

Relación entre el optimismo disposicional y la soledad subjetiva en personas mayores

Cristina G. Dumitrache

Laura Rubio

Facultad de Psicología. Universidad de Granada. España

Resumen

Introducción: La soledad, uno de los grandes problemas de nuestros tiempos, tiene múltiples consecuencias negativas para la salud física y mental de las personas mayores. Por ello es fundamental identificar variables de riesgo y de protección.

Objetivo: En el presente trabajo se analiza la influencia del optimismo y de las variables sociodemográficas en el sentimiento de soledad percibido por las personas mayores.

Método: La muestra estuvo compuesta por 156 personas mayores de la provincia de Granada, 103 mujeres y 53 hombres, con edades comprendidas entre los 65 y los 90 años.

Resultados: Los resultados obtenidos señalaron que poseer un rasgo de personalidad optimista mayor o menor se relaciona de manera general con la soledad subjetiva. Podemos observar que tener una personalidad optimista se relaciona de manera inversa con los distintos tipos de la soledad subjetiva, a mayor optimismo menor es el sentimiento de soledad y viceversa.

Discusión y conclusiones: Dada la relación entre distintos tipos de soledad y optimismo identificada en el presente estudio en las intervenciones para paliar la soledad se deben tener en cuenta rasgos de personalidad como el optimismo.

Palabras clave: personas mayores, soledad subjetiva, crisis existencial, rasgos de personalidad, optimismo.