

Factores de la personalidad y su relación con las situaciones de estrés cotidiano en una muestra española

María Augusta López-Loyola ^{1 a, b} 

^a Universidad Tecnológica Indoamérica, Ecuador y ^b Universidad Autónoma de Barcelona, España

Recibido: 16/07/2020

Aceptado: 14/10/2020

Publicado: 30/12/2020

Citar como:

López-Loyola, M.A. (2020). Factores de la personalidad y su relación con las situaciones de estrés cotidiano en una muestra española. *Veritas & Research*, 2(1), 133 – 142.

Resumen

El objetivo del estudio es analizar la relación entre los factores de personalidad y la tipología de las situaciones de estrés cotidiano en una muestra española. Participaron en el estudio 122 residentes de Cataluña. 42 hombres (34.4%) y 80 mujeres (65.6%). Los factores de personalidad se evaluaron mediante el NEO Five-Factor Inventory y el estrés cotidiano con la escala The Daily Inventory of Stressful Events aplicada con evaluación ecológica momentánea durante 10 días. Los resultados indicaron la existencia de relaciones significativas para los siguientes casos: El Neuroticismo es predictor de 'callarse o no discutir', de 'suceso familiar o social' y de la intensidad de cualquier evento. La Apertura también permite predecir la predisposición a 'callarse o no discutir', cuyo planteamiento además corresponde a la tercera de las hipótesis planteadas en el estudio. Finalmente, la Extraversión predice la frecuencia de 'problemas laborales y académicos'. En conclusión, en los resultados se observa que el factor de personalidad más relevante como predictor de los eventos estresantes y de la intensidad del estrés es el neuroticismo.

Palabras claves: *factor, personalidad, estrés, cotidiano, evaluación*

Personality factors and their relationship with daily stress situations in a Spanish sample

Abstract:

The aim of the study is to analyze the relationship between personality factors and the typology of everyday stress situations in a Spanish sample. 122 residents of Catalonia participated in the study. 42 men (34.4%) and 80 women (65.6%). Personality factors were assessed using the NEO Five-Factor Inventory and daily stress using The Daily Inventory of Stressful Events scale applied with a momentary ecological evaluation for 10 days. The results indicated the existence of significant relationships for the following cases: Neuroticism is a predictor of 'keeping quiet or not arguing', of 'family or social event' and of the intensity of any event. The Apertura also allows predicting the predisposition to "shut up or not argue", whose approach also corresponds to the third of the hypotheses raised in the study. Finally, Extraversion predicts the frequency of 'work and academic

¹ Contacto:

problems'. In conclusion, the results show that the most relevant personality factor as a predictor of stressful events and the intensity of stress is neuroticism.

Keywords: *factor, personality, stress, daily, evaluation*

Fatores de personalidade e sua relação com situações de estresse cotidiano em uma amostra espanhola

Resumo

O objetivo do estudo é analisar a relação entre os fatores de personalidade e a tipologia das situações de estresse cotidianas em uma amostra espanhola. 122 residentes da Catalunha participaram do estudo. 42 homens (34,4%) e 80 mulheres (65,6%). Fatores de personalidade foram avaliados por meio do NEO Five-Factor Inventory e estresse diário por meio da escala Daily Inventory of Stressful Events aplicada com avaliação ecológica momentânea por 10 dias. Os resultados indicaram a existência de relações significativas para os seguintes casos: Neuroticismo é um preditor de 'calar ou não discutir', de 'evento familiar ou social' e da intensidade de qualquer evento. O Apertura também permite prever a predisposição para "calar a boca ou não discutir", cuja abordagem também corresponde à terceira das hipóteses levantadas no estudo. Finalmente, a extroversão prevê a frequência de "problemas de trabalho e acadêmicos". Em conclusão, os resultados mostram que o fator de personalidade mais relevante como preditor de eventos estressantes e da intensidade do estresse é o neuroticismo.

Palavras-chave: *fator, personalidade, estresse, vida diária, avaliação*

Introducción

La personalidad es la organización dinámica interna de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta (Allport, 1937). Por lo cual, es una interacción de aspectos psicológicos, físicos y biológicos que hacen que una persona se diferencie de otra. La personalidad también se considera como una organización más o menos estable y organizada-dinámica del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única en el ambiente (Eysenck, 1987). Por lo tanto, es un constructo psicológico que se forma a través de todas las estructuras psíquicas de la persona, involucrando los sentimientos, emociones, pensamientos y experiencias vividas.

