

PERSONALIDAD, PROPÓSITO DE VIDA Y RESILIENCIA: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.



ISSN 2422-619X



Esta obra está bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento- NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

M. ROSARIO CAZABONNE * 

* Universidad de Flores (Argentina)

rosario.cazabonne@uflo.edu.ar

Resumen. El presente artículo de revisión tiene como finalidad un breve recorrido por diversos trabajos que han conceptualizado las variables Personalidad, Propósito de Vida, y Resiliencia. A partir del desarrollo de las definiciones y teorías de cada uno de dichos constructos, se buscará sugerir posibles relaciones entre los mismos. Por un lado, se buscará la relación entre Personalidad, desde el Modelo de los Cinco Factores, y Propósito de Vida, intentando poner de relieve la correlación positiva o negativa entre ellos. Por otro lado, se indagará acerca de la posible relación entre Resiliencia y Propósito de Vida, donde también puede delimitarse una aparente correlación positiva.

Palabras Claves. Personalidad – Propósito de vida – Resiliencia

Abstract. The purpose of this review article is to briefly review different works that have conceptualized the variables Personality, Purpose in Life, and Resilience. From the development of the definitions and theories of each of these constructs, it will try to suggest possible relationships between them. On the one hand, the relationship between Personality, from the Model of the Five Factors, and Purpose of Life, will be sought, trying to highlight the positive or negative correlation between them. And on the other hand, it will inquire about the possible relationship between Resilience and Purpose in Life, where an apparent positive correlation can also be delineated.

Keywords. Personality – Purpose in Life – Resilience

Enviado. 23-03-2019 | **Aceptado.** 10-12-2019

A lo largo de la historia de la psicología, diferentes autores han intentado clasificar los rasgos de la personalidad, con el fin de ordenar aquellos atributos que describen las diferencias individuales, estableciéndose de manera significativa el Modelo de los Cinco Factores de la Personalidad (MFF), que comprende la misma a partir de cinco dimensiones.

Respecto al constructo Propósito de Vida, fue desarrollado por Viktor Frankl, y no se difiere tanto en cuanto a su conceptualización, es definido como la responsabilidad que tiene el ser humano de su existencia. Si bien ambos constructos no parecen estar relacionados, se han llevado a cabo

diversos estudios que indagaron si los rasgos propuestos por el MMF, correlacionan de forma positiva o negativa con la variable Propósito de Vida.

También es creciente el interés en el constructo de la Resiliencia, para el cual también existen discusiones acerca de su definición, debido a la complejidad del mismo. En líneas generales, se entiende que la Resiliencia refiere a la capacidad de las personas de resistir situaciones adversas y salir fortalecidas de las mismas. Además, distintos autores se han propuesto indagar si la Resiliencia podría verse potenciada por otras variables, entre ellas, el Propósito de Vida.

Personalidad

La personalidad se ha estudiado a partir de diferentes perspectivas teóricas (Danziger, 1990; McAdams, 1992; Nicholson, 2003; John, Hampson & Goldberg, 1991), es por eso que se ha dificultado el arribo a un consenso en cuanto a su definición. Se puede considerar la personalidad como una organización dinámica, la cual determina el pensamiento, el comportamiento, y la adaptación de los individuos al ambiente (Allport, 1937; John, 1999 en Simkin & Cermesoni, 2014).

A lo largo de la historia de la psicología, ha habido múltiples intentos, desde diversos enfoques, por clasificar los rasgos de personalidad, buscando dimensiones básicas que permitieran ordenar los atributos que describen las diferencias individuales (Romero et al., 2002). Al hablar de los rasgos, un autor referente es Gordon Allport (1937), quien define a los rasgos como predisposiciones que tienen las personas a responder de manera igual o similar frente a distintos tipos de estímulos, es decir, tendencias expresadas en patrones de comportamiento relativamente estables y consistentes (Romero, 2005 en Sanchez & Ledesma, 2007).

