

Factores de la personalidad, espiritualidad y su relación con la calidad de vida

Hugo Simkin* & Diego Cermesoni
Universidad de Buenos Aires

*Contacto: hugosimkin@psi.uba.ar

Resumen: En los últimos años, diferentes autores han destacado que quienes presentan ciertos rasgos de personalidad suelen manifestar mayor satisfacción y bienestar y se perciben conformes en las áreas de la vida que consideran de mayor relevancia para su calidad de vida. Estos trabajos han conducido a incrementar la cantidad de estudios que existen en relación al vínculo entre la personalidad y la calidad de vida, particularmente en el marco de los sistemas gerenciados de salud. Pese a que ambos constructos cuentan con amplios antecedentes, pocos han sido los trabajos que se han focalizado en su estudio de manera conjunta. En particular, en los últimos años, se ha destacado el papel de la espiritualidad, comprendida como un factor de la personalidad que resulta relevante respecto del análisis y de una mejor comprensión de la calidad de vida, dado que posibilita a las personas conectarse con un propósito mayor, que le aporta significado a la vida. El objetivo del presente trabajo consiste en relevar el estado del arte en relación al vínculo entre la personalidad y la calidad de vida. Con este propósito, se ha realizado una revisión bibliográfica en bases de datos como EBSCO, Jstor, Scielo y Redalyc, empleando las palabras clave Personalidad, Personality, FFM, Espiritualidad, Spirituality, Quality of Life.

Palabras Clave: Personalidad, Espiritualidad, Calidad de vida

Title: Personality factors, spirituality and its relationship with quality of life.

Abstract: Several authors have noted that those who have certain personality traits tend to report greater satisfaction and perceived well-being and compliant in the areas of life they consider most important to their quality of life. This work has led to increase the number of studies in relation that link personality and quality of life. Although both constructs have a long history, there have been few works have focused on the study together. In particular, researchers have highlighted the role of spirituality, understood as a personality factor that is relevant in regard to the analysis and better understanding of the quality of life, as it allows people to connect with greater purpose, that gives meaning to life. The aim of this work is to relieve the state of the art in relation to the link between personality and quality of life. For this purpose, we have performed a literature review in databases such as EBSCO, JSTOR, SciELO and Redalyc using keywords Personality, Personality, FFM, Spirituality, Spirituality, Quality of Life.

Keywords: Personality, Spirituality, Quality of life

En la actualidad, diversos estudios personalidad resulta una de las principales áreas bilbliométricos destacan que el estudio de la de investigación en psicología, habiendo

concentrado la mayor producción de conocimiento a lo largo de la historia de la Psicología (Yang & Chiu, 2009). Esto es consecuencia del fuerte impacto de la personalidad en un amplio número de variables psicológicas, desde la depresión, la autoestima, el liderazgo, el prejuicio, el autoritarismo al rendimiento académico o la calidad de vida de las personas.

Desde una perspectiva psicológica, la personalidad puede comprenderse como una la organización dinámica que determina el comportamiento, el pensamiento y la adaptación de los individuos al ambiente (Allport, 1937; John, 1999). Uno de los enfoques que más ha contribuido al conocimiento de la personalidad es la Teoría de los Rasgos, a partir de la cual la personalidad puede comprenderse como un conjunto de patrones relativamente estables en el comportamiento, los pensamientos y las emociones de las personas (Kassin, 2003). Desde este enfoque, Costa y McCrae (1980) postulan un modelo de cinco factores (FFM; Costa & McCrae, 1980), en el marco de las cuales pueden agruparse los diferentes rasgos que componen la personalidad.

De acuerdo con los autores, estas cinco grandes dimensiones son el Neuroticismo, la Extraversión, la Apertura a la Experiencia, la Amabilidad y la Responsabilidad. Estos factores permiten identificar diferencias individuales en la mayoría de las áreas de la vida de las personas, tanto en el plano laboral, como personal (De Fruyt, McCrae, Szirmák & Nagy,

2004). Por ejemplo, se ha observado que las personas más responsables son capaces de ocuparse de su cuerpo y de la salud física en mayor medida que las personas menos responsables (Costa & Mc Rae, 1992). Del mismo modo, las personas con mayor neuroticismo suelen establecer evaluaciones negativas del mundo en general y en particular de ellos mismos, por lo que tienden a presentar una baja autoestima, lo que impacta en su bienestar psicológico. Por su parte, la extraversión y la amabilidad juegan un papel central en la vida social de las personas y en el feedback positivo que estas obtienen de su entorno (Lingjaerde, Foreland & Engvik, 2001). Finalmente, la apertura a la experiencia incide en la forma en que las personas responden a estímulos novedosos, arriesgándose a emprender nuevos proyectos laborales o relaciones interpersonales (De Fruyt et al., 2004).