Los tipos, los rasgos y los factores de personalidad cumplen un papel importante en las diversas teorías de la personalidad existentes. En este caso nos centraremos en definir los factores, ya que al parecer son más precisos y permiten predecir comportamientos

de una manera más específica. Como lo hizo Costa y McCrae (1992) a través del NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) que evalúa los cinco factores de la personalidad. Como es el neuroticismo, el cual hace referencia a la facilidad y la frecuencia con la que una persona se angustia y presenta mal humor o ansiedad. La extraversión, que se caracteriza por la capacidad enérgica, la espontaneidad, dominancia, dominio y logro (Watson & Clark, 1997). La apertura, que implica un rasgo de curiosidad, flexibilidad, creatividad, y conocimiento. Por otro lado, está la amabilidad como el factor de personalidad que favorece a la búsqueda de apoyo social y es considerado como altruista y colaborador. Por último, se encuentra la responsabilidad como un factor protector en situaciones de estrés, que se basa en el autocontrol y la planificación, lo cual hace alusión a estilos relativamente duraderos de pensar, sentir y actuar que caracterizan a un individuo (Delhom, 2019).

El estrés es considerado un hecho habitual en la vida de un ser humano, ya que cualquier persona con mayor o menor frecuencia lo experimenta en algún momento de su vida (Sierra, 2012). En concreto, el estrés cotidiano se produce por eventos estresantes mayores entre el individuo con el ambiente. En donde los organismos tienden a dar respuestas de acuerdo con las condiciones ambientales. La palabra 'estrés' ha dado lugar a ciertas confusiones por el uso que en la actualidad se lo hace. De tal manera que la palabra estrés, según el Diccionario de la Academia Real Española, se refiere a "la tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves" (RAE, 2017), pero la Organización Mundial de la Salud lo define como el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la reacción" (OMS, 2011, p.767). Sin embargo, los acontecimientos vitales suelen ser potencialmente estresantes y se caracterizan por su impredecibilidad, incontrolabilidad y ambigüedad (Kohn & Macdonald, 1992).

Las respuestas a los factores estresantes diarios pueden generar síntomas depresivos cuando no se tiene los mecanismos suficientes para afrontar los eventos diarios (Whitehead, & Bergeman, 2013). Por consiguiente, se busca identificar si los rasgos de personalidad hacen que una persona tenga más facilidad para tener un hecho estresante de un tipo u otro, es así como, el estrés cotidiano alude a las situaciones diarias enfrentadas con frecuencia. Entre éstas se identifica no terminar tareas, tener accidentes, discusiones o problemas interpersonales que de alguna manera generan interferencia en la vida de la persona (Muñoz, 2015).

El estrés aparece cuando las personas enfrentan situaciones que excedan su capacidad para

gestionarlos (Lazarus & Folkman, 1984). Además, es un tema relevante en la actualidad, ya que se ha hecho parte de nuestras vidas y por esa razón nos hace más vulnerables a que ciertas situaciones sean percibidas con mayor intensidad. Los estresores crónicos son persistentes, ya que agotan al individuo, y generan malestar significativo en el individuo (Wheaton, 1997). Por eso el estrés es considerado como una condición que produce y repercute en la salud generando diversos problemas como conflictos, insatisfacciones y dificultad en su desenvolvimiento social. (Pérez et ál., 2014). De tal manera que para entender a la persona se debe tomar en cuenta las diferencias individuales y los mecanismos de defensa que cada uno posee y la manera en que cada una percibe las situaciones de estrés cotidiano.

Por este motivo el objetivo general del estudio es: analizar la relación existente entre los factores de personalidad y la tipología de las situaciones de estrés cotidiano. Mientras que los objetivos específicos son: a) determinar la influencia de cada factor de personalidad en la gravedad percibida de cada tipo de estresor; y b) establecer la frecuencia de cada tipo de estresor en relación con el factor de la personalidad. Para ello se plantearon las siguientes hipótesis: 1) A mayor grado de neuroticismo mayor susceptibilidad a presentar situaciones de discusión o desacuerdo con alguien; 2): A mayor grado de extraversión menor grado de intensidad de estrés. 3): A mayor grado de apertura mayor predisposición a abstenerse de protestar en situaciones cotidianas para evitar un desacuerdo con relación al responsable. 4): A mayor grado de amabilidad menor grado de conflictos con algún familiar o amigo cercano. 5): A mayor grado de responsabilidad menor grado de intensidad de estrés.

Metodología

Diseño de la investigación

Se configuró un diseño no experimental con un alcance relacional, puesto que el objetivo de la investigación es determinar el grado de asociación entre los factores de personalidad y las situaciones de estrés cotidiano. Los estudios relacionales son especialmente pertinentes para generar hallazgos a partir de los distintos tipos de asociaciones existentes

entre distintas variables de interés (Bustamante, 2013).