Para llevar a cabo el estudio de la personalidad, Allport, construyó junto a Odbert, una lista con más de 16.000 palabras que definían diferentes rasgos de personalidad. Basándose en este trabajo, Cattell (1950) identificó 16 factores de la personalidad a partir de la técnica de análisis factorial. Por su parte, Eysenck (1976) sostuvo que la personalidad podía ser estudiada a partir

de tres factores: intraversión-extraversión, neuroticismo-estabilidad emocional, y psicoticismo (Simkin & Etchevers, 2014). Tupes & Christal (1961), retomaron el trabajo llevado a cabo por Cattell en 1950, sugiriendo que habría cinco factores relativamente estables y recurrentes. Continuando la estructura penta factorial, se realizaron diferentes trabajos que fueron dando lugar al Modelo de los Cinco Factores de la Personalidad (FFM), llevado a cabo por Costa & McCrae (1980).

El FFM se ha establecido de manera preponderante en el último tiempo (Funder, 2001 en Sanchez & Ledesma, 2007). En los trabajos de Costa y McCrae, se evaluó la personalidad a través de cuestionarios construidos por fases, partiendo del cuestionario de 16 factores, desde el modelo propuesto por Cattell (Sanchez & Ledesma, 2007). De esta manera, a partir del FFM, la personalidad puede entenderse según cinco dimensiones básicas: extraversión, amabilidad, responsabilidad, neuroticismo, y apertura a la experiencia.

La extraversión se caracteriza por la tendencia a comunicarse con otros individuos y buscar la estimulación social (Costa & McCrae, 1996 en Simkin et al., 2012). La apertura a la experiencia hace referencia a un estilo cognitivo que distingue a las personas con capacidad de introspección, curiosidad intelectual, imaginación activa y creativa (McCrae & Sutin, 2009). La amabilidad evalúa la capacidad de establecer vínculos interpersonales, y son personas que tienen amplia disposición a preocuparse por los demás (Costa & McCrae, 1996 en Simkin et al., 2012).

La responsabilidad refiere a la capacidad de controlar y regular impulsos, tener propósitos claros, planificar y organizar (Simkin & Cermesoni, 2014). Por último, el neuroticismo se define como inestabilidad emocional y tendencia a experimentar emociones negativas (Van Der Steeg et al., 2010 en Simkin & Cermesoni, 2014).

Propósito de vida

El constructo Propósito de Vida fue desarrollado por Viktor Frankl, quien plantea que este aporta significado a nuestra vida, y es definido como la responsabilidad que el hombre tiene de su existencia (Frankl, 1984 en Simkin et al., 2018). Experimentar que la vida propia tiene sentido, se asocia de forma positiva a la percepción y vivencia de libertad, visión positiva de la vida, del futuro y de sí mismo, autodeterminación, responsabilidad, y autorrealización (García Alandete et al, 2009).

La propia búsqueda de un propósito aportaría al individuo motivación para continuar viviendo y responsabilizarse de su existencia de forma más consciente (Moreno Carmona & Rodríguez Fernández 2010), pudiendo evaluar más objetivamente los sucesos de sus vidas (Bonilla y Rapso, 1997; Segura & Negrini, 2004 en Irurzun & Yaccarini, 2018).

El sentido de vida no puede ser inventado, debe ser descubierto, es accesible a todo ser humano, y es tarea de cada persona descubrirlo (Fabry, 1992 en Maldonado de Lozada et al., 2010). No basta con preguntarse por el sentido de Vida, este se encuentra enfrentando la vida cotidiana (Magaña Valladares et al., 2004). Frankl, al

desarrollar acerca del Propósito de Vida, no hace referencia simplemente a deseos de alcanzar una meta, sino a objetivos que implican un elevado compromiso afectivo. Cuando se tiene en claro el Propósito, se puede arribar a una adecuada definición de aquello que se considera esencial y relevante en la vida (Frankl, 1999 en Jimenez Segura et al., 2004).

