

***Fundamentos en Humanidades***

*Universidad Nacional de San Luis*

*Año VI – Número I – (11/2005) 193/211 pp.*

# EL PENSAMIENTO CONSTRUCTIVO Y SU RELACIÓN CON LA VISIÓN DE SÍ MISMO, DEL MUNDO Y DEL FUTURO EN INGRESANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS DE SAN LUIS

**Horacio Daniel García**

Universidad Nacional de San Luis

hdgarcia@unsl.edu.ar

## RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo explorar la posible relación existente entre Pensamiento Constructivo y la Tríada Cognitiva en alumnos ingresantes de la carrera de licenciatura en psicología de la Universidad Nacional de San Luis.

Se utilizaron el Inventario de Pensamiento Constructivo de Epstein (1987), que evalúa las formas básicas de pensamiento constructivo o destructivo, en donde a mayor puntaje mejor desempeño en la escala; y el Inventario de la Tríada Cognitiva que consta de treinta y seis ítems, en donde a menor puntaje mayor es la visión negativa de la dimensión.

La muestra estuvo integrada por 64 ingresantes de ambos sexos de la carrera de psicología, Facultad de Ciencias Humanas de la UNSL.

Los resultados sugieren la existencia de una correlación positiva entre la escala general de Pensamiento Constructivo y cada una de las dimensiones de la Tríada Cognitiva, así también la escala de Pensamiento Supersticioso correlaciona negativamente con las dimensiones Visión de Sí Mismo y Visión del Futuro; mientras que la escala de Emotividad correlaciona positivamente

con las dimensiones Visión de Sí Mismo y Visión del Futuro.

## Palabras Clave

Pensamiento Constructivo, Pensamiento Destructivo, Tríada Cognitiva, Ingresantes universitarios, Inteligencia.

## ABSTRACT

This work is aimed at exploring the possible relationship between Constructive Thinking and the Cognitive Triad in freshmen of Psychology undergraduate program from the UNSL (National University of San Luis).

We applied the Constructive Thinking Inventory of Epstein (1987) that evaluates the basic forms of constructive or destructive thinking where the higher scores in the scale indicate a better performance; and the Cognitive Triad Inventory by Beckham and others (1986) of thirty-six items, where lower scores reflect a higher negative view of a certain dimension to a sample of 64 students in early stages.

The results suggest the existence of a positive correlation between Constructive Thinking and each dimension of the Cognitive Triad. Likewise, the scale of Superstitious Thinking correlates negatively with the View of Self and the View of Future, and the scale of Emotion correlates positively with the View of Self and the View of Future.

## Key Words

Constructive Thinking, Destructive Thinking, Cognitive Triad, University students, Intelligence.

## Introducción

Ha sido creciente el interés por parte de las ciencias del comportamiento de explorar el efecto de las emociones en las conductas. Actualmente, numerosos estudios nos aseguran notables posibilidades de encontrar respuestas en relación a temas tan variados como: éxito personal, inserción social, interacción, rendimiento laboral y rendimiento escolar entre otros. Se ha comprobado que la inteligencia académica no guarda relación estrecha con la vida emocional y el desempeño en la "vida real". Goleman (1996) expresa... "La inteligencia académica tiene poco que ver con la vida emocional. Las personas más brillantes pueden hundirse en los peligros de las pasiones desenfrenadas y de los impulsos incontrolables; personas con un CI elevado pueden ser pilotos increíblemente malos de su vida privada" (p. 54). En el mejor de los casos, el CI contribuye aproximadamente en un 20% a los factores que determinan el éxito en la vida, con lo que el 80% queda para otras fuerzas. La carga emocional imprime un

componente de alto riesgo a la bondad del proceso equilibrado del pensar y del elegir, de entre todos los caminos, los más exitosos. En estados emocionales intensos en los cuales se hace dificultosa la tarea de controlar los impulsos, los procesos lógicos son trasladados al campo de los sentimientos, encontrando caminos y resultados rápidos, con escasa capacidad de fundamentación e interpretación. El resultado del proceso es rápido, no es explicable y se entremezcla con los sentimientos vigentes en el momento, y por tanto, altamente inestable.

### **Pensamiento constructivo**

El concepto del pensamiento constructivo global surge de la teoría cognitivo-experiencial formulada por Epstein (1994), relacionada en algunos aspectos con el concepto de Inteligencia emocional de Mayer y Salovey, (1993). La teoría cognitivo-experiencial afirma que la gente se adapta a su entorno con la ayuda de dos sistemas de procesamiento paralelos e interactivos, el experiencial y el racional (Epstein, 1994, 1998).

El sistema experiencial es un medio de aprendizaje que obtiene sus esquemas de la experiencia vivida. Se basa en aquellos pensamientos, aprendidos por experiencias que han tenido lugar en la infancia y a lo largo de la vida, que aparecen en nuestra mente de manera automática ante cualquier acontecimiento. Estos esquemas, o creencias implícitas, constituyen la base para que una persona comprenda el mundo y dirija su conducta en él. Actúan de manera automática, sin un esfuerzo consciente y con independencia de la atención. Por lo tanto la inteligencia experiencial funciona por asociaciones en vez de por lógica, estableciendo relaciones entre acontecimientos que tienen una fuerte carga emocional. Trabaja de manera rápida, fácil, preconsciente, concreta, holística, fundamentalmente imitativa e íntimamente asociada con la experiencia afectiva o emocional. Se apoya en el corto plazo y su finalidad principal es buscar las sensaciones buenas y evitar las malas. Suele ser adaptativa en la mayoría de las situaciones y nos permite tomar decisiones con facilidad, rapidez y sin tener que pensar, contribuyendo claramente a la economía cognitiva del sujeto.