Participantes

A través de un muestreo no probabilístico donde las muestras se recogen en un proceso que no brinda a todos los individuos de la población iguales oportunidades de ser seleccionados (García, 2017). Se

escogió a 122 participantes que cumplían con el criterio de haber contestado todas las evaluaciones en cada uno de los diez días correspondientes al desarrollo de la investigación. Estos participantes fueron seleccionados desde un panel in-opt perteneciente al gabinete CERES de estudios sociológicos y de mercado. De esta manera, la muestra utilizada está compuesta por 42 hombres (34.4%) y 80 mujeres (65.6%), cuyos rangos de edad fluctúan entre 26 y 64 años, y que residen en Cataluña durante el año 2018.

Instrumentos

Encuesta inicial Ad hoc: Diseñada para la recolección de los principales datos sociodemográficos de los participantes del estudio como: edad, género y nivel de estudios finalizados.

NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI): Prueba que evalúa los cinco factores de la personalidad: a) Neuroticismo; b) Extraversión; c) Apertura; d) Amabilidad; y e) Responsabilidad. La versión original fue desarrollada por Costa & McCrae en 1992. En el presente estudio se usó una adaptación española traducida por Cordero, Pamos y Seisdedos (2008) a partir de una versión modificada del Inventario traducido por Avia Aranda (Costa & McCrae, 1999), compuesta por los sesenta primeros ítems de The Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R; Costa & McCrae, 1992). Cada escala contiene 12 ítems con formato de respuesta tipo escala Likert de cinco puntos. En este estudio las fiabilidades fueron de $\alpha = 0.89$ (Neuroticismo), $\alpha = 0.86$ (Extraversión), $\alpha = 0.77$ (Apertura), $\alpha = 0.67$ (Agradabilidad), y $\alpha = 0.83$ (Responsabilidad). Equivalente a aceptable y estos valores determinan el grado de confianza que podemos obtener en el análisis estadístico y resultados.

The Daily Inventory of Stressful Events (Almeida, 1998; Almeida et al., 2002): Diseñada principalmente para medir la intensidad de la sintomatología durante los días de aplicación. En el estudio, se usaron los 6 ítems primeros de este inventario para recoger el evento más importante del día y categorizar los eventos en diferentes ámbitos. Se pidió al participante que pensara en el suceso más importante que había tenido durante el día y marcara sólo un ítem de la lista: 0: He tenido alguna discusión o desacuerdo con

alguien con la etiqueta "discusión con alguien"; 1: He tenido ganas de protestar por algo que me ha sucedido, pero he decidido dejarlo pasar con el fin de evitar un desacuerdo con la etiqueta "callarse o no discutir"; 2: Le ha pasado algo en el trabajo o con los estudios que la mayoría de gente considera estresante con la etiqueta "problemas laborales y académicos"; 3: Le ha sucedido alguna cosa en casa con la etiqueta "acontecimientos en casa"; 4: Se ha sentido discriminado por su aspecto físico color de piel edad o género con la etiqueta "discriminación"; 5: Le ha pasado algo a algún familiar o amigo cercano que le haya afectado con la etiqueta "suceso familiar o social"; y por último el evento 6; Le ha sucedido algo más que no se vea reflejado en las preguntas anteriores con la etiqueta "diversos acontecimientos". Finalmente, se les solicito que valoren dicho evento estresante en función del nivel de afectación percibido.

La consistencia interna del test, medida mediante el alfa de Cronbach alcanza un valor de $\alpha = 0,62$ equivalente a parcialmente aceptable para investigación, pero no para diagnóstico individual.

Procedimiento

Dentro del desarrollo de la investigación, se llevó a cabo la aplicación de instrumentos psicológicos y recolección de datos, además el respeto a la individualidad, voluntariedad, confidencialidad y anonimato con respecto a la información proporcionada de los participantes fue sumamente importante. De tal manera que la investigación se llevó a cabo de la siguiente manera: La base de datos fue recogida por GIES (Grupo de Investigación en Estrés y Salud). Posterior a ello se realizó la selección de los instrumentos psicométricos de evaluación a utilizar para cada una de las variables de interés. Los datos se registraron a través de registros diarios online, en donde se completaron 148 encuestas iniciales y 141 voluntarios se ofrecieron a participar en el estudio diario. Se envió durante 10 días un mensaje con el link del diario del cual se eliminaron de la base de datos aquellos participantes que no contestaron un mínimo de seis días el evento sucedido. De ellos un total de 122 participantes complementaron los 10 días de registro. La forma en la cual se manejó los datos extraídos de las baterías psicológicas y

sociodemográficas aplicadas a la muestra planteada fue a través de la digitalización, tabulación e interpretación de los datos obtenidos de la muestra de interés, mediante la utilización del Sistema de Análisis Estadístico SPSS versión 21.

En dicho software, se realizaron análisis descriptivos para caracterizar el comportamiento de las variables (Centro, Dispersión y Forma). También los análisis de

fiabilidad para determinar la consistencia interna de las pruebas (uso de Alfa de Cronbach), y finalmente el análisis de relacionales para estimar el grado de asociación entre las variables de interés investigativo (Rho de Spearman y Regresiones Lineales).