Personalidad y Propósito de Vida

Las múltiples investigaciones en el ámbito de la psicología acerca del Propósito en la Vida, han demostrado que aquellos individuos con baja percepción del mismo, tienden a la depresión, la ansiedad y están menos satisfechos con su vida (Steger, 2012 en Martínez Ortiz & Castellanos Morales, 2013). Por el contrario, las personas con mayor Propósito de Vida, presentan niveles más altos de felicidad (Harlow et al., 1986 en Molasso, 2006), responsabilidad (Simmons, 1980 en Molasso, 2006), mayor autoestima y bienestar (Bigler et al., 2001 en Francis et al., 2010). Otros estudios han mostrado que aquellos individuos con puntajes altos en el Test de Propósito en La Vida (PIL), presentan menor ansiedad y mayor confianza en sí mismos, mayor estabilidad emocional, y satisfacción con sus vidas (Yarnell, 1971; Crumbaugh & Maholick, 1969; Reker & Cousins, 1979 en Molasso, 2006).

En los últimos años se han registrado diferentes investigaciones empíricas que buscan relacionar el Propósito en la Vida con rasgos de la Personalidad. Entre ellos, un estudio realizado por Francis et al. (2010) plantea que puntuaciones altas en la escala de Propósito en la Vida (PIL), se

relacionan con la extraversión, mientras que puntuaciones más bajas se asocian al neuroticismo. En otras investigaciones, el Propósito en la Vida también se correlaciona negativamente con el neuroticismo (Halama, 2005; Moomal, 1999 en Işık & Üzbe, 2015), y de forma positiva con la extraversión, responsabilidad y amabilidad (Lavigne et al., 2013; Mascaró & Rosen, 2005; Steger et al., 2008 en Işık & Üzbe, 2015). En un estudio llevado a cabo por Halama (2005), se plantea que el nivel del Significado en la Vida no es independiente de los rasgos básicos de la Personalidad; según los resultados, un bajo neuroticismo y una alta extraversión y responsabilidad, potencian la presencia de un Propósito de Vida. Por su parte, los resultados del estudio llevado a cabo por Işık & Üzbe (2015), indican que la apertura a la experiencia se relaciona de forma positiva con el Propósito de Vida, mientras que el neuroticismo correlaciona negativamente.

Según Frankl, estar abierto a nuevas experiencias formaría parte del núcleo del Significado en la Vida, por lo que es significativo que la apertura a la experiencia se relacione de forma positiva con el Propósito de Vida (Işık & Üzbe, 2015). Por su parte, la extraversión refiere a emociones positivas y sociabilidad, lo que puede aumentar la capacidad de una persona para percibir su vida como significativa; y la responsabilidad se relaciona con la autodisciplina y el esfuerzo por los logros; características que podrían contribuir a una sensación de sentido. Respecto al neuroticismo, es esperable que correlacione negativamente con el significado en la vida, ya que aquellos que encuentran sus vidas

significativas, las perciben como satisfactorias (Jia-Yang et al., 2008; Kashdan & Steger, 2007 en Işık & Üzbe (2015), mientras que el neuroticismo se asocia con emociones negativas e inestabilidad emocional (Halama, 2005).

Resiliencia

El concepto de resiliencia proviene del término en latín *resilio*, que significa volver al estado inicial (Real Academia Española, 2011 en Piña López, 2015). En principio, fue utilizado en el campo de la física para referirse a la capacidad elástica de un material (Greene & Conrad, 2002 en Villalba, 2003), y posteriormente fue adaptado a las ciencias sociales, con la finalidad de describir a los individuos que logran desarrollarse psicológicamente sanos y exitosos a pesar de haber pasado por situaciones adversas (Machuca, 2002 en Irurzun et al., 2017).

Existen múltiples perspectivas y discusiones acerca de la definición de resiliencia. Dado que no es un constructo simple (Villalba, 2003), no hay un consenso acerca de si esta es un proceso o un resultado, un atributo de la persona, o la consecuencia de la interacción del individuo con el ambiente (Piña López, 2015).

Por un lado, se entiende que la resiliencia es un mecanismo de autoprotección (Cyrulnik, 2002 en Anzola, 2003), que incluiría dos aspectos relevantes: resistir una situación adversa, y rehacerse o reponerse de ella (Bonanno et al., 2002; Bonanno & Kaltman, 2001 en Poseck et al., 2006). Por otro lado, se la puede considerar como un conjunto de capacidades y acciones

orientadas a la lucha por defender el Sentido de Vida frente a la adversidad (Krauskopf, 2007), siendo capaz, el individuo, de seguir proyectándose en un futuro (Manciaux, Vanistendael, Lecomte & Cyrulnik, 2001 en Poseck et al., 2006).

