

Relaciones entre Gratitud y Variables de Personalidad

Reynaldo Alarcón*¹ & Carmen Morales de Isasi**²

* Universidad Ricardo Palma, ** Universidad Femenina

Resumen

Se aborda la probable relación entre la gratitud, medida por la Escala de Gratitud, desarrollada por el primer autor, y variables de personalidad, medidas con el Inventario de Personalidad NEO PI-R, de P.T. Costa & R. R. McCrae. Encontramos una alta correlación positiva entre Gratitud y el factor A. Amabilidad ($r = .293$; $p < .01$). A esta asociación contribuyen cinco de sus facetas: Confianza, Franqueza, Sensibilidad hacia los demás, Altruismo y Actitud Conciliadora, con correlaciones estadísticamente significativas fuertes y moderadas. El otro factor con el que gratitud tiene una relación estrecha y positiva es el factor C. Responsabilidad ($r = .221$; $p < .01$). Tres facetas de este factor: Sentido del Deber, Orden, y Competencia, contribuyen decisivamente al nexo asociativo. Por otro lado, hemos encontrado que entre Gratitud y Neuroticismo la relación es negativa ($r = -.149$; $p < .05$). El segundo problema se orientó a identificar las variables de personalidad que maximizan la predicción de la gratitud. El Análisis de Regresión Múltiple, por "pasos sucesivos", identificó dos facetas Confianza y Sentido del deber, en conjunto explican el 11.70% de la varianza total de la Gratitud. Estas son las variables de personalidad que, con mayor vigor, pueden predecir la gratitud.

Palabras clave: Gratitud, Variables de personalidad, Correlaciones, Predicción.

Relationship between Gratitude and Personality Variables

Abstract

The probability of a relationship between gratitude and personality is approached in this paper. Gratitude has been measured by the Scale of Gratitude, developed by the first author, and personality variables has been measured with the Inventory of Personality NEO PI-R, from P.T. Costa & R.R. McCrae. We find a high positive correlation between gratitude and the factor A. Agreeableness ($r = .293$; $p < .01$), five facets contribute to this association: Trust, Straightforwardness, Tender mindedness, Altruism and Compliance with correlations statistically significant strong and moderate. Gratitude has a narrow and positive correlation with factor C. Conscientiousness ($r = .221$; $p < .01$); three facets of this factor: Dutifulness, Order and Competence, they contribute decisively to the associative nexus. The relationship between Gratitude and Neuroticism are negative ($r = -.149$; $p < .05$). The second problem was identified the personality variables that maximize the prediction of the gratitude. The Multiple Regression Analysis "stepwise", it identified two facets: "trust" and "sense of duty". All together, these explain 11.70% of total gratitude variance. These are the variables of personality that, with more vigor, can predict the gratitude.

Keywords: Gratitude, Personality, Variables, Correlations, Prediction.

Original recibido / Original received: 26/05/2012

Aceptado / Accepted: 28/06/2012

¹ Email: reynaldo.alarcon.n@hotmail.com

² Email: cmdei@terra.com.pe

La investigación en torno a la gratitud es un tema que actualmente atrae la atención de los psicólogos que adhieren a la Psicología Positiva. Según Bono, Emmons y McCullough (2004), la investigación empírica sobre el tema se orienta hacia tres tipos de problemas: 1) Cómo es conceptualizada la gratitud; 2) Qué clase de personas tienden a ser grata, y 3) Cómo la gratitud puede ser aplicada a la sociedad, con fines de mejorar la salud humana y el bienestar subjetivo. Ciertamente, estos y otros problemas colaterales ocupan actualmente el centro de interés de los estudios sobre gratitud. Como tema novedoso, el punto de partida para su abordaje debe ser la pregunta ¿qué es la gratitud?

La noción de Gratitud

Una revisión de la literatura referente al concepto de gratitud indica que se trata de un comportamiento complejo, integrado por variables psicológicas, sociales y éticas. Según esta apreciación inicial y de acuerdo a la gama de características atribuidas a la gratitud, podría ser objeto de análisis de varias disciplinas, como son la psicología, las ciencias sociales y la filosofía. En un proyecto inicial de la psicología positiva, se planteó el estudio de las fortalezas del “carácter” que hacen posible una buena vida, Peterson y Seligman (2004) lograron identificar 6 virtudes y 24 fortalezas; la gratitud fue considerada una fortaleza ubicada, en el marco de la virtud Espiritualidad/Trascendencia, que forjan conexiones con un gran universo y proveen significado a la vida. Sobre la base de aquella clasificación se construyó el VIA Inventory of Strengths (VIA-IS, Peterson & Seligman, 2004), con el cual se realizaron numerosos trabajos con amplias muestras de participantes. Más adelante, Seligman y Peterson (2007) publican una nueva clasificación de los aspectos de la excelencia humana, bajo el título de “lista provisional de los potenciales humanos”. Abandonan los términos “virtudes” y “fortalezas”, reemplazándolos por la frase “potencial humano”, sin duda de mayor resonancia científica, puesto que los vocablos virtud y fortaleza, son de antigua tradición filosófica y religiosa.