El sistema racional, por el contrario, es inferencial y opera a través de la comprensión, por parte del sujeto, de las reglas culturalmente transmitidas de razonamiento y evidencia. Es lento, laborioso, consciente, analítico, insensible, fundamentalmente verbal, con escasa historia evolutiva y actúa de acuerdo a la comprensión del individuo de lo que es razonable, teniendo en cuenta las consecuencias a largo plazo.

La inteligencia racional y la experiencial pueden ser consideradas como habilidades básicamente distintas que contribuyen, por diferentes caminos, al éxito en la vida. Algunas veces, la inteligencia racional predice un tipo particular de habilidad; otras, sólo, la inteligencia experiencial es un predictor significativo.

El pensamiento constructivo consiste en comprender acabadamente la naturaleza del sentido común y de la sabiduría intuitiva, a fin de movilizarlos para que sirvan a una efectiva resolución de problemas. La visión de Epstein sobre la necesidad de aprender de lo vivido, que se dirige a rescatar el valor de la experiencia, también es compartida por psicólogos como Carl Rogers y Abraham Maslow, quienes hablan de un “principio del crecimiento”, según el cual una experiencia inicialmente destructiva, se vuelve constructiva cuando la persona acepta el desafío de superarla.

### **Pensamiento constructivo, pensamiento destructivo**

Seymour Epstein (1994) solicitó a sus estudiantes que, cada día durante un mes, grabaran su emoción más agradable y más desagradable, así como los pensamientos automáticos asociados con estas emociones. De estos datos identificó seis características de pensamiento constructivo, encontrando dos maneras constructivas de pensar y cuatro maneras destructivas.

Los principales componentes del pensamiento constructivo son el afrontamiento emocional y el afrontamiento conductual. Las personas que tienen niveles altos en estas dos facetas suelen ser buenos pensadores constructivos.

- **Afrontamiento emocional:** Se relaciona con la capacidad para manejar adecuadamente los sentimientos negativos. Los buenos afrontadores emocionales tienen bajos niveles de estrés, no se toman las cosas personalmente, no son demasiado sensibles al rechazo y al fracaso y no se preocupan por cosas que no pueden controlar.

- **Afrontamiento conductual:** Se trata de un pensamiento orientado a la acción. Las personas que tienen un buen manejo, piensan en modos efectivos de solucionar los problemas y se ponen en marcha, son optimistas, aceptan los retos y se arriesgan, ya que piensan que las cosas saldrán bien.

Las facetas en las que un puntaje alto estaría relacionado con un pensamiento destructivo son:

- **Pensamiento categórico (rigidez):** Los pensadores categóricos tienen un pensamiento dicotómico, en términos de blanco o negro, son intolerantes, sólo

**Tabla 1:** Media, desviación estándar, percentiles, asimetría, curtosis, valores mínimos y máximos correspondientes a los puntajes registrados para la muestra en estudio, en las variables del Inventario de pensamiento constructivo, de la tríada cognitiva y la edad. N= 54.

	Variables	Media	Desv. Ep.	Asimetría	Curtosis	Mínimo	Máximo	Percentiles		
								25	50	75
	Edad	22,48	7,41	3,016	11,79	18	60	18	19	23
Inventario de Pensamiento Constructivo	Pensamiento Constructivo	46,03	9,54	0,249	0,038	28	72	39,5	45,5	53
	Emotividad	47,65	9,89	-0,296	-0,092	21	71	42	47	55,2
	Eficacia	45,07	10,75	0,256	-0,676	27	71	38,5	43	54,5
	Pensamiento Supersticioso	52,11	9,38	0,245	-0,393	33	75	44,5	53	58
	Rigidez	56,09	8,31	0,127	0,285	39	78	50	55	61
	Esoterismo	55,35	8,10	0,172	-0,004	38	75	49,7	55	61
	Iusión	51,77	9,42	0,054	-0,896	33	68	43	52	58
Inventario de la Tríada Cognitiva	Visión de Sí Mismo	6,68	7,85	-0,376	0,631	-18	22	2	6,5	13,2
	Visión del Mundo	13,74	6,61	-0,278	-0,701	-2	24	9	14	20
	Visión del Futuro	18,85	6,56	-0,661	-0,432	4	29	14	20	23,2

admiten su punto de vista y piensan que opiniones diferentes a las suyas son errores. Clasifican a la gente como buena o mala, perdedores o ganadores, amigos o enemigos.

- Pensamiento supersticioso: No está relacionado con las supersticiones tradicionales, sino con las personales. Por ejemplo, creer que si sucede algo bueno, después pasará algo malo para compensar, o creer que si habla de algo que se tiene que hacer se «arruinará». Estas personas se centran más en defenderse de lo malo que pueda pasarles que en disfrutar de la vida. Si esperan de antemano que algo salga mal, no se arriesgan a sufrir una desilusión. Son pesimistas y tienden a deprimirse con facilidad.
- Pensamiento esotérico: Está relacionado con las supersticiones tradicionales (romper un espejo, pasar bajo una escalera) y los fenómenos paranormales e inusuales. Por ejemplo, creer en amuletos de la suerte, control mental, fantasmas, etc. Si el grado de pensamiento esotérico no es demasiado alto puede indicar una apertura a nuevas ideas y un pensamiento flexible. Sin embargo,

si es demasiado alto, indica una dificultad a la hora de usar su capacidad de crítica.