Resultados

Análisis de Correlación

Las correlaciones más altas y estadísticamente significativas ($p < .05$) fueron: $Rho = 0.218$ entre el factor de personalidad Neuroticismo y la frecuencia del evento 1. Así mismo de $Rho = 0.273$ entre el factor de personalidad Extraversión y la frecuencia del

evento 2. También la correlación de $Rho = 0.225$ entre el factor de personalidad Apertura y la frecuencia del evento 1 y por último la correlación de $Rho = 0.282$ entre el factor de personalidad Neuroticismo y la media de estrés en general. En todos los casos, las relaciones son de carácter leve y en sentido positivo (ver Tabla 1.)

Tabla 1.

Correlación factores de personalidad, eventos de estrés y la intensidad de estrés en general

<i>Factor de personalidad</i>	<i>Frecuencia</i>							<i>Intensidad Estrés General</i>
	<i>Evento 0</i>	<i>Evento 1</i>	<i>Evento 2</i>	<i>Evento 3</i>	<i>Evento 4</i>	<i>Evento 5</i>	<i>Evento 6</i>	
Neuroticismo	-.143	.218*	.036	.110	.156	-.149	-.018	.282**
Extraversión	-.057	-.004	.273**	-.017	-.078	.006	-.114	.062
Apertura	-.079	.225*	.052	.065	.025	-.066	-.027	.046
Amabilidad	.037	.058	.160	.068	-.082	-.027	-.079	-.025
Responsabilidad	-.101	.143	.175	-.093	-.074	-.024	.024	-.011

Nota: $n = 122$ casos; * $p < .05$; ** $p < .01$

Modelos de regresión lineal con varios predictores

Los modelos de regresión lineal permitieron predecir el comportamiento de las variables, con el fin de encontrar un patrón de comportamiento de los datos de una variable específica a partir de los datos de una o más variables predictoras. Para el efecto, se utilizaron los datos obtenidos para las variables factores de personalidad como predictores, mientras que las frecuencias de los eventos o situaciones de estrés y las intensidades de estrés como variables a predecir.

Los modelos de regresión lineal se determinaron en cada caso además de la correlación (r), el coeficiente de determinación (R^2), el factor del análisis de varianza (F), las significancias estadísticas (p -valor), los

coeficientes de las variables predictoras y las constantes que ajustan los modelos.

No obstante, los modelos obtenidos fueron a partir de los múltiples predictores que no fueron significativos (correlaciones, factor F y coeficientes significativos, p -valor > 0.05), lo que representa que los datos de las variables a predecir no se ajustan a un comportamiento estándar con respecto a los predictores, o que estos en realidad no determinan el comportamiento de la variable a predecir. Por esta razón se realizó una depuración de aquellas variables que mostraban datos significativos.

Modelo depurado del evento 1. En el caso de la variable predictora o independiente Factor de personalidad "Apertura", se determinó un modelo de regresión, conforme se describe a continuación: La

apertura (O) como variable independiente se correlaciona con la variable dependiente Evento 1 “Ha tenido ganas de protestar por algo que le haya sucedido, pero he decidido dejarlo pasar con el fin de evitar un desacuerdo”. El valor del coeficiente de correlación es $r = 0.195$ (Correlación positiva débil), con un coeficiente de determinación $R^2 = 0.038$. El valor de F de la varianza es de 4.76 (> 3.92), con una significancia de $p = 0.031$ (< 0.05). En este sentido, es factible establecer un modelo de regresión lineal.

Se obtuvo el modelo de regresión: $\text{Evento 1} = 0.072 * \text{Apertura}$. El modelo es satisfactorio con un margen de error de 0.031 (< 0.05) para el coeficiente de la apertura. Esta correlación y regresión verifican la Hipótesis 3 como se observa a continuación en la figura 1.