El concepto potencial humano busca superar los términos que fueron tomados de la revisión de obras muy famosas, de antiguas tradiciones filosóficas y religiosas de la sabiduría oriental y occidental, según informa (Seligman, 2004). La noción de potencial humano, de abolengo científico, indica que se trata de una energía o fuerza psicológica latente que puede generar un cambio en una dirección positiva. Riff y Singer (2007) observan que la fuerza de dicho potencial se dispara en momentos cruciales de la adversidad, cuando más se le necesita. Adicionalmente, se distingue dos tipos de potencial humano: a) psicológico y b) ético o moral; el primero cuenta con estatus científico, metodológico y epistemológico, mientras las características morales y éticas permanecen dentro del campo filosófico, civil y ético (Fernández Ballesteros, 2007). Esta observación nos parece importante para un enfoque científico de la gratitud.

Aunque la investigación sobre la gratitud es relativamente reciente, hay sustantivos hallazgos que la conceptualizan con varios significados. Se le define como un afecto moral: una persona es motivada para ayudar a otra en sus necesidades y pueda ser feliz (McCullough, Kilpatrick, Emmons & Larson, 2001).

La gratitud significa una actitud con tendencia a ver la vida entera como una dádiva (Bono et al., 2004). La gratitud conlleva un procesamiento cognitivo, puesto que atribuye significación positiva a la acción o beneficio recibido (McCullough, Emmons & Tsang, 2002). McCullough, Tsang y Emmons (2004) consideran que la gratitud concebida un estado afectivo, se manifiesta en tres niveles: 1) como emoción, es una respuesta breve, intensa y precisa que surge ante un evento externo considerado positivo; 2) como estado anímico, es un comportamiento emocional relativamente estable durante un lapso de tiempo, con variaciones aunque no sea un estado disposicional; y 3) como rasgo afectivo, la gratitud es una tendencia generalizada a reconocer y responder con emociones de agradecimiento a la benevolencia de otras personas por los beneficios que han recibido. Para Lazarus y Lazarus (1994) la gratitud resulta de reconocer en otros una buena voluntad, aprecio por la generosidad y altruismo recibidos. Según Tsang (2006) es una respuesta emocional positiva por haber recibido un beneficio, que es percibido como resultado de una buena intención.

Emmons y McCullough (2003) conceptualizan la gratitud desde tres puntos de vista. Primero, el objeto de la gratitud siempre es otro, puede ser una persona, una divinidad o una cosa. Segundo, la gratitud es una respuesta emocional, generada por la acción de un benefactor, quien otorga a una persona algún beneficio (material, emocional o espiritual). Tercero, la gratitud deriva de evaluar las acciones de los benefactores como intencionales, aún cuando esas intenciones sean metafóricas. Fitzgerald (1998) identifica tres componentes: 1) un sentido de aprecio por algo o alguien; 2) un sentido de buena voluntad hacia aquella persona o benefactor; y 3) una disposición para actuar positivamente hacia el benefactor. Emmons y McCullough (2003) indican que la gratitud, como emoción, es un estado atribucional-dependiente, que resulta de dos procesos cognitivos: 1) se reconoce que se ha obtenido un resultado positivo o favorable; y 2) se reconoce que el resultado se debe a una fuente externa. Emmons (2008) pionero de la investigación sobre la gratitud, opina que la gratitud es una actitud, pero es mucho más. También, ha sido descrita como una emoción, un humor, una forma de vida, una virtud moral, un hábito, un motivo, un rasgo de la personalidad. Todas las notas atribuidas a la gratitud, de alguna manera, forman parte de ella, y puede afirmarse que se trata de una conducta compleja. Aquí, estamos interesados en indagar por los rasgos de personalidad con los que la gratitud está asociada.

La asociación entre gratitud y variables de personalidad es de interés con fines de establecer si la gratitud está asociada con algunos rasgos específicos de la personalidad y, a partir de ellos, considerarlos como indicadores posibles que puedan explicar el comportamiento grato. McCullough et al. (2002), hallaron que la gratitud disposicional está asociada positivamente con los factores agradabilidad y extraversión, y negativamente con neuroticismo, de los Cinco Factores de Personalidad de Costa y McCrae (1999). Chen, Chen, Kee y Tsai (2009) observaron una relación significativa entre gratitud y los factores de amabilidad y extroversión de los Big Five. Bono et al. (2004) comunican que John, Donahue y Kentle encontraron que entre las cinco dimensiones de personalidad (Big Five) y la disposición a experimentar gratitud, presentan correlaciones en extraversión

(positiva afectividad), neuroticismo (negativa afectividad) y amabilidad. También se señala que la gratitud está asociada con construcciones positivas, con la felicidad, con conductas pro-sociales, religiosidad y espiritualidad (McCullough et al., 2002).