Resiliencia y Propósito en la Vida

El término Resiliencia se entiende como una realidad que se sitúa en la vida de aquellas personas que, habiendo pasado por experiencias traumáticas, no solo han salido airosas de las mismas, sino que se han fortalecido (Garrido Muñoz & De Pedro Sotelo, 2005 en Irurzun & Yaccarini, 2018). Además, cabe distinguir que múltiples factores promueven y modulan la resiliencia (Bonanno, 2004 en Poseck et al., 2006); por ejemplo, algunas características de la personalidad y el entorno podrían favorecer la capacidad resiliente, tales como, la seguridad en uno mismo, la capacidad de afrontamiento, el apoyo social, tener un propósito significativo en la vida, entre otras. (Werner & Smith, 1992; Masten et al., 1999; Bonanno, 2004 en Poseck et al., 2006).

La presencia de un propósito, permite que la persona sea más resistente al estrés y a los problemas, ya que es más sencillo enfrentar situaciones difíciles y prolongadas en el tiempo, si existe detrás, una misión más amplia y profunda (Kashdan & McKnight, 2009). Por consiguiente, se desprende que las personas con mayor propósito en la vida, presentan un menor impacto de eventos traumáticos vividos (Steger et al., 2008 en Martínez Ortiz & Castellanos Morales,

2013), es por ello que un Propósito en la Vida podría considerarse un promotor de la Resiliencia.

Si bien no se han encontrado gran variedad de antecedentes que relacionaran ambos constructos, una de las investigaciones halladas, indagó acerca de la relación de la resiliencia, el sentido de coherencia, la autotrascendencia y el propósito de vida, con la salud física y mental percibida entre las personas mayores. Como resultado, encontraron importantes correlaciones entre las puntuaciones de todas las escalas (Nygren et al., 2005). Otro estudio, plantea de manera similar, que la resiliencia se asocia con el optimismo, el apoyo social y un propósito de vida (Smith et al., 2009). Por su parte, en el 2014, Aiena llevó a cabo una investigación, la cual mostró que el Propósito en la Vida y la Resiliencia se correlacionan de forma significativa (Sanchez Cabaco, 2018). Siguiendo la línea argumental, Pietrzak & Cook realizaron una investigación en el año 2013, acerca de la resiliencia en veteranos de guerra mayores; aquellos pertenecientes al grupo resiliente, presentaban un alto número de traumas, y a pesar de ello, pocos trastornos psicológicos posteriores. En los resultados de dicho estudio, se ha encontrado que el fortalecimiento de la conexión social, la integración comunitaria, y el propósito en la vida, pueden ayudar a promover la resiliencia en aquellas personas que hayan pasado por un número significativo de traumas (Sanchez Cabaco, 2018).

Discusión

De acuerdo a lo expresado en la presente revisión bibliográfica, el constructo Personalidad se ha estudiado de forma exhaustiva a lo largo de los años en la historia de la psicología. Los otros constructos, Propósito de Vida y Resiliencia, también han sido muy estudiados y teorizados, pero en los últimos años ha habido un incremento considerable respecto al conocimiento de dichas variables y la relación entre ellas.

En lo que refiere a la relación entre Personalidad, desde el Modelo de los Cinco Factores, y Propósito de Vida, los estudios que indagaron y asociaron ambos constructos, han encontrado diferentes rasgos relacionados de forma positiva con la presencia de un Propósito de Vida. Dicho constructo se ha asociado positivamente, en su mayoría, con la extraversión; sin embargo, en otros estudios también se lo correlacionó con la amabilidad, responsabilidad y apertura a la experiencia. Por el contrario, todos los estudios coinciden en que el Neuroticismo correlaciona negativamente con el constructo Propósito en la Vida.