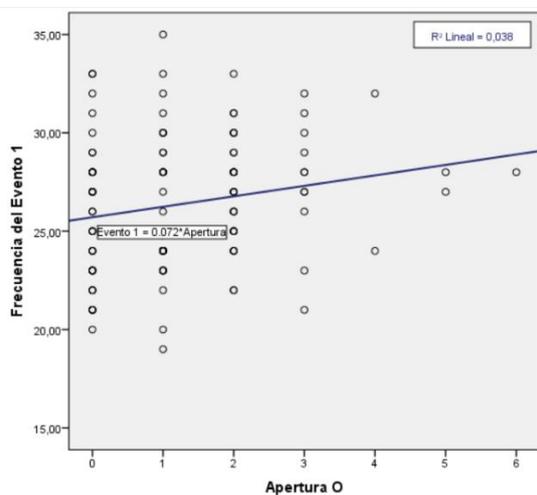


Figura 1. Recta de regresión entre apertura y la frecuencia del evento 1

Modelo depurado del evento 1. El neuroticismo (N) como variable independiente que se correlaciona con la variable dependiente Evento 1 “Ganas de protestar por algo que le haya sucedido, pero he decidido dejarlo pasar con el fin de evitar un desacuerdo”. El valor del coeficiente de correlación es $r = 0.230$ (Correlación positiva débil), con un coeficiente de determinación $R^2 = 0.053$. El valor de F de la varianza es de 6.73 (> 3.92), con una significancia de $p = 0.011$ (< 0.05). Por tal motivo, es factible establecer un modelo de regresión lineal. En este sentido, se obtuvo el modelo de regresión: $\text{Evento 1} = 0.062 * \text{Neuroticismo}$. El modelo es satisfactorio con un margen de error de 0.011 (< 0.05), como se observa a continuación en la figura 2.

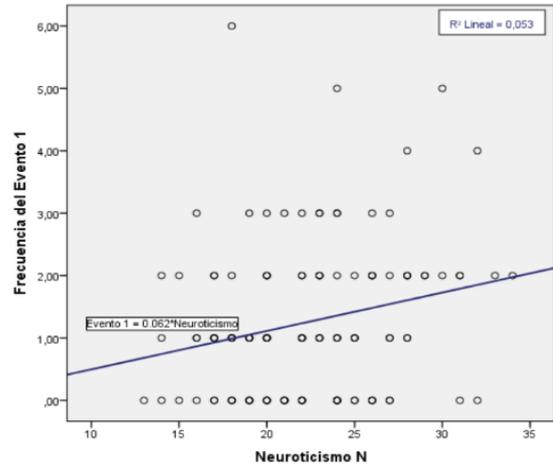


Figura 2. Recta de regresión entre neuroticismo y la frecuencia del evento 1

Modelo depurado del evento 2. Factor de personalidad “Extraversión” (E) como variable independiente se correlaciona con la variable dependiente Evento 2 “Le ha pasado algo en el trabajo o con los estudios”. El valor del coeficiente de correlación es $r = 0.300$ (Correlación positiva débil), con un coeficiente de determinación $R^2 = 0.090$. El valor de F de la varianza es de 11.90 (> 3.92), con una significancia de $p = 0.001$ (< 0.05). En este sentido, es factible establecer un modelo de regresión lineal. Se obtuvo el modelo de regresión: $\text{Evento 2} = 0.113 * \text{Extraversión} - 1.8572$. El modelo es satisfactorio con un margen de error de 0.001 (< 0.05) para el coeficiente de la extraversión y de 0.036 (< 0.05) para la constante, como se observa a continuación en la figura 3.

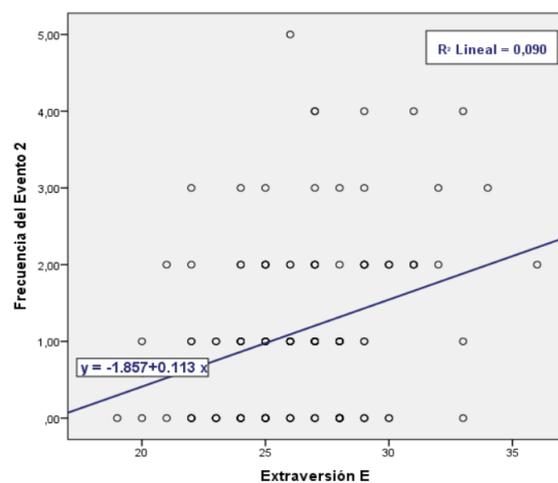


Figura 3. Recta de regresión entre extraversión y la frecuencia del evento

Modelo depurado del evento 5. El neuroticismo (N) como variable independiente se correlaciona con la variable dependiente Evento 5 Le ha pasado algo a algún familiar o amigo cercano. El valor del coeficiente de correlación es $r = 0.192$ (Correlación positiva débil), con un coeficiente de determinación $R^2 = 0.037$. El valor de F de la varianza es de 4.59 (> 3.92), con una significancia de $p = 0.034$ (< 0.05). Por tal razón, es viable establecer un modelo de regresión lineal. Se obtuvo el modelo de regresión: Evento 5 = $-0.039 \cdot \text{Neuroticismo} + 1.4956$. El modelo es satisfactorio con un margen de error de 0.034 (< 0.05) para el coeficiente del neuroticismo y de 0.0004 (< 0.05) para la constante, como se observa a continuación en la figura.