En los últimos años, diferentes autores han destacado que quienes presentan ciertos rasgos de personalidad suelen manifestar mayor satisfacción y bienestar y se perciben conformes en las áreas de la vida que consideran de mayor relevancia para su calidad de vida (Costanza, Fisher, Ali, Beer, Bond & Snapp 2008; Theofilou, 2011). Estos trabajos han conducido a incrementar la cantidad de estudios que existen en relación al vínculo entre la personalidad y la calidad de vida, particularmente en el marco de los sistemas gerenciados de salud (Rassart, Luyckx, Goossens, Apers, Klimstra & Moons, 2012). A la vez, el estudio de la calidad de vida

ha cobrado especial relevancia en los últimos años (Van Der Steeg et al, 2010), al punto que una búsqueda en el Institute for Scientific Information (ISI) revela más de 55.000 citas académicas que utilizan el término "calidad de vida", abarcando una amplia gama de disciplinas académicas (Costanza et al, 2008).

Con el objeto de contribuir a un dialogo común entre tantas acepciones, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha definido la calidad de vida (CdV) como la percepción del individuo de su posición en la vida en el contexto de su cultura y el sistema de valores en el marco del que vive, y en relación con sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones (Saxena & Orley, 1997). Desde ésta perspectiva, la calidad de vida se emplea frecuentemente para referirse al bienestar general, que incluye aspectos físicos, psicológicos, sociales y ambientales de la vida de las personas (Skevington, Lotfy, & O'Connell, 2004).

Pese a que ambos constructos cuentan con amplios antecedentes, pocos han sido los trabajos que se han focalizado en su estudio de manera conjunta (Theofilou, 2011; Van Der Steeg, De Vries & Roukema, 2010). La calidad de vida es un concepto de amplia relevancia en el campo del desarrollo internacional, ya que posibilita la evaluación del estándar de vida de los habitantes de un determinado lugar.

Diferentes autores han observado que la personalidad y la calidad de vida se encuentran estrechamente relacionados (Rassart, Luyckx,

Goossens, Apers, Klimstra & Moons, 2012). En éste sentido, los diferentes factores de la personalidad podrían incidir positiva o negativamente tanto en la salud física de las personas, su bienestar psicológico, las relaciones interpersonales y el modo de vincularse con el medio ambiente, favoreciendo o perjudicando de esta manera los diversos aspectos de su calidad de vida global (Van Der Steeg et al, 2010). En particular, en los últimos años, se ha destacado el papel de la espiritualidad, comprendida como un factor de la personalidad, en la calidad de vida, dado que posibilita a las personas conectarse con un propósito mayor, que le aporta significado a la vida (Piedmont, 1999).

El objetivo del presente trabajo consiste en relevar el estado del arte en relación al vínculo entre la personalidad y la calidad de vida.

Personalidad: El modelo de los cinco grandes

Desde las primeras décadas del siglo XX hasta la actualidad, la personalidad ha sido estudiada desde un conjunto diverso de enfoques teóricos (Danziger, 1990; John, Hampson & Goldberg, 1991; McAdams, 1992; Nicholson, 2003). Entre los principales enfoques se destacan el de la teoría genética de la personalidad (Penke, Denissen & Miller, 2007), la teoría de los rasgos (Santrock, 2008), la teoría psicodinámica (Briggs-Myers & Myers, 1995; Carver & Scheier, 2004), la teoría comportamental (Phelps, 2000), la sociocognitiva (Mischel, 1999), la humanista

(Snygg & Combs, 1949) y la biopsicosocial (Macmillan, 2008).

Uno de los pioneros en el estudio de la personalidad fue Allport (1937) quién, para su evaluación empírica, construyó una lista con más de 16.000 palabras que definían los rasgos de las personas clasificándolos en tres niveles: los rasgos cardinales (los que dominan y moldean a una persona: como la autoconfianza), los rasgos centrales (elementos que conforman al comportamiento en general: por ejemplo la honestidad) y los rasgos periféricos (características que se observan sólo en determinadas circunstancias: es el caso del altruismo). Posteriormente, sobre la base de dicho trabajo y a partir de la técnica del análisis factorial en el marco de la teoría de los rasgos, se han propuesto diferentes clasificaciones entre las que se destaca el modelo de Eynseck (1947). En los últimos años, la teoría de los cinco grandes factores de la personalidad ha concentrado el interés de un conjunto creciente de investigadores (Digman, 1990; John, 1990).