- Optimismo ingenuo (ilusión): Ser optimista está bien, pero los optimistas ingenuos van mucho más allá y son optimistas sin fundamento. Piensan que si pasa algo bueno, siempre sucederán cosas buenas. Aunque suelen caer bien a los demás y son buenos políticos, tienen una visión simplista de la realidad, son ingenuos, tienden a evitar las realidades desagradables y no toman las debidas precauciones.

Según Epstein (1994), los pensamientos automáticos diarios de carácter constructivo o destructivo, de acuerdo con la teoría cognitivo-experiencial, influyen en la interpretación que la gente hace de los acontecimientos, sentimientos y conductas. De modo que los pensamientos automáticos que refieran al mundo como un lugar peligroso, que no se puede confiar en la gente y que sus esfuerzos serán inútiles, traerán consecuencias negativas en contraposición con un pensamiento automático contrario. Tales patrones de pensamiento no solamente tendrían una profunda influencia en sus sentimientos y comportamientos espontáneos, sino que sesgarían sus intentos de pensar racional y objetivamente. Influirían no sólo en su interpretación de los acontecimientos, sino también en los hechos objetivos

**Tabla 2:** medias y desviaciones estándar para cada una de las muestras y los valores t, con el correspondiente nivel de significación. Mujeres N= 31, Varones N= 23.

Muestra		Mujeres		Varones		t	p
		Media	Dev. tp	Media	Dev. tp		
Edad		22,45	9,04	22,52	4,58	-,034	ns
Inventario de Pensamiento Constructivo	Pensamiento Constructivo	45,54	9,34	46,69	9,99	-,433	ns
	Emotividad	46,93	10,56	48,69	9,06	-,543	ns
	Eficacia	43,70	10,69	46,91	10,79	-,085	ns
	Pensamiento Supersticioso	52,64	10,97	51,39	6,84	,482	ns
	Rigidez	55,81	7,20	56,73	9,75	-,488	ns
	Esoterismo	56,00	8,35	54,47	7,84	,679	ns
	Ilusión	50,41	9,01	53,60	9,86	-,1235	ns
Inventario de la Teoría Cognitiva	Visión de Sí Mismo	4,77	7,61	9,26	7,58	-,145	<.05
	Visión del Mundo	13,74	7,20	13,73	5,89	,002	ns
	Visión del Futuro	18,41	6,15	19,43	4,73	-,659	ns

que trata de experimentar como resultado del entorno que se crea a sí mismo. Entre otros efectos, tales como su rendimiento en el trabajo y su habilidad para cooperar con los demás, incrementaría su estrés, lo que, a su vez, influiría en su bienestar mental y físico.

### La visión de sí mismo, del futuro y del mundo

Fue Beck quien pudo sintetizar estas tres dimensiones bajo el nombre de Tríada Cognitiva. Como referente del modelo del procesamiento de la informa-

**Tabla 3:** Coeficientes de correlación de Pearson y nivel de significación para las variables: Pensamiento Constructivo, Emotividad, Eficacia, Pensamiento Supersticioso, Rigidez, Ilusión, Visión de Sí Mismo, Visión del Mundo y Visión del Futuro. N= 54.

		Edad	Inventario de la Tríada Cognitiva			
			Visión de Sí Mismo	Visión del Mundo	Visión del Futuro	
Inventario de Pensamiento Constructivo	Pensamiento Constructivo	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	,202 ,144	,482(**) ,000	,451(**) ,001	,593(**) ,000
	Emotividad	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	,272(*) ,047	,492(**) ,000	,323(*) ,017	,511(**) ,000
	Eficacia	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	-,042 ,784	,254 ,064	,378(**) ,005	,481(**) ,000
	Pensamiento Supersticioso	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	-,176 ,204	-,538(**) ,000	-,117 ,401	-,308(*) ,024
	Rigidez	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	-,053 ,702	-,088 ,526	-,132 ,342	-,155 ,263
	Ilusión	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	-,168 ,224	-,046 ,742	,272(*) ,046	,112 ,419
Inventario de la Tríada Cognitiva	Visión de Sí Mismo	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	-,064 ,644	--	--	--
	Visión del Mundo	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	,198 ,173	--	--	--
	Visión del Futuro	Correlación de Pearson Sig. (bilateral)	-,173 ,210	--	--	--

\*\* La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

\* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

ción, consideró que el hombre construye activamente la realidad mediante la selección, codificación, almacenamiento y recuperación de la información del medio. La información sobre el mundo y sobre el sí mismo experimenta transformaciones cognitivas, repercutiendo en las respuestas emocionales como conductuales del propio sujeto, de modo que se produce una interdependencia entre cognición, emoción y conducta, (Belloch, 1995).