Los pocos estudios sobre el tema, han logrado determinar la asociación entre la gratitud y algunos rasgos de personalidad; sin embargo, no se ha establecido que sea un rasgo de ella. La presunción de que pudiera ser un rasgo, se apoya en la reiterada observación de comportamientos gratos de algunas personas. Pero, la reiteración de tal comportamiento, podría explicarse por antiguos aprendizajes establecidos, al punto de convertirse en “una forma de nuestra vida”, para utilizar una frase de Emmons (2008).

Al recoger los hallazgos recientes de la investigación empírica sobre la gratitud, más la reflexión en torno de ella, en este trabajo se propone la siguiente definición: Desde el punto de vista psicológico, la gratitud es, inicialmente, una respuesta emocional positiva que ofrece una persona, generada por el beneficio recibido de un benefactor, y se expresa mediante el agradecimiento. Para que haya una respuesta positiva, el receptor debe considerar valioso el beneficio, sin esta mediación evaluativa, no habrá agradecimiento pleno. Con el transcurso del tiempo, la reacción emocional evoluciona hacia un sentimiento duradero. Un análisis somero de la definición propuesta, permite distinguir algunos procesos inmersos en esta conducta:

a) El beneficio recibido actúa como estímulo motivador para que el beneficiado se comporte pro-socialmente con el benefactor. El agradecimiento genuino, acompañado, a menudo, de expresiones de alegría y felicidad, son manifestaciones que objetivan la satisfacción que experimenta íntimamente la persona beneficiada. Anota Emmons, es posible que se presenten cambios fisiológicos y en la expresión facial, como la sonrisa, que nos permite liberar nuestras emociones, y cambios en la expresión corporal. El componente expresivo de las emociones es extremadamente importante en la comunicación de nuestros sentimientos de agradecimiento (Emmons 2008, pp. 80-81).

b) La respuesta elaborada por el receptor conlleva un procesamiento cognitivo que le atribuye valor positivo a la acción generosa. La valoración es eminentemente subjetiva, y puede influir en la calidad moral de la persona receptora y la urgencia de cubrir sus necesidades insatisfechas. En términos generales, debe existir una clara percepción positiva del beneficio. No reconocer el valor del bien, o subvalorarlo es un indicador de ingratitud.

c) La gratitud, desde el punto de vista de la filosofía moral, obliga a agradecer por los beneficios recibidos (Blumenfeld, 1962). Los mandatos éticos son prescripciones imperativas que se fundan en las costumbres sociales y en tradiciones arraigadas. La gratitud, desde la perspectiva moral, denota estado permanente de agradecimiento y reconocimiento a la generosidad de otras personas (Emmons & Shelton, 2002). Se sostiene que la gratitud es una virtud moral, y como tal, denota buen comportamiento (McCullough et al., 2001).

d) La gratitud tiene en la memoria a un poderoso aliado que atribuye intemporalidad a las buenas acciones. Debido a este factor, recordamos a la persona que, en un pasaje muy crítico de la vida, nos extendió la mano que nos permitió salir adelante; recordamos a nuestros seres queridos fallecidos por lo

todo lo que recibimos de ellos y disfrutamos juntos nuestras vidas; rendimos homenaje a nuestros héroes que ofrendaron sus vidas en defensa del país. Estas acciones son gestos de gratitud hacia nuestros benefactores que subyacen en la memoria de las personas y en la memoria colectiva de los pueblos. George Simmel, el famoso sociólogo suizo, se refirió a la gratitud como “la memoria moral de la humanidad”. Y que “si todos los actos de agradecimiento se eliminaran de repente, la sociedad, tal y como la conocemos, se desmoronaría” (vide Emmons, 2008, p.21).

e) Una forma de gratitud, de orden trascendente, la practican las personas religiosas: agradecen a Dios por los dones recibidos y por sus bendiciones. Observa Emmons (2008) que las oraciones de gratitud son plenamente apoyadas en las escrituras religiosas, y afirma que no hay religión en la tierra que ponga en duda la importancia de dar gracias a Dios. Ciertamente, existe un claro nexo entre gratitud y los mandamientos religiosos, estos prescriben agradecer a un ser divino, que en lenguaje religioso es Dios.

Problema

El problema central de este trabajo es identificar qué rasgos de personalidad correlacionan significativamente con la gratitud y aquellos que no covarían con ella. El segundo problema busca determinar, entre las facetas o rasgos del Inventario de Personalidad NEO PI-R, de Costa y McCrae (1999), cuáles son los que con mayor probabilidad pueden predecir la gratitud.

Método

Participantes

La muestra está integrada por 200 estudiantes, varones y mujeres, en cantidades similares, con edades entre 18 a 30 años, que estudiaban en universidades públicas y privadas de la ciudad de Lima.

