUDO
5. SIEMPRE

87. CONCENTRO MIS PENSAMIENTOS EN LOS ASPECTOS MÁS POSITIVOS DEL EVENTO O SITUACIÓN (P.EJ., LO QUE PUEDO APRENDER DEL EVENTO O SITUACIÓN O LAS CONSECUENCIAS POSITIVAS QUE PUEDE TENER). *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

88. PIENSO EN MOMENTOS, EVENTOS Y EXPERIENCIAS FELICES CUANDO ENFRENTO PROBLEMAS Y FRUSTRACIONES. *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

89. IMAGINO QUE LAS COSAS MEJORAN Y ME SIENTO CONFIADO(A) DE QUE PUEDO MANEJARLAS. *

- Nunca Rara Vez Algunas veces
 A menudo Siempre

<p>90. ME CONCENTRO EN LO QUE ME MOLESTA HASTA QUE ME SIENTO MÁS SEGURO(A) Y CÓMODO(A) ACERCA DEL PROBLEMA. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input checked="" type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>91. DIGO Y PIENSO EN COSAS POSITIVAS PARA MÍ QUE ME HACEN SENTIR MEJOR EN CUANTO A LA SITUACIÓN O EVENTO ESTRESANTE (P. EJ., "TODO VA A SALIR BIEN"). *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>92. ME CULPO, ME CRITICO Y "ME PONGO POR LOS SUELOS" POR CREARME O CAUSARME DE ALGUNA MANERA MI PROBLEMA. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>93. ME DEDICO A PENSAR SOBRE LO QUE DEBÍ O NO HABER HECHO EN UNA SITUACIÓN PARTICULAR. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>
<p>94. PIENSO Y ME CONCENTRO EN LO PEOR QUE PUDO SUCEDER EN UNA SITUACIÓN DETERMINADA. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>
<p>95. SACO EL TEMA Y LO HABLO CON OTROS DE MANERA EXCESIVA ("MACHACANDO SOBRE LOS MISMO"). *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>96. PIENSO EN EL PROBLEMA CONSTANTEMENTE, DE DÍA Y DE NOCHE (NO SOY CAPAZ DE "ABANDONARLO" Y DEJAR DE AHONDAR EN LO QUE ME MOLESTA). *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>
<p>97. MINIMIZO LA IMPORTANCIA DE LO QUE ME MOLESTA BURLÁNDOME O BROMEANDO SOBRE ELLO (ES DECIR, USO EL HUMOR PARA PONER EL EVENTO O LA SITUACIÓN EN PERSPECTIVA). *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>

<p>98. EVITO PENSAR EN ELLO CUANDO ME VIENE A LA MENTE (ES DECIR, SOY CAPAZ DE OLVIDARME Y DEJAR DE AHONDAR EN LO QUE ME MOLESTA).</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input checked="" type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>99. ME IMPULSO A SEGUIR ADELANTE CON MI VIDA Y A CANALIZAR MI ENERGÍA EN COSAS MÁS PRODUCTIVAS PARA MINIMIZAR MI FRUSTRACIÓN E INSATISFACCIÓN.</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>100. ME DIGO COSAS COMO "DEJA DE PENSAR EN ESO" O "NO ES MOMENTO PARA PENSAR EN ESO", CUANDO ME SIENTO FRUSTRADO(A), IRRITADO(A) O MOLESTO(A).</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input checked="" type="radio"/> Siempre </p>
<p>101. LO VEO COMO ALGO QUE YA SUCEDIÓ Y QUE SE TERMINÓ (O SEA, "LO QUE PASÓ, PASÓ).</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>102. HABLO CON OTROS Y LES PIDO SU OPINIÓN, UN CONSEJO, RECOMENDACIONES, IDEAS O SUGERENCIAS.</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input checked="" type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>103. LES PIDO A OTROS QUE CAMBIEN O MODIFIQUEN SU CONDUCTA DE MODO QUE LAS COSAS MEJOREN PARA MÍ.</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>104. DESARROLLO UN PLAN DE ACCIÓN Y LO LLEVO A CABO PARA AFRONTAR DE MANERA MÁS EFICAZ LA SITUACIÓN EN EL FUTURO.</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>