Beck usa el término de esquemas para explicar cómo las actitudes y creencias disfuncionales están representadas en la mente afectando el procesamiento de la información. Estas estructuras cognitivas son definidas por Beck y Clark (1978), como estructuras funcionales de representaciones relativamente duraderas del conocimiento y la experiencia anterior. Estos esquemas, influyen en la manera de procesar y organizar la información, dirigen la percepción, codificación, organización, almacenamiento y recuperación de la información, de modo que la información que sea consistente con los esquemas se elabora y codifica, en tanto la información que sea inconsistente se la ignora y se la olvida. Los esquemas más distorsionados o idiosincráticos se utilizan de manera rápida y no intencionada, desplazando a los más adaptativos. Estos esquemas producen lo que Beck denomina «pensamientos automáticos», los cuales van a influir en sentimientos y conductas posteriores.

Una vez activados los esquemas depresógenos estos influyen en el procesamiento de la información actuando como filtros cognitivos a través de los cuales se sintetiza, percibe, interpreta y recuerda la realidad. La actuación de tales esquemas reflejan ciertos errores sistemáticos en la forma de procesar la información (Beck, Rush, Shaw y Emery, 1983) en donde es característico: inferencias arbitrarias, sobregeneralización, abstracción selectiva, maximización y minimización, personalización, y pensamiento dicotómico y absolutista. Conviene resaltar que si bien estas operaciones son evidentes en todas las personas, en la depresión ocurren con un mayor grado y son congruentes con el contenido disfuncional de los esquemas. Tales operaciones cognitivas conducen en la depresión al tipo de cogniciones que forman la **Tríada Cognitiva Negativa** que se expresan en forma de pensamientos o imágenes automáticos y que constituyen el diálogo interno del individuo.

## La tríada cognitiva

Las operaciones cognitivas conducen en la depresión a un tipo de cogniciones características que forman la tríada cognitiva negativa. Estas cogniciones se

diferencian de los esquemas porque tienen correlatos observables, se expresan en forma de:

- a. Pensamiento o imágenes voluntarias.
- b. Pensamientos automáticos: ideas o imágenes estereotipadas de aparición repetitiva que no son fácilmente controlables y parecen plausibles al individuo en el momento en que ocurren.

Ambos tipos comprenden el diálogo interno del individuo, de manera que son relativamente accesibles a la conciencia e interfieren en las actividades que realiza el sujeto así como en su estado de ánimo.

La tríada cognitiva negativa implica patrones cognitivos que inducen a una visión idiosincrática negativa de sí mismo, sus experiencias y su futuro. La visión negativa que el sujeto tiene de sí mismo lo lleva a considerarse torpe, inútil, indeseable, con escasa valía o defectuoso, atribuyendo sus experiencias desagradables a una anomalía física, psíquica o moral y pensando que no posee los atributos esenciales para alcanzar alegría y felicidad y que es culpable de todas las circunstancias negativas que le rodean.

El depresivo considera que el mundo le presenta obstáculos insuperables para lograr sus metas y le hace demandas exageradas. Interpreta sus experiencias en términos de frustración o derrota, estableciendo su interacción con el mundo que le rodea siempre en una dirección negativa, lo que le lleva a considerar que el mundo está desprovisto de interés, gratificaciones o alegrías.

A consecuencia de su visión negativa del futuro, el depresivo, anticipa que sus sufrimientos y dificultades actuales se extenderán indefinidamente en el tiempo y que ningún aspecto negativo que experimenta en el presente podrá modificarse en el futuro a no ser para aumentar sus dificultades, siendo su resultado la desesperanza.

Es importante destacar que de estas tres dimensiones que componen la tríada cognitiva (yo, mundo, futuro), no son independientes, ya que los dos últimos se refieren a aspectos del yo. La visión negativa del futuro se refiere en realidad a la visión negativa del futuro del yo (de la persona depresiva), no del futuro de otras personas o de la humanidad en general. Lo mismo ocurre con la visión negativa del mundo, no es referido al mundo en general, sino que refiere al propio individuo deprimido.

## Objetivos

1. Explorar la relación existente entre Pensamiento Constructivo y la Tríada Cognitiva (Visión de Sí Mismo, Visión del Mundo y Visión del Futuro) en una mues-

tra de alumnos ingresantes en la carrera de Psicología de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Nacional de San Luis.

2. Comprobar si, en los resultados que se obtengan mediante la aplicación de los instrumentos a utilizar, existen diferencias atribuibles al sexo de los estudiantes.
3. Explorar las posibles relaciones de las variables estudiadas con la edad de los sujetos.
4. Contribuir, en la medida de lo posible, a la comprensión y esclarecimiento de la problemática del ingresante universitario.

## **Hipótesis**

H1: La escala de Pensamiento Constructivo presentará una correlación positiva con cada una de las dimensiones de la Tríada Cognitiva (Visión positiva de Sí Mismo, del Mundo y del Futuro).

H2: La escala de Emotividad correlacionará positivamente con las dimensiones Visión de Sí Mismo y Visión del Futuro de la Tríada Cognitiva.

H3: La escala de Eficacia correlacionará positivamente con cada una de las tres dimensiones de la Tríada Cognitiva (Visión positiva de Sí Mismo, del Mundo y del Futuro).

H4: La escala de Pensamiento Supersticioso correlacionará negativamente con las dimensiones Visión de Sí Mismo y Visión del Futuro de la Tríada Cognitiva.

H5: La escala de Rigidez correlacionará negativamente con cada una de las dimensiones de la Tríada Cognitiva (Visión positiva de Sí Mismo, del Mundo y del Futuro).

H6: La escala de Ilusión correlacionará positivamente con la dimensión Visión del Mundo y Visión del futuro de la Tríada Cognitiva.

H7: Las variables estudiadas presentarán diferencias de media significativas respecto al sexo.