Instrumentos

Inventario de Personalidad Neo Revisado (NEO PI-R) de Costa y McCrae (1999).

Para la medición de los rasgos de personalidad se ha utilizado el Inventario de Personalidad Neo Revisado (NEO PI-R) de Costa y McCrae (1999). (Título original: NEO PI-R, Revised Neo Personality Inventory). Adaptación española efectuada por Cordero, Pamos y Seisdedos (1999), y una adecuación verbal de los ítems al castellano, realizada en Lima por Torres (2009). Se eligió el modelo de los Cinco Factores, conocido como Los Cinco Grandes, porque permite explorar un amplio número de rasgos de personalidad y, también, debido a que ha sido objeto de múltiples estudios que acreditan su validez y confiabilidad como un buen instrumento de medida.

El NEO PI – R ofrece una medida de 5 factores de personalidad y de 30 rasgos o facetas, a través de 240 ítems de tipo Likert, con cinco alternativas de respuesta: A. En total desacuerdo; B. En desacuerdo; C. Neutral; D. Desacuerdo; E. Totalmente en desacuerdo. Un factor se le define por un grupo de rasgos específicos intercorrelacionados, denominados facetas, éstas ofrecen un análisis más detallado de cada uno de los factores. La suma de las puntuaciones de las facetas da lugar a la puntuación de los factores. La tabla 1 presenta los factores y las facetas que mide el NEO PI-R.

Tabla 1
Factores y Facetas del NEO PI-R, de P.T. Costa y R. R. McCrae

Nº	Factores	Facetas
1	N Neuroticismo	N1. Ansiedad N2. Hostilidad N3. Depresión N4. Ansiedad Social N5. Impulsividad N6. Vulnerabilidad
2	E. Extraversión	E1. Cordialidad E2. Gregarismo E3. Asertividad E4. Actividad E5. Búsqueda de Emociones E6. Emociones Positivas
3	O Apertura	O1. Fantasía O2. Estética O3. Sentimientos O4. Acciones O5. Modestia O6. Sensibilidad a los demás
4	A Amabilidad	A1. Confianza A2. Franqueza A3. Altruismo A4. Actitud conciliadora A5. Modestia A6. Sensibilidad a los demás
5	C Responsabilidad	C1. Competencia C2. Orden C3. Sentido del deber C4. Necesidad de Logro C5. Autodisciplina C6. Deliberación

Nota: Según Costa & McCrae, 1999, p. 11

La adaptación española del NEO PI-R, presenta adecuados valores psicométricos, aunque algo más bajos que la prueba original. La consistencia interna fue determinada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, para cada uno

de los cinco factores, varían de $\alpha = .90$ (Neuroticismo) el más alto, a $\alpha = .82$ (Apertura) el más bajo. Las facetas presentan valores Alfa que, según los autores, pueden ser considerados aceptables, aunque algunas facetas obtienen índices Alfa bajos. La matriz de la estructura factorial de la prueba muestra altos pesos factoriales, altamente significativos en todas las facetas de un factor.

Escala de Gratitud de R. Alarcón

Para medir la gratitud utilizamos la Escala de Gratitud, construida por R. Alarcón, está compuesta por 18 ítems que expresan afirmaciones favorables, neutras y desfavorables hacia la gratitud. Los reactivos fueron puestos en una escala de tipo Likert, de cinco alternativas. En la calificación, al extremo positivo se le otorga 5 puntos y al extremo negativo 1 punto. Los puntajes más elevados indican mayor gratitud. Fue administrada a una muestra de 675 participantes hombres y mujeres de 18 a 60 años de edad. La confiabilidad se determinó por análisis de ítem-test, se encontraron correlaciones significativas (Media de $r = 57.27$). La Escala presenta alta consistencia interna: Coeficiente Alfa de Cronbach = .90, Coeficiente Spearman-Brown, para longitudes iguales = .87; Dos mitades de Guttman = .87. La validez de constructo fue obtenida por Análisis Factorial exploratorio, se extrajeron tres factores, con altas cargas factoriales, denominados F1. Reciprocidad, F2. Obligación moral y F3. Calidad Sentimental. En suma, la Escala de Gratitud posee alta confiabilidad y buena validez factorial.

Procedimiento

Los participantes recibieron las dos pruebas juntas, que forman un cuadernillo, fueron administradas en las aulas de clase de las universidades donde estudiaban. Se les pidió que, antes de responder las preguntas, leyeran cuidadosamente las instrucciones que tiene cada prueba. No hay límite de tiempo para el examen.