De acuerdo con el modelo, cualquier personalidad puede ser estudiada a partir de estos cinco grandes factores (Lingjaerde, Foreland y Engvik, 2001): Neuroticismo, Extraversión, Apertura a la Experiencia, Amabilidad y Responsabilidad. La Extraversión evalúa la tendencia a comunicarse con las demás personas, a ser asertivos, activos y verbalizadores. La Apertura se caracteriza por la presencia de imaginación activa, sensibilidad estética, capacidad de introspección, curiosidad

intelectual. La Amabilidad caracteriza a quienes tienen la capacidad para establecer vínculos psicosociales, son altruistas y tienen amplia disposición a preocuparse por los demás. La Responsabilidad se refiere a la capacidad para controlar los impulsos, actuar con propósitos o metas claras, planificar, organizar y llevar adelante proyectos e ideas. El Neuroticismo es un rasgo de la personalidad fundamental en el estudio de la psicología que se define como la inestabilidad emocional y la tendencia a experimentar emociones negativas como miedos, sentimientos de culpa, tristeza, enojo. Quienes obtienen puntuaciones altas en esta dimensión poseen menores recursos de afrontamiento para sobreponerse al estrés ambiental, son más propensos a interpretar las situaciones ordinarias como una amenaza, y las frustraciones de menor importancia como irremediamente difíciles. Las personas con alto neuroticismo son a menudo tímidas, pueden tener problemas para controlar impulsos y demorar la gratificación. En particular, el factor neuroticismo ha conducido a explorar la relación entre la personalidad y la calidad de vida, siendo que las personas altamente neuróticas tienden a percibir generalmente una menor calidad de vida (Van Der Steeg et al, 2010).

Espiritualidad: el sexto grande

La religiosidad y la espiritualidad han sido parte de la experiencia humana a lo largo de la historia, constituyendo una fuente de inspiración

que ha motivado desde piezas musicales y poesía, hasta guerras y conflictos entre diferentes comunidades. Por este motivo, su estudio ha revestido interés para las ciencias sociales desde sus comienzos hasta la actualidad (e.g. Piedmont, 2007). En particular, el estudio de la religión desde la psicología social ha renovado su interés en los últimos años, como la evidencia el conjunto creciente de publicaciones específicas dentro del área (Samper & Soler, 2000). La Espiritualidad ha sido considerada como una motivación innata que orienta y guía el comportamiento humano en el esfuerzo de construir un sentido más amplio de significado personal en un contexto escatológico, comprendido como el conjunto de creencias espirituales-religiosas sobre las realidades últimas (e.g. Piedmont, 1999). En los últimos años, existen cada vez más trabajos que observan ciertos aspectos de la espiritualidad o de la religiosidad que no se encuentran incluidos en las dimensiones tradicionales de la personalidad (e.g., Piedmont, 2001, Saucier & Goldberg, 1998; Piedmont, 1999). Por ejemplo, Saucier y Goldberg (1998) notaron que la espiritualidad presenta una moderada presencia en el léxico y que podría calificar como una dimensión de la personalidad independientemente de los Cinco Grandes. Con el objeto de evaluar si la espiritualidad constituye el sexto factor de la personalidad, Piedmont (1999) administró el NEO Pir conjuntamente con diversas medidas psicológicas observando que la trascendencia

espiritual representa un dominio motivacional con una amplitud comparable a aquellos factores que figuran en el Modelo de los Cinco Grandes (FFM) y debe ser considerado como un potencial sexto gran factor de la personalidad.

En particular, uno de los factores de la personalidad de mayor impacto en la calidad de vida es la espiritualidad (Piedmont, 2007). Para Piedmont (1999, 2001), la espiritualidad o trascendencia espiritual representa una capacidad humana universal de permanecer fuera de la propia existencia inmediata y para ver la vida desde un todo más integrador más amplio. En diversos grados, las personas comienzan a darse cuenta de que hay un significado más amplio y propósito a la vida. Debido a que la espiritualidad tiene que ver con cómo los individuos crean sentido último de su vida, no es de extrañar que algunos lo ven como un aspecto central de la organización de la personalidad (Allport, 1937) y, como tal, debe estar relacionado con una variedad de construcciones que afectan la calidad y la satisfacción de las personas obtienen por sus vidas.