## **Método**

## 1. Diseño

El diseño de esta investigación es de tipo descriptivo con el propósito de indagar las relaciones entre los factores.

## 2. Muestra

La muestra estuvo integrada por 64 alumnos que cursan la asignatura de Psicología General dictada en el primer año de la carrera de Licenciatura en Psicología de la Universidad Nacional de San Luis. Se trata de una muestra no probabilística, accidental, dado que se solicitó que participara un grupo determinado de alumnos que estaban dispuestos a colaborar.

Del total de la muestra se tuvo que eliminar 10 casos debido a que: sus protocolos fueron mal completados y/o la evaluación del Inventario de Pensamiento Constructivo señaló su invalidez. Por lo tanto la muestra definitiva estuvo conformada por 31 personas de sexo femenino y 23 de sexo masculino.

La edad promedio de las mujeres es de 22,45 con una desviación estándar de 9,04 y la media de los hombres es de 22,52 con una desviación estándar de 4,58. La edad promedio de la muestra es de 22,48 con una desviación estándar de 7,41. Resulta necesario aclarar que el grupo que compuso la muestra pertenecía a una clase de trabajos prácticos que se dicta en horas de la tarde; asisten a él mayoritariamente personas que trabajan, por este motivo se evidenciaron edades promedio superiores a la media de los ingresantes de la carrera de psicología.

## 4. Instrumentos de medición

**4.a Inventario de pensamiento constructivo (CTI)**, de S. Epstein. Está integrado por 108 ítems, los que pueden contestarse sobre la base de cinco opciones de respuestas: en total desacuerdo, en desacuerdo, neutral, de acuerdo, totalmente de acuerdo. El instrumento evalúa tres niveles de generalidad: el nivel general consiste en una escala global, el siguiente nivel lo componen las seis escalas principales que miden las formas básicas de pensamiento constructivo o destructivo (emotividad, eficacia, pensamiento supersticioso, rigidez, pensamiento esotérico, ilusión). Cada una de estas escalas está compuesta por sub-escalas que forman el tercer nivel de generalidad. También se incluyen dos escalas de validación, la de Deseabilidad y Validez.

**4.b Inventario de la Tríada Cognitiva (CTI)**, de Beckham, Leber, Watkins, Boyer y Cook, adaptado por Bas Ramallo y Navia (1994). Consta de 36 ítems que evalúan: *la visión de sí mismo, la visión del futuro, y la visión del mundo*. Cada ítem brinda siete posibilidades de respuestas: totalmente de acuerdo, moderada-

mente de acuerdo, ligeramente de acuerdo, neutro, ligeramente en desacuerdo, moderadamente en desacuerdo, totalmente en desacuerdo. En donde, cuanto más bajo es el índice algebraico obtenido, tanto mayor es la visión negativa de la dimensión y cuanto más alto, tanto más positiva.

## **5. Procedimiento**

Los instrumentos se administraron en forma colectiva a la totalidad de los sujetos. Se llevó a cabo al finalizar una clase, en donde se distribuyeron los dos formularios y se les dio a los alumnos las mismas explicaciones propuestas en cada instrumento. Se insistió que la tarea debía ser individual.

Los sujetos podían optar colocar su nombre o su pseudónimo con la finalidad de resguardar la confidencialidad de los resultados y brindarles la posibilidad de que fueran informados de los resultados en forma individual si así lo deseaban.

## **6. Procedimientos estadísticos**

Para el análisis de los datos se calcularon estadísticos descriptivos (media, desviación estándar, percentiles, asimetría, curtosis, valores mínimos y máximos), prueba t de Student (para establecer la existencia de diferencias significativas entre hombre y mujeres) y para indagar la existencia de asociación o correlación y su intensidad se aplicó el coeficiente de Correlación de Pearson para cada una de las variables consideradas en cada hipótesis.

## **Resultados**

### **1. Estadísticos descriptivos**

En la Tabla 1 se observa que la edad promedio del grupo con el que se trabajó es de 22,48 años con una desviación estándar de 7,41, por lo que considerando los valores de asimetría y de curtosis se puede afirmar que la muestra concentró sus valores en el extremo inferior del recorrido de la variable. Esto se corrobora observando que el 75% de los sujetos tienen edades comprendidas entre 18 y 23 años.

En cuanto a la escala de Pensamiento Constructivo la media (46,03) se ubica en la mitad del rango de la variable, su dispersión de puntajes, la asimetría y su curtosis señalan que es una variable que tiene homogeneidad en sus valores, agrupándose los valores sensiblemente por debajo de la mitad del recorrido de la variable. Lo propio sucede con la variable Emotividad pero el índice de asimetría

refleja que sus puntajes tienden a concentrarse algo por encima del punto medio del recorrido de la variable.

La característica principal de la escala de Eficacia es que tiene una desviación estándar de 10,75 y su curtosis es de -0,676 lo que refleja que su distribución es bastante heterogénea. Las variables de Pensamiento Supersticioso, Rigidez y Esoterismo conservan una característica en común: la concentración de puntajes ligeramente desplazada del valor medio del recorrido de la variable, lo que indica que toman valores algo mayores que el valor medio del recorrido de la variable. La distribución de puntajes para Pensamiento Supersticioso es más bien heterogénea, según lo indican los valores de desviación estándar 9,38 y de curtosis -0,393. Respecto a Ilusión, su media 51,77 se encuentra ubicada en la mitad del recorrido de la variable, su desviación estándar 9,42 y su curtosis -0,896 indican que sus puntajes se encuentran algo dispersos por lo que hay cierta heterogeneidad en cuanto a los valores.