Resultados

Gratitud y los 5 Factores del NEO PI-R

La tabla 2 muestra las correlaciones de Pearson entre los cinco factores de personalidad y la gratitud. Se observa que gratitud y F. Amabilidad correlacionan positivamente ($r = 0.93$, $p < 0.01$), según los autores, la persona amable es altruista, simpatiza con los demás, está dispuesta a ayudarles y cree que los otros se sienten satisfechos de hacer esto mismo (Costa & McCrae, 1999, p.25). Repárese que las características descritas corresponden al benefactor (en la diada benefactor-beneficiado, de la gratitud) quien, ciertamente, es altruista y generoso, notas que no necesariamente pueden corresponder a la persona beneficiada. Sin embargo, en estricto sentido, la gratitud es una dimensión de las tendencias interpersonales, que conlleva reciprocidad, con tendencia a la mutua cooperación, típicas de comportamientos pro-sociales.

Tabla 2

Coefficientes de correlación de Pearson entre Gratitud y los 5 Factores del NEO PI-R

N. Neuroticismo	-.149*
E. Extraversión	.062 (n.s)
O. Apertura	.105 (n.s)
A. Amabilidad	.293**
C. Responsabilidad	.221**

* $p < 0.05$ (bilateral) ** $p < 0.01$ (bilateral)

FC. Responsabilidad, es el otro factor que covaría positiva y significativamente con gratitud ($r = 0.221$; $p < 0.01$). Las puntuaciones altas en este factor indican escrupulosidad, puntualidad, voluntad de logro, confianza y llega a niveles no deseables como excesiva pulcritud. Este factor general, quizás tenga que ver con el cumplimiento de mandatos morales que obligan a comportarse con gratitud.

FN. Neuroticismo y gratitud correlacionan negativamente ($r = -0.149$; $p < 0.05$). Según Costa y McCrae (1999) en el núcleo del neuroticismo están tendencias a experimentar sentimientos negativos, como miedo, melancolía, vergüenza, culpabilidad y otros. Todas estas tendencias son negativas, opuestas a la gratitud, que es un sentimiento positivo.

Finalmente, entre gratitud y FE Extraversión la correlación es muy baja y carente de significación estadística ($r = 0.062$; n s); algo similar ocurre con FO Apertura, aunque en menos magnitud ($r = 0.105$; n s). En suma, de los cinco grandes factores, la gratitud tiene correlaciones significativas y positivas con los Amabilidad y Responsabilidad, la correlación es negativa con Neuroticismo, en tanto con Extraversión y Apertura las correlaciones son bajas y carentes de significación.

Correlaciones entre Gratitud y las Facetas de los Cinco Grandes Factores

Los hallazgos anteriores han mostrado, en términos generales, las correlaciones encontradas entre cada uno de los cinco factores y la gratitud. Al profundizar en la indagación, se analizó cuál o cuáles de las facetas, de cada factor, son las responsables de la correlación o incorrelación con la gratitud, puesto que las facetas reflejan en profundidad las dimensiones más amplias de la personalidad (Costa & McCrae, 1999). La tabla 3 presenta las correlaciones entre gratitud y las 30 Facetas.

Neuroticismo y sus Facetas vs. Gratitud.

Se puede apreciar en la tabla 3, que cinco facetas de Neuroticismo: N2.Hostilidad, N3.Depresión, N4.Ansiedad Social, N5.Impulsividad y N6.Vulnerabilidad, presentan correlaciones negativas con Gratitud. Los coeficientes r de mayor magnitud corresponde a Hostilidad ($r = -.233$; $p < .01$) y Vulnerabilidad ($r = -.151$; $p < .05$). Entre N1. Ansiedad y gratitud la correlación positiva es muy baja y carente de significación ($r = .006$; n s.). Las correlaciones negativas encontradas

entre las facetas de Neuroticismo y Gratitud, respaldan coherentemente a este factor que mide afectos negativos, en contraste a la gratitud que representa un afecto positivo.

Tabla 3

Correlaciones de Pearson entre las Facetas del NEO PI-R y Gratitud

Neuroticismo - Gratitud		Extraversión - Gratitud			
Ansiedad	.006	Cordialidad	.150*		
Hostilidad	-.233**	Gregarismo	.048		
Depresión	.105	Asertividad	.068		
Ansiedad Social	.075	Actividad	.103		
Impulsividad	.020	Búsqueda Em.	.049		
Vulnerabilidad	.151*	Emociones Posit	.102		
Apertura - Gratitud		Amabilidad - Gratitud		Responsabilidad - Gratitud	
Fantasía	.010	Confianza	.289**	Competencia	.196**
Estética	.084	Franqueza	.227**	Orden	.206**
Sentimientos	.111	Altruismo	.164*	Sentido del deber	.265**
Acciones	.117	Actitud conciliara	.152*	Necesidad de logro	.053
Ideas	.005	Modestia	.076	Autodisciplina	.177*
Valores	.085	Sensibilidad	.199**	Deliberación	.112

*p < 0.05 (bilateral) **p < 0.01 (bilateral)

Extraversión y sus Facetas vs. Gratitud

De las seis facetas del Factor Extraversión, solamente E1. Cordialidad tiene una correlación positiva y significativa con Gratitud ($r = .150$; $p < .05$). Esta faceta es descrita por los autores del NEO PI-R, en los siguientes términos: "Es la faceta más relevante en los aspectos de intimidad interpersonal. La persona cordial es afectuosa y amistosa. Realmente le gusta la gente y establece fácilmente relaciones con otros". (Costa & McCrae, 1999, p. 27). Recordemos que, a menudo, se señala a la gratitud como conducta pro-social. Las demás facetas: E2. Gregarismo, E3. Aserividad, y E6. Emociones Positivas, presentan correlaciones muy bajas y carentes de significación estadística con Gratitud. En tanto que E4. Actividad y E5. Búsqueda de Emociones, tienen correlaciones negativas con Gratitud.