<p>105. CAMBIO LA SITUACIÓN O MODIFICO MI CONDUCTA PARA MINIMIZAR O ALIVIAR MI FRUSTRACIÓN O INSATISFACCIÓN. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input checked="" type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>106. RECUERDO MIS EXPERIENCIAS PASADAS Y ME IMAGINO LA MANERA MÁS CONVENIENTE DE RESOLVER EL PROBLEMA O MEJORAR LA SITUACIÓN DE FORMA PRODUCTIVA Y EFICAZ. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>PARTE 7</p> <p>A CONTINUACIÓN, SE PRESENTA UNA LISTA DE SENTIMIENTOS Y ACTITUDES COMUNES QUE LA GENTE EXPERIMENTA. UTILICE LA ESCALA DE RESPUESTAS PARA INDICAR LA FRECUENCIA CON LA QUE HA EXPERIMENTADO O SENTIDO CADA UNA DE ELLAS DURANTE LOS ÚLTIMOS 3 MESES.</p> <p>1. NUNCA 2. RARA VEZ 3. ALGUNAS VECES 4. A MENUDO 5. SIEMPRE</p>
<p>107. SENTIRSE FELIZ Y SATISFECHO(A) CON SU VIDA SOCIAL. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input checked="" type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>108. SENTIRSE ESTIMULADO(A) Y MOTIVADO(A) POR SU TRABAJO Y SU VIDA. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input checked="" type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>109. SENTIRSE CAPAZ DE RELAJARSE Y EXPERIMENTAR BIENESTAR FÁCILMENTE. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>110. SENTIRSE MENTAL Y FÍSICAMENTE CALMADO(A), RELAJADO(A) Y LIBRE DE TENSIÓN. *</p> <p> <input checked="" type="radio"/> Nunca <input type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>
<p>111. DESPERTARSE ANTICIPANDO UN DÍA INTERESANTE Y EMOCIONANTE. *</p> <p> <input type="radio"/> Nunca <input checked="" type="radio"/> Rara Vez <input type="radio"/> Algunas veces <input type="radio"/> A menudo <input type="radio"/> Siempre </p>

112. SENTIRSE AMADO(A), QUERIDO(A) Y APOYADO(A) SINCERAMENTE POR LAS PERSONAS CERCANAS A USTED.	<input type="radio"/> Nunca	<input type="radio"/> Rara Vez	<input type="radio"/> Algunas veces
	<input checked="" type="radio"/> A menudo	<input type="radio"/> Siempre	
113. DISFRUTAR DE MANERA GENUINA LAS COSAS EN LAS QUE PARTICIPA.	<input type="radio"/> Nunca	<input checked="" type="radio"/> Rara Vez	<input type="radio"/> Algunas veces
	<input type="radio"/> A menudo	<input type="radio"/> Siempre	
114. SENTIR QUE SU FUTURO ES ESPERANZADOR Y PROMISORIO.	<input type="radio"/> Nunca	<input type="radio"/> Rara Vez	<input type="radio"/> Algunas veces
	<input checked="" type="radio"/> A menudo	<input type="radio"/> Siempre	
115. SENTIRSE CONFIADO(A), OPTIMISTA Y SEGURO(A) DE SÍ MISMO(A).	<input type="radio"/> Nunca	<input type="radio"/> Rara Vez	<input checked="" type="radio"/> Algunas veces
	<input type="radio"/> A menudo	<input type="radio"/> Siempre	
116. SENTIRSE A GUSTO CON SU VIDA.	<input type="radio"/> Nunca	<input checked="" type="radio"/> Rara Vez	<input type="radio"/> Algunas veces
	<input type="radio"/> A menudo	<input type="radio"/> Siempre	
117. SENTIRSE COMPROMETIDO(A) CON SUS ACTIVIDADES COTIDIANAS Y SUS RELACIONES ACTUALES.	<input type="radio"/> Nunca	<input type="radio"/> Rara Vez	<input checked="" type="radio"/> Algunas veces
	<input type="radio"/> A menudo	<input type="radio"/> Siempre	
118. SENTIRSE SATISFECHO(A) CON SUS LOGROS PERSONALES Y PROFESIONALES.	<input type="radio"/> Nunca	<input type="radio"/> Rara Vez	<input checked="" type="radio"/> Algunas veces
	<input type="radio"/> A menudo	<input type="radio"/> Siempre	
PARTE 8			
EN LOS ENUNCIADOS 119 A 123 SELECCIONE VERDADERO O FALSO			
V. VERDADERO			
F. FALSO			
119. NUNCA EN MI VIDA HE ESTADO ENFERMO(A) NI UN DÍA.	<input type="radio"/> "Verdadero"	<input checked="" type="radio"/> "Falso"	
120. HE ESTADO DEPRIMIDO(A) AL MENOS UNA VEZ EN MI VIDA.	<input checked="" type="radio"/> "Verdadero"	<input type="radio"/> "Falso"	

121. NUNCA HE DICHO ALGO MALO ACERCA DE OTRA PERSONA. *

"Verdadero"

"Falso"

122. NUNCA EN MI VIDA HE MENTIDO. *

"Verdadero"

"Falso"

123. SIEMPRE HE TENIDO MALOS PENSAMIENTOS SOBRE OTRAS PERSONAS. *

"Verdadero"

"Falso"