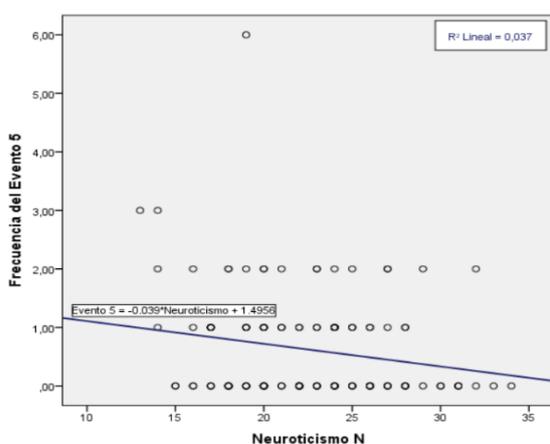


Figura 4. Recta de regresión entre el neuroticismo y la frecuencia del evento 5

Modelo depurado de la intensidad del estrés. El neuroticismo (N) como variable independiente es el

único que se correlaciona con la variable dependiente Intensidad media de estrés. El valor del coeficiente de correlación es $r = 0.280$ (Correlación positiva débil), con un coeficiente de determinación $R^2 = 0.078$. El valor de F de la varianza es de 10.22 (> 3.92), con una significancia de $p = 0.002$ (< 0.05). En tal virtud, es factible establecer un modelo de regresión lineal. El modelo de regresión obtenido es el siguiente: Intensidad media de estrés = $0.107 \cdot \text{Neuroticismo} + 1.8430$. El modelo es satisfactorio con un margen de error de 0.002 (< 0.05) para el coeficiente del neuroticismo y de 0.017 (< 0.05) para la constante, como se observa a continuación en la figura.

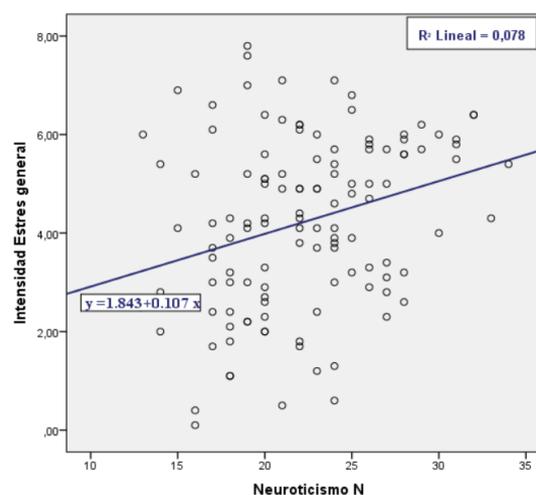


Figura 5. Recta de regresión del neuroticismo y la intensidad general del estrés

Discusión

El objetivo de este estudio fue estimar el grado de asociación entre los factores de personalidad y la tipología de las situaciones de estrés cotidiano en una muestra de residentes en Cataluña durante el 2018. Para ello se formularon cinco hipótesis que plantean la existencia de correlaciones entre los factores de personalidad y las situaciones e intensidades de estrés en el cual los resultados obtenidos no permiten afirmar si existe una relación entre el grado de neuroticismo y la susceptibilidad a tener discusiones o desacuerdos con alguien (hipótesis 1). Dunkley, Mandel y Ma (2014) refirieron que los individuos con alto nivel de neuroticismo son emocionalmente vulnerables a situaciones estresantes, pero con

respecto a las relaciones personales suelen ser personas muy concretas. Tampoco se encontró una relación entre el grado de extraversión y la intensidad de estrés de los individuos (hipótesis 2). De acuerdo con Aguilar (2012), en un estudio de factor de personalidad extroversión e introversión, las personas con personalidad extrovertida muestran respuestas más rápidas ante las situaciones estresantes, ya que presentan altos niveles de inteligencia emocional y pueden resolver problemas de manera efectiva, pero eso no hace que no tengan niveles de estrés (Mayorga, 2019). Por otra parte, se verificó la hipótesis 3, a mayor grado de apertura a la experiencia, más alta es la predisposición para abstenerse de protestar en

situaciones cotidianas para evitar un desacuerdo con relación al responsable (evento 1). Esto concuerda con el planteamiento de Casullo (2013) en el sentido que la apertura es un factor de personalidad caracterizado por una orientación motivacional relacionada con sí mismo, la dominancia y el control de los demás. Del mismo modo, y considerando lo planteado por Costa y McCrae (2008), la apertura a la experiencia traduce la expresión de valores e ideas no convencionales, así como también la amplitud de intereses, lo que de acuerdo con los resultados de esta investigación promueve que las personas se callen y mantengan su inhibición ante los conflictos.

No se encontró una relación entre el grado de amabilidad y la predisposición a tener conflictos con algún familiar o amigos cercanos (hipótesis 4). En cuanto a la amabilidad, si bien es cierto no se encontraron relaciones de causalidad con las situaciones de estrés, se destaca que poseen características peculiares, lo cual concuerda con lo planteado por Guillen (2013) en su estudio de la relación entre los cinco grandes rasgos de personalidad, al manifestar que la amabilidad se relaciona con estilos de personalidad basados en la cooperación. Pese a que este es un factor de personalidad pasivo, se relaciona con ciertos grados de discrepancia y por tal motivo se le conoce como un factor ambivalente.