Apertura y sus Facetas vs. Gratitud

Las facetas del Factor Apertura: 01. Fantasía, 02. Estética, 03. Sentimientos, 04. Acciones, 05. Ideas y 06. Valores, no covarían con Gratitud, las correlaciones son bajas y carentes de significación. Es probable que entre las facetas de Apertura y Gratitud no halla relación alguna, debido a que exploran áreas de experiencias diferentes. La persona abierta a la Estética, aprecia el arte y la belleza, inclinaciones que, no necesariamente, debe poseer la persona con predisposición hacia la gratitud.

Amabilidad y sus Facetas vs. Gratitud

Cinco Facetas de Amabilidad correlacionan positiva y significativamente con la Gratitud, éstas son: A1. Confianza, A2. Franqueza, y A6. Sensibilidad a los demás, todas presentan correlaciones positivas con la misma probabilidad ($p < .01$). La probabilidad de A3. Altruismo y A4. Actitud Conciliadora, es algo menor ($p < .05$). En tanto que, A5. Modestia, guarda una relación positiva, aunque no significativa, con gratitud. Las facetas mencionadas miden rasgos positivos de la personalidad; en efecto, Confianza indica creencia en la honestidad y buena intención hacia los demás. Las personas que puntúan alto en Franqueza son sinceras y llegan hasta la ingenuidad. Puntuaciones altas en Altruismo indican preocupación por el bienestar de la gente. La faceta A4. Actitud Conciliadora señala que las personas con puntuaciones altas tienden a ser apacibles y condescendientes. Por último, A6. Sensibilidad hacia los demás indica actitudes de simpatía y preocupaciones por las necesidades ajenas (Costa & McCrae, 1999, p. 29).

Responsabilidad y sus Facetas vs. Gratitud

Cuatro de las facetas del Factor Responsabilidad tienen correlaciones positivas con Gratitud, ordenadas según la magnitud de las correlaciones, son las siguientes: C3. Sentido del deber ($r = .265$, $p < .01$; C2. Orden ($r = .206$, $p < .01$); C1. Competencia ($r = .196$, $p < .01$); y C5. Autodisciplina ($p < .05$). Presentan correlaciones bajas y no significativas con Gratitud, las facetas C4. Necesidad de Logro y C6. Deliberación. De las facetas mencionadas C3. Sentido del Deber presenta la correlación más elevada con Gratitud. Ciertamente, “el deber”, es un principio moral que nos obliga a agradecer por el beneficio que hemos recibido. Al respecto, Costa & McCrae afirman: “Quien tiene una puntuación elevada se adhiere estrictamente a sus principios éticos y cumple escrupulosamente sus obligaciones morales” (Costa & McCrae, 1999, p. 30). El sentido del deber, significa responsabilidad, es una buena característica de la persona grata.

Predicción de la gratitud a través de variables de personalidad

El segundo problema del presente trabajo fue identificar entre las 30 Facetas que componen el NEO PI-R, aquellas que, por su importancia, pueden predecir la gratitud. Seleccionamos 10 facetas (variables) que tienen correlaciones positivas con la gratitud a niveles de probabilidad de 0.05 y 0.01. Estas son las siguientes: E1. Cordialidad, A1. Confianza, A2. Franqueza, A6. Sensibilidad a los demás, A3. Altruismo, A4. Actitud Conciliadora, C.3. Sentido del deber, C2. Orden, C1. Competencia y C.5 Autodisciplina.

Los datos fueron tratados con Análisis de Regresión Múltiple, mediante el método “por pasos” (Stepwise). Se introdujeron las 10 variables antes mencionadas, de ellas 8 fueron eliminadas, quedaron A1. Confianza y C3. Sentido del deber, que actúan como variables predictoras, en tanto que Gratitud es la variable dependiente o criterio. La tabla 4 presenta los coeficientes de correlación

múltiple R, R^2 , R^2 corregido, el Error Estándar de la Estimación (EE) y el valor F de ANOVA.