En relación a las variables que componen la Tríada Cognitiva, la Visión de Sí Mismo toma valores mínimos negativos en el extremo inferior de la variable, en tanto la media 6,68 se ubica por encima de la mitad del recorrido de la variable, siendo su desviación estándar 7,85 y su curtosis 0,631, lo que señala concentración y homogeneidad en sus valores. En el caso de Visión del Mundo y Visión del Futuro los valores estadísticos señalan que los puntajes de los sujetos tienen una considerable dispersión y por lo tanto heterogeneidad. Sus valores se concentran ligeramente por sobre la mitad del recorrido de la variable, al igual que sucede con la Visión de Sí Mismo.

## **2. Diferencia de medias**

A continuación se exponen los resultados obtenidos mediante la aplicación de la prueba t de Student con el propósito de comprobar la existencia de diferencias significativas entre las puntuaciones medias que arrojan la muestra de mujeres y la de los varones en el Inventario de Pensamiento Constructivo, en el Inventario de la Tríada Cognitiva y la edad.

No se han encontrado diferencias de medias significativas en las variables estudiadas, salvo en cuanto a la Visión de Sí Mismo, en donde las mujeres tienen una media significativamente inferior respecto de la obtenida por los varones.

## **3. Índices de correlación**

En la **tabla 3** se observa:

- Una correlación positiva altamente significativa, moderada en su intensidad, entre la escala de Pensamiento constructivo y las dimensiones Visión de sí mismo, Visión del mundo y Visión del futuro, por lo que la Hipótesis 1 se confirma.
- Una correlación positiva moderada en su intensidad y altamente significativa entre la escala de Emotividad y las dimensiones Visión de Sí Mismo y Visión del Futuro, en tanto con la variable Visión del Mundo la correlación es significativa y positiva de baja intensidad, por lo que la Hipótesis 2 se corrobora.
- Una correlación positiva, moderada en su intensidad, y altamente significativa entre la escala de Eficacia y la dimensión Visión del Futuro, en tanto que la correlación entre Eficacia y Visión del Mundo es positiva, altamente significativa y baja en su intensidad, no existiendo correlación entre Eficacia y la dimensión Visión de Sí Mismo; por lo que la Hipótesis 2 se confirma parcialmente.
- La existencia de una correlación negativa moderada en su intensidad y altamente significativa entre la escala de Pensamiento Supersticioso y la dimensión Visión de Sí Mismo, en tanto que existe una correlación negativa significativa, de baja intensidad, entre Pensamiento Supersticioso y la Visión del Futuro, no existiendo significación estadística en los coeficientes de correlación entre las variables Pensamiento Supersticioso y la dimensión Visión del Mundo, por lo que la Hipótesis 4 se confirma.
- La inexistencia de significación estadística en los coeficientes de correlación entre las variables de Rigidez y las dimensiones de Visión de Sí mismo, Visión del Mundo y Visión del Futuro. Lo que desestima lo planteado para la Hipótesis 5.
- Una correlación positiva significativa y baja en su intensidad entre la escala de Ilusión y la dimensión Visión del Mundo, en tanto que no existe una reciprocidad significativa entre la escala de Ilusión respecto a la dimensiones Visión del Mundo y Visión del Futuro, por lo que la Hipótesis 6 se confirma parcialmente.
- La presencia de una correlación positiva significativa aunque baja en su intensidad entre la escala de Emotividad y la variable edad.

## Discusión

---

<sup>1</sup> Es oportuno señalar que a pesar de estar en oferta, el precio de venta varía hasta un doscientos por ciento, según el puesto de venta. En otras palabras podemos llegar a pagar entre ocho y diecisiete pesos.

En los resultados anteriormente señalados se puede observar que las medias de las variables revelan la existencia, en cuanto a la medición del Inventario de Pensamiento Constructivo, de valores más altos para las escalas de Rigidez y Esoterismo. Esto sugiere, según lo expresa S. Epstein (1994), que existe en la muestra una leve tendencia hacia un pensamiento automático de carácter destructivo que influye en la interpretación que las personas hacen de los acontecimientos, sentimientos y conductas. Esta modalidad de pensamiento tiene como característica ser rígido, tendiendo a agrupar las experiencias en grandes categorías y con preferencia a buscar soluciones simplistas basándose en los propios prejuicios a la vez que existe una tendencia a creer en supersticiones, lo que alude a una carencia de pensamiento crítico y una excesiva confianza en sus intuiciones. En tanto que en las dimensiones del Inventario de la Tríada Cognitiva se hallaron valores más altos en la Visión de Futuro, y más bajos en la Visión de Sí Mismo, lo que según Beck y Clark (1978) y Beck, Rush, Shaw y Emery, (1983) indicaría que los estudiantes, a pesar de las dificultades personales, estiman que el futuro brinda posibilidades para la superación de las mismas, no obstante tienden a considerarse a sí mismos como carentes de habilidades para alcanzar la alegría y la felicidad y responsables de las circunstancias negativas que se les presentan.

No se encontraron diferencias de media significativas entre los valores obtenidos en cada una de las variables del Inventario de Pensamiento Constructivo respecto al sexo. En el caso del Inventario de la Tríada Cognitiva se observó que las mujeres tienden hacia una Visión de sí mismas ligeramente más desfavorable que la que poseen los hombres.