Es decir, sabiendo que van a morir, las personas necesitan construir un sentido más amplio para la vida que llevan. Las respuestas que las personas dan a las preguntas sobre la vida y la muerte, contribuyen a construir un sentido coherente que las motiva a comportarse de acuerdo a dichas creencias. Siguiendo a Piedmont (2007), una forma de categorizar las respuestas que dan las personas a las preguntas

existenciales es en relación al marco temporal que las personas emplean para entender sus vidas. Por ejemplo, algunas personas perciben su vida dentro del contexto en el que viven, respondiendo a las demandas y las necesidades del aquí ahora, lo que podría considerarse un horizonte de eventos corto. Otras personas, en cambio, ven sus vidas como parte de una generación específica o cohorte, y presentan un vínculo emocional con otras personas de su generación y de las generaciones que siguen, lo que representa un horizonte de eventos medio. Finalmente, otras personas se perciben a sí mismas como parte de una vía ontológica eterna que implica responsabilidades con otras personas tanto aquí y ahora como con otras personas que ya no están. Así, las personas con alta Trascendencia Espiritual presentan una perspectiva más holística, interconectada, y más a largo plazo en donde perciben una sincronicidad en la vida y desarrollan un compromiso hacia los demás (Piedmont, 1997). Estas características de las personas espirituales han sido conectadas con la percepción de una mejor calidad de vida (Piedmont, 2004).

Pocos estudios se han realizado que exploren relaciones causales entre la espiritualidad y la calidad de vida. Por ejemplo Dy-Liacco et al. (2005) examinaron una variedad de modelos causales utilizando la escala de trascendencia Espiritual (STS; Piedmont, 1999), religiosidad, cosmovisión y bienestar. Los autores encontraron el mejor soporte empírico para los modelos que utilizan

los STS como el predictor de estos constructos. Piedmont et al. (2009), utilizando un modelo de ecuaciones estructurales (SEM), emplearon la escala STS en relación con las medidas de bienestar y crecimiento psicológico (e.g., auto-realización y propósito en la vida).

Se examinaron dos modelos, uno donde la espiritualidad era visto como un producto de estos constructos (es decir, feliz, gente madura también tenían un mejor sentido de la espiritualidad) y la otra donde la espiritualidad fue el predictor (es decir, un sentido más desarrollado de significado personal y conexión con una realidad trascendencia llevó a los niveles más altos de madurez psicológica y el bienestar personal). Una vez más, se encontró el mejor soporte empírico para los modelos que vieron la espiritualidad como el predictor causal.

Discusiones y Conclusiones

La relación entre la personalidad y la calidad de vida ha sido objeto de estudio de numerosos investigadores en el campo de Psicología de la Personalidad, Social o Clínica. Sin embargo, el vínculo específico entre la espiritualidad y la calidad de vida ha sido relativamente poco explorado tanto en el contexto nacional como el internacional. En primer lugar, es necesario incrementar la cantidad de estudios que puedan contribuir a determinar si la espiritualidad puede considerarse un rasgo independiente del Modelo de los Cinco Factores de la Personalidad (FFM).

En segundo lugar, es de amplia relevancia fomentar estudios que contribuyan a explorar el vínculo entre la Espiritualidad y la Calidad de vida, en el marco del FFM. Estos trabajos podrían advertir sobre la necesidad de construir nuevas herramientas de intervención tanto en el área social comunitaria como clínica, contribuyendo a ampliar la mirada de los individuos del aquí y ahora a una perspectiva más holística e integradora, que favorezca una mejor calidad de vida.