Tabla 4

Coefficientes de correlación múltiple R, R^2 , R^2 corregida, EE., F

Modelo	R	R^2	R^2 corregida	EE.	F	sig.
1	.289a	.084	.079	11.159	18.109	.000a
2	.342b	.117	.108	10.984	13.026	.000b

Nota: a, Variables predictoras: (constante), A1 Confianza; b, Variables predictoras: (constante), A1 Confianza, C3. Sentido del Deber; c, Variable dependiente: Gratitud

En el modelo 2, el coeficiente de determinación $R^2 = .117$ indica que las variables confianza y sentido del deber, en conjunto, explican 11.70% de la varianza total de la variable criterio Gratitud. Algo más baja es R^2 corregida, explica .10.8%. Los valores de ANOVA para el modelo 1, $F(1,199) = 18.109$; $p = .000$, y para el modelo 2, $F(1,198) = 13.026$; $p = .000$, señala que existe una relación lineal altamente significativa entre las variables predictoras y la variable Gratitud.

La tabla 5 presenta los coeficientes regresión múltiple B (no estandarizados), β beta estandarizados, el Error Estándar de la estimación (EE) y los valores de t de Student y su significación para los modelos 1 y 2, de las variables predictoras. Según la magnitud de los coeficientes β el orden de las predictoras es el que sigue: Confianza ($\beta = .289$) y Sentido del deber ($\beta = .197$). Resultados similares se obtuvieron al utilizar el método "Hacia adelante" (Forward). De la 10 variables introducidas, fueron eliminadas ocho, quedaron Confianza y Sentido del Deber, ambas variables predictoras explicaron el 11.70% de la varianza de la variable Gratitud. En conclusión, confianza y sentido del deber son relativamente las mejores predictoras de la Gratitud. La variable Confianza, como rasgo de personalidad, indica creencia en la honestidad y la buena intención de los demás. Es una suerte de esperanza que se tiene en alguien en las relaciones interpersonales; puede denotar, también, confianza en sí mismo. Sentido del deber conlleva la obligación moral de cumplir con una promesa personal o mandato social en el marco de una sociocultura.

Tabla 5

Coefficientes de Regresión Múltiple B (no estandarizados), β (estandarizados) y test t

Modelo	B	E.E	β	t	Sig.
1 (Constante)	58.712	3.820		15.371	.000
A1.Confianza	.873	.205	.289	4.255	.000
2 (Constante)	50.855	4.745		10.717	.000
A1.Confianza	.686	.213	.228	3.217	.002
C3.Sentido deber	.535	.197	.192	2.713	.007

Nota: Variable criterio: Gratitud

Discusión

El problema de la presente investigación fue determinar si el constructo gratitud guarda relación con variables de personalidad. El problema se enmarca en la búsqueda de información empírica que pueda contribuir a despejar la naturaleza de la gratitud que, como se puede inferir de las conceptualizaciones ofrecidas sobre el tema, se trata de un comportamiento sumamente complejo en el que interviene fenómenos psíquicos de varios órdenes: reacciones emocionales, sentimientos, estados afectivos, actitudes, procesos cognitivos (evaluativos y mnemónicos). Es preciso destacar el efecto del procesamiento mnemónico sobre la gratitud, hecho que apenas es mencionado por algunos expertos. También, se sostiene que la gratitud es una virtud moral y, desde el punto de vista de la filosofía moral, la gratitud obliga a agradecer la generosidad de las personas de quienes reciben algún beneficio.

Los datos referentes a la gratitud fueron obtenidos por la Escala de Gratitude, y las variables de personalidad por el Inventario de Personalidad (NEO PI-R), de Costa y McCrae (1999), que ofrece amplia de información sobre cinco factores y 30 facetas de la personalidad. Se encontró que entre el factor Neuroticismo y Gratitude la correlación de Pearson es negativa. Este resultado confirma los hallazgos obtenidos por McCullough et al. (2002) y John, Donahue y Kentle (en Bono et al., 2004) quienes utilizaron la Escala de 5 Factores de Costa y McCrae (1999). Cinco de las 6 Facetas que componen el factor Neuroticismo tienen correlaciones negativas con Gratitude, correspondiendo la correlación negativa más alta a la faceta N2.Hostilidad. Debe señalarse que todas las facetas de este factor corresponden a rasgos de personalidad negativos.

Entre el factor Extraversión y Gratitude hemos encontrado una correlación muy débil y carente de significación estadística, este resultado no concuerda con los hallazgos obtenidos por Emmons et al. (2002), Chen et al. (2002) y John et al. (en Bono et al. (2004). Solamente se encontró una correlación positiva entre Gratitude y la Faceta E1.Cordialidad. Tampoco se encontraron relaciones significativas entre el factor Apertura (Openness to Experience) y Gratitude. Las correlaciones entre Gratitude y las facetas de este factor son muy bajas, el rango de ellas se extiende entre $r = .010$ y $r = .117$. Según estos resultados ni la fantasía, la inclinación estética, los valores e ideas, que son las facetas de este factor, guardan relación con la gratitud.