Se halló una correlación significativa entre la edad y la escala de Emotividad. Esto sugiere que, si bien no se presentó correlación entre la Edad y el Pensamiento Constructivo, se comprobó en parte lo sugerido por Epstein (1994) quien propone que los mayores suelen ser mejores pensadores constructivos que los jóvenes dado que la escala de Emotividad es la que más se relaciona con la escala global.

La correlación positiva entre el Pensamiento Constructivo y las dimensiones: Visión de Sí Mismo, Visión del Mundo y Visión del Futuro sugiere que aquellos estudiantes que se caracterizan principalmente por adaptar sus modos de pensar a las situaciones que se les presentan con la finalidad de actuar del modo

---

<sup>2</sup> Un texto de similares características, el *Diccionario de lingüística moderna*, sí incorpora dichas referencias. Este aporte no sólo hace posible localizar los fragmentos en sus textos de origen sino que, además, permite contextualizar y ampliar las categorías propuestas en el diccionario por sus autores Alcaraz Varó y Martínez Linares (1997).

más apropiado (es decir, hacer un uso eficaz del potencial intelectual que disponen en donde sus cogniciones están orientadas automáticamente de modo constructivo) poseen una tendencia a considerarse personas deseables, hábiles, útiles, con una valoración positiva de ellos mismos, percibiendo al mundo que les rodea de una forma objetiva, reconociendo que en él existen obstáculos que pueden ser superados mediante un esfuerzo razonable con el que se alcanzarán las gratificaciones que esperan; en cuanto al futuro, evitan anticiparse a sufrimientos y desgracias sobre los que no tienen certeza manteniendo la esperanza de un mejor porvenir. Esto confirma lo postulado por Seymour Epstein (1994), quien afirma que los sujetos con puntajes elevados en Pensamiento Constructivo son habitualmente optimistas y se aceptan bien a sí mismos y a los demás.

Goleman (1996), decía que la inteligencia emocional se refiere a la capacidad de sentir, entender, controlar y modificar los estados emocionales de modo que el uso intencional de las emociones se puede utilizar con la finalidad de ayudar a guiar el comportamiento y mejorar los resultados. La correlación positiva hallada entre la escala de Emotividad y las dimensiones Visión de Sí Mismo, Visión del Mundo y Visión del Futuro permite inferir que aquellos estudiantes que tienen una concepción positiva de sí mismos, que se valoran tal como son, que piensan que cuentan con los atributos necesarios para alcanzar el éxito; que tienen una percepción optimista del mundo, percibiéndolo de modo objetivo, reconociendo en él la existencia de obstáculos que pueden ser superados con cierto esfuerzo; y que conciben al futuro como una posibilidad de superar sus dificultades actuales, exhiben una propensión a enfrentarse a situaciones difíciles, potencialmente estresantes, considerándolas como un desafío en lugar de sentir temor, experimentando menos estrés y no siendo sensibles a los errores propios, a las críticas y a los rechazos de los demás. Este resultado era esperable dado que Epstein (1994) señala que la escala de Emotividad se encuentra conformada por cuatro sub-escalas entre las que se encuentra la de Autoestima, constructo estrechamente vinculado a la dimensión de Visión de Sí Mismo en el Inventario de la Tríada Cognitiva.

Se observó también la existencia de correlaciones positivas entre la escala de Eficacia y las dimensiones Visión del Futuro y Visión del Mundo no existiendo correlación entre Eficacia y la dimensión Visión de Sí Mismo. Estos hallazgos sugieren que los estudiantes que tienen un patrón de pensamiento que se orienta a encontrar soluciones realistas a sus problemas a través de la planificación y la reflexión con el objetivo de enfrentar las situaciones dificultosas, en lugar de obsesionarse en cómo proceder, consideran que el futuro les brinda posibilidades para superar sus dificultades actuales, no considerando que sus sufrimientos o

problemas se extenderán indefinidamente en el tiempo, en tanto que reconocen que el mundo no presenta obstáculos insuperables para lograr sus metas, estableciendo con él una interacción en términos positivos y en consecuencia considerando que el mundo les puede brindar alegrías y satisfacciones. Estos resultados eran esperados ya que la escala de Eficacia está conformada por tres sub-escalas entre las que se encuentra el Pensamiento Positivo, siendo que esta sub-escala comparte algunas características propias de las dimensiones de Visión del Mundo y Visión del Futuro en su sentido positivo, como por ejemplo, el enfatizar el aspecto positivo de las situaciones que vivencian y convertir las tareas desagradables en lo menos penosas posibles (Epstein 1994).