Referencias

- Allport, G. W. (1937). *Personality: a psychological interpretation*. New York: Holt, Rinehart, & Winston.
- Briggs-Myers, I. & Myers, P. (1995). *Gifts differing. Understanding personality type*. EE.UU.: Davies-Black Publishing.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2004). *Perspectives on personality* (5th Ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Costa, P.T. & McCrae, R.R. (1980). Still stable after all these years: personality as a key to some issues in adulthood and old age. In P. B. Baltes & O. G. Brim, (Eds.). *Life span development and behaviour*. (3rd. ed.) (pp. 65-102). New York, NY: Academic Press.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13, 653–665.
- Costanza, R., Fisher, B., Ali, S., Beer, C., Bond, L., Boumans & Snapp, R. (2008). An integrative approach to quality of life measurement, research, and policy. *SAPI EN. S. Surveys and Perspectives Integrating Environment and Society*, 1, 123-135.
- Danziger, K. (1990). *Constructing the subject: Historical origins of psychological research*. New York: Cambridge University Press
- 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.
- Digman, J. M. (1990). Personality structure: Emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology*, 41, 417- 440.
- Eynsenck, H. (1947). *Dimensions of Personality*. London: Routledge and Kegan Paul.
- John, O. P. (1990). The "Big Five" factor taxonomy: Dimensions of personality in the natural language and in questionnaires. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 66-100). New York: Guilford.
- 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.
- John, O. P., Hampson, S. E., & Goldberg, L. R. (1991). Is there a basic level of personality description? *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 348-361.

- Kassin, S. (2003). *Psychology*. USA: Prentice-Hall, Inc.
- Lingjaerde, O., Regine Foreland, A. & Engvik, H. (2001). Personality structure in patients with winter depression, assessed in a depression-free state according to the five-factor model of personality. *Journal of Affective Disorders*, 62(3), 165 – 174.
- Macmillan, M. (2008). "Phineas Gage – Unravelling the myth". *The Psychologist* (British Psychological Society) 21 (9): 828–831.
- McAdams, D. P. (1992). The five-factor model in personality: A critical appraisal. *Journal of Personality*, 60, 329-36
- Mischel, W. (1999). *Introduction to Personality*, 6th edn, Harcourt Brace, Fort Wort.
- Nicholson, I. A. M. (2003). *Inventing personality: Gordon Allport and the science of selfhood*. Washington, DC: American Psychological Association
- Penke, L., Denissen, J. J. A., & Miller, G. F. (2007). The evolutionary genetics of personality. *European Journal of Personality*, 21, 549-587. DOI: 10.1002/per.629
- Piedmont, R.L. (1999). Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five-factor model. *Journal of Personality*, 67, 985- 1013.
- Piedmont, R. L. (2001). Spiritual transcendence and the scientific study of spirituality. *Journal of Rehabilitation*, 67, 4-14.
- Piedmont, R. L. (2004). The Logoplex as a paradigm for understanding spiritual transcendence. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 15, 263-284.
- Piedmont, R. L. (2007). Spirituality as a robust empirical predictor of psychosocial outcomes: A cross-cultural analysis. In R. J. Estes (Ed.), *Advancing Quality of Life in a Turbulent World* (pp. 117-134). New York, NY: Springer.
- Rassart, J., Luyckx, K., Goossens, E., Apers, S., Klimstra, T., & Moons, P. (2012). Personality traits, quality of life, and perceived health in adolescents with congenital heart disease. *Psychology & Health*.
- Santrock, J.W. (2008). The Self, Identity, and Personality. In Mike Ryan (Ed). *A Topical Approach to Life-Span Development*. (pg. 411-412). New York: McGraw-Hill.
- Saucier, G., & Goldberg, L. R. (1998). What is beyond the Big Five? *Journal of Personality*, 66, 495–524.
- Saxena, S., & Orley, J. (1997). Quality of life assessment: the World Health Organization perspective. *European psychiatry*, 12, 263s-266s.
- Skevington, S. M., Lotfy, M. & O'Connell, K. A. (2004). The World Health Organization's WHOQOL-BREF quality of life assessment: psychometric properties and results of the international field trial. A report from the WHOQOL group. *Quality of Life Research*, 13(2), 299-310.
- Snygg, D. & Combs, A. (1949), *Individual Behavior: A New Frame of Reference for Psychology*. New York, Harper & Brothers

- Tien, A.Y., Costa, P.T. y Eaton, W. (1992). Covariance of personality, neurocognition, and schizophrenia spectrum traits in the community. *Schizophrenia Research*, 7(2), 149 – 158
- Theofilou, P. (2011). The impact of personality traits on quality of life in patients diagnosed with breast cancer. *Journal of Women's Health Care*, 1, 1-2.
- Van Der Steeg, A. F., De Vries, J., & Roukema, J. A. (2010). Anxious personality and breast cancer: possible negative impact on quality of life after breast-conserving therapy. *World Journal of Surgery*, 34(7), 1453-1460.