En lo concerniente a la Resiliencia y su relación con el Propósito de Vida, todas las investigaciones que indagaron dicha asociación, encontraron que ambos se correlacionan de manera positiva. Además, en el estudio de Pietrzak & Cook, se encontró que el Propósito de Vida puede ayudar a promover la capacidad resiliente en aquellas personas que hayan pasado por un número significativo de traumas. Sin embargo, no existe una gran variedad de antecedentes que hayan

estudiado esta relación, por lo que aún se debería continuar indagándolas posibles conexiones entre Resiliencia y Propósito de Vida para arribar a conclusiones más sólidas y con mayor fundamentación teórica y empírica.

Referencias

- Anzola, M. (2003) La resiliencia como factor de protección. Universidad de Los Andes – Escuela de Educación. Educere, investigación arbitrada. Año 7, N° 22, 190-200.
- Becoña, E. (2006) Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. Facultad de Psicología, Universidad de Santiago de Compostela. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica. Vol. 11, N°3, 125-146.
- Cotton Bronk, K. (2014) *Purpose in Life. A critical component of optimal youth development*. Springer.
- De Fruyt, F.; McCrae, R. R.; Szirmák, Z. & Nagy, J. (2004). The Five-Factor personality inventory as a measure of the Five-Factor Model: Belgian, American, and Hungarian comparisons with the NEO-PI-R. *Assessment* 11(3): 207–215.
- Estrella Romero, M.; Ángeles Luengo, J.; Gómez-Fraguela, A. & Sobral, J. (2002) La estructura de los rasgos de personalidad en adolescentes: El Modelo de Cinco Factores y los Cinco Alternativos. *Psicothema*, vol. 14, núm. 1, pp. 134-143. Universidad de Oviedo. España.
- Francis, L.J., Jewell, A. & Robbins, M. (2010) *The relationship between Religious Orientation, Personality, and Purpose in Life among an older methodist simple*. *Mental Health, Religion & Culture*. 13:7-8, 777-791.
- García Alandete, J.; Gallego Pérez, J.F.; Pérez Delgado, E. (2009) Sentido de la vida y desesperanza: un estudio empírico. *Universitas Psychologica*, vol.8, N°2, pp. 447-454. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá, Colombia.
- García Vesga, M.C. & Dominguez de la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), pp. 63-77.
- Halama, P. (2005) *Relationship between Meaning in Life and the Big Five Personality Traits in young adults and the elderly*. *Studia Psychologica*, 47, 3.
- Iruzun, J.I.; Mezzadra, J.; Preuss, M. (2017). Resiliencia y espiritualidad. Aportes para su estudio desde una perspectiva psicológica.