Goñi Zabala (1999) expresa que las capacidades y hábitos de pensar influyen en las posiciones constructivas y destructivas respecto al tratamiento de las situaciones o de la información en general. En este sentido, Seymour Epstein señala dos formas principales de pensamiento destructivo: Pensamiento Supersticioso y Rigidez o pensamiento categórico. La existencia de una correlación negativa entre la escala de Pensamiento Supersticioso y las dimensiones de Visión de Sí Mismo y Visión del Futuro permite inferir que los estudiantes pesimistas con tendencias a deprimirse se aferran a supersticiones privadas, como por ejemplo creer que si uno desea mucho que algo suceda impedirá que pase y tienden a percibir al mundo como un lugar amenazante que presenta obstáculos insuperables para lograr sus metas, lo que los lleva a considerar que el mundo no posee interés o gratificaciones. Así mismo existe una tendencia a pensar que el futuro tiene un panorama negativo y que ningún problema podrá ser superado o modificado. Por otro lado, la inexistencia de correlación entre las variables de Rigidez y las dimensiones de Visión de Sí Mismo, Visión del Mundo y Visión del Futuro, señala que en la muestra trabajada no existen relaciones significativas entre el pensamiento que se caracteriza por ser rígido, con tendencia a agrupar los hechos y las personas en grandes categorías dicotómicas, y la percepción que tengan los estudiantes acerca de su propia valía, de la valoración del mundo o de la visión del futuro.

Tanto Epstein (1994) como Goleman (1996) señalan la importancia del optimismo como motivador dado que el optimismo evita que la gente caiga en la apatía, la desesperanza o la depresión ante la adversidad, pero a la vez advierten que este optimismo debe ser realista, no ingenuo, dado que este último puede resultar en ocasiones catastrófico. La escala de Ilusión según Epstein (1994) expresa las características de aquellas personas que son optimistas sin fundamentos. En este sentido se encontró que entre la escala Ilusión y la dimensión Visión del Mundo se evidencia una correlación positiva, en tanto que no existe

una reciprocidad entre Ilusión y la Visión del Futuro lo que revela que aquellas personas consideradas optimistas ingenuos u optimistas sin fundamentos (no relacionado con el optimismo razonable y adaptativo) tienden a ver al mundo como un lugar que ofrece posibilidades para acceder a gratificaciones y/o alegrías, ya que las dificultades que presentan pueden ser superadas con mayor o menor esfuerzo. En tanto que la inexistencia de relación con la Visión del Futuro no permite asegurar que vean a largo plazo posibilidades de goce o disfrute.

Desde el punto de vista metodológico, conviene recordar que la muestra no fue probabilística, ya que se trabajó con un grupo de sujetos que estaban dispuestos a colaborar por lo que existe la posibilidad de que no sea representativa de la población a la que pertenecen. Por otro lado, por razones presupuestarias, el tamaño de la muestra fue limitado dado que la evaluación informatizada del Inventario de Pensamiento Constructivo está restringida a un número de casos. Se advierte además que pudo influir en los resultados la extensión de las pruebas tomadas, principalmente el Inventario de Pensamiento Constructivo, ya que fueron tomadas luego de un módulo de clase y fatigó a un grupo de alumnos que expresó su disconformidad en este sentido.

## **Conclusiones y sugerencias**

Como resultado de este trabajo, se concluye que existe una correlación positiva de moderada intensidad entre la escala general de Pensamiento Constructivo y las dimensiones de la Tríada Cognitiva al igual que entre Emotividad y las dimensiones Visión de Sí Mismo y Visión del Futuro.

En cuanto a la escala Eficacia se observó ausencia de correlación con Visión de Sí Mismo, una correlación positiva de baja intensidad con la Visión del Mundo y una correlación positiva de moderada intensidad con la dimensión Visión del Futuro. La escala Pensamiento Supersticioso presenta una correlación negativa de moderada intensidad con Visión de Sí Mismo y negativa de baja intensidad con la Visión del Futuro.

La escala Rigidez no presenta correlaciones con ninguna de las dimensiones de la Tríada Cognitiva. En tanto que la escala Ilusión presenta una correlación positiva de baja intensidad con la Visión del Mundo, no presentando correlación con la dimensión de Visión del Futuro.

La edad presentó una correlación positiva de baja intensidad con la escala de Emotividad en tanto que fue inexistente la correlación con el resto de las variables tenidas en cuenta.

Se señala además que existe una diferencia significativa en los puntajes obtenidos por las mujeres y los varones respecto a la dimensión Visión de Sí Mismo, en tanto que es inexistente en el resto de las variables consideradas.

Se sugiere como línea de investigación a futuro la profundización de las posibles relaciones existentes entre el Pensamiento Constructivo y el Afrontamiento a situaciones estresantes, así como con las características de personalidad de los sujetos.

## Referencias Bibliográficas

- Bas Ramallo, F. y Navia, V. (1994). "Terapia cognitivo-conductual de la depresión: un manual de tratamiento". Madrid. Fundación universidad-empresa.
- Beck, A. T., y Clark, D. A. (1978). "Anxiety and depression": An information processing perspective. *Anxiety Research*, 1, 23-36.
- Beck, A. T.; Rush, A. J.; Shaw, B. F., y Emery, E. (1983). "Terapia cognitiva de la depresión". Bilbao: DDB.
- Belloch A. y otros, (1995). "Manual de psicopatología". Volumen II, cap XI. Editorial McGraw-Hill.
- Epstein, S. (1994). "Integration of the cognitive and psychodynamic unconscious". *American Psychologist*, 49, 709-724.
- Epstein, S. (1998). "Constructive Thinking: The key to emotional intelligence". Westport, CT: Praeger Publishers.
- Goleman, D. (1996). "La inteligencia emocional". Primera Edición. Barcelona. Javier Vergara Editor S.A.
- Goñi Zabala, J.J (1999), «El cambio son personas. La dirección de los procesos de cambio». Madrid: Díaz de Santos.
- Mayer, J.D. & Salovey, P. (1993). "The intelligence of emotional intelligence". *Intelligence* nº 17, 433-442.