Entre Gratitude y el factor Amabilidad (Agreeableness) se encontró una alta asociación; similar hallazgo encontraron McCullough et al. (2002), Chen et al. (2009) y John et al. (vide Bono, 2004). También, se encontró que el mayor número de facetas de este factor tiene correlaciones significativas y elevadas con Gratitude, estas son: confianza, franqueza y sensibilidad hacia los demás. Las personas proclives al agradecimiento se distinguirían por poseer esos rasgos de personalidad.

Entre el factor Responsabilidad (Conscientiousness) y Gratitude, existe una correlación alta y significativa, esta asociación no la han encontrado los autores citados anteriormente. En una interpretación previa, atribuimos este hallazgo a la faceta Sentido del Deber, que obtiene la más alta correlación con gratitud. En efecto, desde el punto de vista ético la gratitud conlleva cumplir con las normas y

costumbres fijadas por la sociedad, no por voluntad propia sino como un imperativo categórico. Es un deber agradecer por los dones recibidos.

Finalmente, se buscó predecir el constructo gratitud a partir de 10 variables de personalidad que han demostrado guardar correlaciones positivas y significativas con dicho constructo. El Análisis de Regresión Múltiple identificó dos facetas que, para estos fines, adoptan la función de variables predictoras, estas son: Confianza y Sentido del Deber. Se puede advertir en la Confianza dos dimensiones, la primera es la confianza interpersonal que significa creer en la honestidad y buena intención de los demás; la segunda significa confiar en sí mismo, en sus propias capacidades. El NEO-PI-R evalúa la primera dimensión. Sentido del deber, entendido como “deber ser” obliga adherir estrictamente a los principios éticos y cumplir escrupulosamente las obligaciones morales (APA 2010; Costa & McCrae, 1999).

Referencias

- APA (2010). *Diccionario conciso de Psicología*. México, D.F. : Manual Moderno-
- Blumenfeld, W. (1962). *Los fundamentos de la ética y el principio generalizado de la Gratitud*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Bono, G., Emmons, R. A. & McCullough, M. E. (2004). Gratitude in practice and the practice of gratitude. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive Psychology in Practice* (pp. 464-481). New Jersey: John Wiley and Son, Inc.
- Costa, T. & McCrae, R. R. (1999). *Inventario de Personalidad Neo Revisado (NEO PI-R)*. Madrid: TEA Ediciones, S.A.
- Cordero, A., Pamos, A., & Seisdedos, N. (1999). Adaptación española. En P.T. Costa & R.R. McCrae, *Inventario de Personalidad Neo Revisado (NEO PI-R)*, (pp.77-99). Madrid: TEA Ediciones.
- Chen, L., Chen, M., Kee, Y. & Tsai, Y. (2009). Validation of the gratitude questionnaire (GQ) in the Taiwanese undergraduate students. *Journal of Happiness Studies*, 10 (66), 655-664.
- Emmons, R. A. & Shelton, C. M. (2002). *Gratitude and the science of positive psychology*. London 7, Oxford University Press.
- Emmons, R. & McCullough, M. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (2), 377-389.
- Emmons, R. A. (2008). *¡Gracias! De cómo la gratitud puede hacerte feliz*. Barcelona: Ediciones B.
- Fernández Ballesteros, R. (2007). Luces y sombras en la psicología del potencial humano. En L. S. Aspinwall y U. M. Stuedinger (Eds.), *Psicología del potencial humano* (pp.183-203). Barcelona: Editorial Gedisa.
- Fitzgerald, P. (1998). Gratitude and justice. *Ethics*, 109, 119-153.
- Lazarus, R. S. & Lazarus, B. M. (1994). *Passion and reason: Making sense of our emotion*. New York: Oxford University Press.
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affects? *Psychological Bulletin*, 127, 249-266.

- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*, 112-127.
- McCullough, M. E. , Tsang, J., & Emmons, R. A. (2004). Gratitude in intermediate affective terrain: Links of grateful mood to individual differences and daily emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology, 86*, 377-389.
- Paterson, C. & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A classification and handbook*. Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Riff, C. D. y Singer, B. (2007). Ironías de la condición humana: bienestar y salud en el camino a la mortalidad. En L.G. Aspinwall y U. M. Staudinger (Eds.), *Psicología del potencial humano* (pp. 367 – 388). Barcelona: Gedisa.
- Seligman, M. E. P (2004). *La auténtica felicidad*. Buenos Aires: Vergara.
- Seligman, M. E. P. y Peterson, C. (2007). Psicología clínica positive. En L. G. Aspinwall y U. M. Staudinger (Eds.), *Psicología del potencial humano*. (pp. 409-425). Barcelona: Gedisa.
- Torres, F. (2009). *Relación entre los factores de personalidad y los factores de felicidad, en estudiantes universitarios*. (Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología). Lima: Universidad Ricardo Palma. (No publicada).
- Tsang, J. (2006). Gratitude and prosocial behavior : An experimental test of gratitude. *Cognition and Emotion, 20*, 138- 148.