Tampoco existe relación entre la responsabilidad y la intensidad de estrés de las personas (hipótesis 5). A través de un estudio comparativo de Casullo (2013) entre los factores de personalidad, refiere que la responsabilidad se encuentra relacionada con estilos de personalidad escrupulosos, es decir las personas con este tipo de personalidad se caracterizan por ser minuciosas, ordenadas y muy convencionales.

Pero por otra parte aparecieron resultados no previstos en las hipótesis. El neuroticismo resultó ser predictor también del evento 1 "callarse o no discutir", del evento 5 "suceso familiar o social" y de la intensidad de estrés general. De acuerdo con Costa y McCrae (2008), esto puede explicarse desde la consideración de que el neuroticismo se expresa como la inestabilidad emocional y experiencia de estados negativos, razón por la cual los individuos que reflejan este factor de personalidad son ansiosos, preocupados, malhumorados y deprimidos. Estas características explican plenamente la tendencia a callarse y mantener inhibición para evitar un

desacuerdo con alguien (evento 1). Adicionalmente, se obtuvo una correlación negativa entre el neuroticismo y la frecuencia con que se estresan las personas de la muestra ante un evento o suceso indeseado de algún familiar o amigo (evento 5), el cual expresa que a mayor grado de neuroticismo menor es su propensión a estresarse por las situaciones adversas que pueden afrontar sus familiares o amigos, lo que se interpreta como que los individuos con neuroticismo alto se preocupan más por ellas mismas antes que por las otras personas, lo que hace que su predisposición a estresarse pase a un segundo plano.

Otro resultado que ha aparecido es que la extroversión predice la frecuencia de que hayan ocurrido eventos estresantes en el trabajo o en los estudios (evento 2). De acuerdo con Aguilar (2012) a medida que los eventos o situaciones estresantes aumentan, el rendimiento y la forma de responder de las personas extrovertidas hace que vaya disminuyendo, es decir, no por ser personas con mayor grado de extraversión presentan menor grado de intensidad de estrés, en otras palabras, son personas que necesitan estímulos, ya que al estar solos se muestran apagados y no se sienten suficientes. Por lo tanto, el resultado referido se podría explicar quizás porque los individuos extravertidos son activos y tienen más eventos relacionados con el trabajo.

Finalmente hay que destacar que el evento o situación de estrés 6 "Me ha sucedido algo más que no se ve reflejado en las preguntas anteriores" contó con una frecuencia de ocurrencia del 38.9%, considerablemente más alta que las otras formas de eventos tomadas en cuenta. Esta particularidad sugiere que existen varios tipos de situaciones estresantes que pertenecen a esta categoría y que no fueron considerados en el estudio, las cuales podrían tener una frecuencia de ocurrencia proporcionalmente importante. Por esta razón es pertinente que se realicen estudios posteriores que identifiquen los tipos de situaciones estresantes más representativos dentro de la categoría evento 6.

Para sintetizar todo lo expuesto en la discusión y bajo el contexto del estudio, corresponde hacer una acotación importante, ya que el factor de personalidad más relevante como predictor de los eventos estresantes y de la intensidad del estrés es el neuroticismo, resultado que se corrobora con lo expuesto por Kilby, Sherman y Wuthrich (2018) en el sentido que son personas que poseen menos

estrategias adaptativas ante las situaciones cotidianas adversas.

Por otra parte, es necesario destacar que no se apreciaron diferencias significativas en los resultados en función de la edad o género de las personas, con excepción del evento 6 (que se correlaciona con el género), aunque esta correlación debe ser estudiada a profundidad en virtud de que el evento 6 contempla un conjunto amplio de situaciones de estrés.

Limitaciones

Como limitación, es necesario acotar que los resultados no se pueden considerar plenamente concluyentes, debido a que no se efectuó una segmentación de los individuos de la muestra de acuerdo a las características particulares, es decir, no se los agrupó según su perfil de personalidad. No

obstante, este estudio puede tomarse como referente para el planteamiento de hipótesis en posteriores trabajos afines al tema y a los objetivos de esta investigación. Finalmente se puede mencionar que el factor de personalidad el neuroticismo resultó ser predictor del evento 1 “callarse o no discutir”, del evento 5 “suceso familiar o social” y de la intensidad de estrés general, el factor de personalidad extraversión es predictor del evento 2 “problemas laborales y académicos” y el factor de personalidad apertura a la experiencia, es predictor del evento 1 predisposición a abstenerse de “protestar por algo”. Posteriormente no se evidenciaron diferencias significativas de intensidad de estrés ni de frecuencia de exposición a situaciones estresantes a partir del género y edad de las personas. Además, en relación con el reactivo The Daily Inventory of Stressful Event se necesita mayor trabajo psicométrico.