- Revista científica Arbitrada de la Fundación MenteClara, 2(2), 205-216.
- Irurzun, J. I. & Yaccarini, C. (2018) Resiliencia, espiritualidad y propósito de vida. Una revisión del estado del arte. *PSocial. Revista de Investigación en Psicología Social*. {PSOCIAL} Vol. 4, Nro. 2, pp. 58-66.
- Işık, S. & Üzbe, N. (2015) *Personality Traits and Positive/Negative Affects: An Analysis of Meaning in Life among Adults*. ISSN 1303-085, Educational Sciences: Theory & Practice, 15(3), 587-595.
- Jimenez Segura, F. & Arguedas Negrini, I. (2004) Rasgos de sentido de vida del enfoque de resiliencia en personas mayores entre los 65 y 75 años. *Revista electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*. Costa Rica.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102–138). New York: Guilford.
- Kashdan, T. B. & McKnight, P. E. (2009) Origins of Purpose in Life: refining our understanding of a life well lived. *George Mason University, Psychological Topics* 18, 2, 303-316.
- Krauskopf, D. (2007). Sociedad, adolescencia y resiliencia en el siglo XXI. En Munist, M; Suárez Ojeda, N.; Krauskopf, D. & Silber, T. *Adolescencia y resiliencia*. (pp. 19-6). Buenos Aires: Paidós.
- Magaña Valladares, L.; Gómes Medina, M.T.; Gómez Medina, M.M. (2004) El sentido de vida en estudiantes de primer semestre de la Universidad de la Salle Bajo. *Revista del Centro de Investigación de la Universidad La Salle*. México.
- Maldonado de Lozada, V.; Arredondo Trapero, F.G.; De la Garza, J. (2010) El propósito de vida y la experiencia profesional en el alumno. *Investigación y Postgrado*, vol. 25, N° 2-3, pp. 317-340. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Caracas, Venezuela.
- Martinez Ortiz, E. & Castellanos Morales, C. (2013) Percepción de sentido de vida en universitarios colombianos. *Pensamiento Psicológico*, vol. 11, N° 1, pp. 71-82. Pontificia Universidad Javerina. Cali, Colombia.
- McCrae, R.R.; Lockenhoff, C.E. & Costa, P.T. (2005) A Step Toward DSM-V: Cataloguing Personality-Related Problems in Living. National Institute on Aging, NIH, DHHS, USA. *European Journal of Personality*. 19: 269-286.
- McCrae, R. R., & Sutin, A. R. (2009). Openness to Experience. In M. R. Leary and R.H. Hoyle (Eds.), *Handbook of Individual Differences in Social Behavior* (pp. 257-273). New York: Guilford.
- Molasso, W. R. (2006) *Exploring Frankl's Purpose in Life with College Students*, *Journal of College and Character*, 7:1. Vol. VII, N° 1
- Moreno Carmona, M. & Rodríguez Fernández, M.I. (2010) Sentido de la vida, inteligencia emocional y salud mental en estudiantes universitarios. 11° Congreso virtual de Psiquiatría. Interpsiquis.
- Nygren, B., Aléx, L., Jonsén, E., Gustafson, Y., Norberg, A. & Lundman, B. (2005) Resilience, sense of coherence, purpose in life and self-transcendence in relation to perceived physical and mental health among the oldest old, *Aging & Mental Health*, 9:4, 354-362, DOI: 10.1080/1360500114415
- Piña, J.A. (2015) Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. Programa de Salud Institucional. Universidad de Sonora. *Anales de psicología*, vol. 331, N°3, octubre, 751-758. México.
- Poseck, V.; Baquero, B. & Jimenez, M. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 40-49.
- Sanchez Cabaco, A. (2018) *Importancia del constructo sentido de la vida en diferentes ámbitos psicológicos aplicados*. Universidad Pontificia de Salamanca. Cauriensa, Vol. XIII 17-38, ISSN: 1886-4945
- Sanchez, R. & Ledesma, R. (2007) Los Cinco Grandes Factores: cómo entender la personalidad y cómo evaluarla. *Conocimiento para la transformación*. Serie Investigación y Desarrollo. Buenos Aires, Mar Del Plata.
- Schnell, T. & Becker, P. (2006) *Personality and meaning in life*. *Personality and Individual Differences*. 41, 117–129.
- Simkin, H. & Cermesoni, D. (2014). Factores de la Personalidad, Espiritualidad y su relación con la Calidad de Vida. *Calidad de vida*, 11(1), 7-17.
- Simkin, H. & Etchevers, M. (2014) Religiosidad, espiritualidad y salud mental en el marco del Modelo de los Cinco Factores de la Personalidad. *Acta Psiquiátrica y Psicológica de América Latina*, 60 (4) 265-275.
- Simkin, H., Etchezahar, E. & Ungaretti, J. (2012) Personalidad y autoestima desde el modelo y la teoría de los cinco factores. *Hologramática – Facultad de Ciencias Sociales – UNLZ – Año VII*, Número 17, V2, pp. 171-193.
- Simkin, H., Matrángolo, G. & Azzollini, S. (2018) *Validación argentina del Test de Propósito en la Vida*, *Estudios de Psicología*.
- Smith, B. W., Tooley, E. M., Montague, E. Q., Robinson, A. E., Cosper, C. J. & Mullins, P. G. (2009) The Role of Resilience and Purpose in Life in Habituation to Heat and Cold Pain. *The Journal of Pain*, Vol 10, N° 5, pp 493-500.

Villalba, Q.C. (2003). El concepto de resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social. Revista sobre Igualdad y Calidad de Vida, 12(3), 283-299