Referencias

- Aguilar, F. (2012). *Estudio experimental de factor de personalidad extroversión e introversión* (tesis doctoral). Universidad de Barcelona, Barcelona, España.
- Almeida, D. M. (1998). *Daily Inventory of Stressful Events (DISE) expert coding manual*. Tucson: Division of Family Studies and Human Development, University of Arizona.
- Almeida, D. M., Wethington, E., & Kessler, R. C. (2002). The daily inventory of stressful events: An interview-based approach for measuring daily stressors. *Assessment*, 9(1), 41–55.
<https://doi.org/10.1177/1073191102091006>
- Allport, G. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. Prentice Hall.
- Bustamante, C. (2013). Estudios de Correlación. *Revista Boliviana*, 33, 354-363.
- Casullo, M. (2013). Factores y estilos de personalidad estudio comparativo. *Pepsic*, 2(1), 35-43.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712003000100005&lng=pt&tling=es
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI): professional manual*. Odessa, Florida, USA: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1999). *NEO PI-R, Inventario de Personalidad NEO Revisado. NEO- FFI, Inventario NEO reducido de Cinco Factores*. Manual. Madrid: TEA Ediciones.
- Delhom, Iraida, Satorres, Encarnación, & Meléndez, Juan Carlos. (2019). ¿Están los rasgos de personalidad asociados al bienestar psicológico? *Escritos de Psicología (Internet)*, 12(1), 1-8.
<https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2019.0107>
- Dunkley, D. M., Mandel, T., & Ma, D. (2014). Perfectionism, neuroticism, and daily stress reactivity and coping effectiveness 6 months and 3 years later. *Journal of Counseling Psychology*, 61(4): 616-33.
<https://doi.org/10.1037>
- García, L. (2017). *Muestreo probabilístico y no probabilístico*. Teoría. Recuperado de <https://www.gestiopolis.com/muestreo-probabilistico-no-probabilistico-teoria/>
- Guillen, F. (2016). *Relación entre los cinco grandes rasgos de personalidad* (tesis de maestría). Universidad de Comillas, Madrid, España.
- IBM SPSS en 2012. *Statistics for Windows*, Versión 21.0. Armonk, NY: IBM Corp.

- Kilby, C. (2018). Hacia la comprensión de las diferencias interindividuales en las evaluaciones de factores de estrés: una revisión sistemática. *Personalidad y Diferencias Individuales*, 135, 92-100. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.001>
- Kohn, P. (1992). The survey of life experiences: a decontaminated hassles scale for adults. *Journal of behavioral medicine*. Kluwer Academic Publishers-Plenum Publishers, 15-221. <https://link.springer.com/article/10.1007%2F00848327>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Mayorga Lascano, M. (2019). Relación entre la creatividad, la inteligencia emocional y el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Veritas & Research*, 1(1), 013-021.
- Muñoz, Sandra, & Vega, Zaira, & Berra, Enrique, & Nava, Carlos y Gómez, Gisel (2015). Asociación entre estrés, afrontamiento, emociones e IMC en adolescentes. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(1), 11-29. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=802/80242935002>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (5 de enero de 2011). *Un reporte sobre la salud*. Recuperado de: <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>
- Pérez Núñez, David, García Viamontes, Jessica, García González, Tomás Ernesto, Ortiz Vázquez, Daily, & Centelles Cabrerías, Martha. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 30(3), 354-363.
- Real Academia Española. (2017). Disquisición. En *Diccionario de la lengua española* (22.a ed.). Recuperado de http://buscon.rae.es/drae/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=disquisici%F3n
- Sierra, J. (2012). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos. *Malestar y Subjetividad*, 3(1), 10-59. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=271/27130102>
- Watson, D., & Clark, L. A. (1997). *Extraversion and its positive emotional core*. In R. Hogan, J. A. Johnson, & S. R. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 767–793). San Diego, CA, US: Academic Press.
- Wheaton, B. (1997). *The nature of chronic stress*. In B. H. Gottlieb (Ed.), *Coping with chronic stress* (pp. 48–73). New York: Plenum Press
- Whitehead, B.R., & Bergeman, C.S. (2013). Ups and downs of daily life: age effects on the impact. *Journals of Gerontology, Series B: Psychological*, 69(3), 387–396, <https://doi.org/10.1093/geronb/gbt019>



Esta obra está bajo licencia internacional Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0.

En caso de que el artículo presentado sea aprobado para su publicación, los autores, mediante el documento “Declaración de originalidad y Cesión de derechos de autor”, transfieren a la revista los derechos patrimoniales que tienen sobre el trabajo para que se puedan realizar copias y distribución de los contenidos por cualquier medio y en acceso abierto, siempre que se mantenga el reconocimiento de sus autores y no se haga un uso comercial de la obra.