

## OPTIMISMO EN EL ADOLESCENTE

### *Adolescent's Optimism*

Nijme Pia Sara Morcos Gonzales\*

#### Resumen

*El propósito del estudio fue presentar los diferentes artículos originales publicados sobre el optimismo en el adolescente, los diferentes enfoques, las áreas de investigación y los instrumentos utilizados. Las búsquedas se realizaron en Dialnet, PsycNet, Pubmed y Science Direct, espacios que permitieron obtener una muestra de 16 artículos de investigación de carácter empírico que presentan el tema de optimismo. Debemos mencionar que no encontramos evidencia de sesgo en las publicaciones.*

*Del análisis realizado, se logró evidenciar la escasa información científica que se tiene sobre los niveles de optimismo en la etapa adolescente, sobre todo en nuestra realidad peruana; debemos mencionar que dentro de los artículos descartados pudimos evidenciar estudios en poblaciones universitarias por encima de los 17 años de edad, así como también en realidades culturales diferentes a las de Latinoamérica; por lo que incluimos artículos originales de países como Colombia, Chile y México, países europeos como Barcelona, Italia y España. Aun así, consideramos insuficiente la información que se logró encontrar sobre las prácticas de optimismo en el adolescente peruano.*

*Asimismo, en cuanto a las revisiones de tipo correlacional, podemos mencionar que los niveles de optimismo se han relacionado a bienestar psicológico, resiliencia, autoestima y autoeficacia en el área clínica; asimismo a nivel educativo, se ha relacionado los niveles de optimismo con el rendimiento académico en general y la eficiencia en atletas de alto rendimiento. Finalmente se hace evidente la necesidad de incrementar los estudios en este grupo etario por considerar un área de importante promoción de la salud y prevención de poblaciones en riesgo.*

**Palabras clave:** Optimismo, adolescencia, resiliencia, autoestima, bienestar psicológico, rendimiento académico y autoeficacia

#### Abstract

*The purpose of the study was to present the different original articles published on adolescent optimism, the different approaches, the research areas and the instruments used. The searches were carried out in Dialnet, PsycNet, Pubmed and Science Direct, spaces that allowed us to obtain a sample of 16 empirical research articles that present the topic of optimism. We should mention that we found no evidence of one-sidedness in the publications.*

*From the analysis carried out, it was able to show the scarce scientific information about optimism levels in the adolescent stage, especially in our Peruvian reality, we must mention that among the discarded articles we could show studies in university populations above 17 years of age, as well as in different cultural realities within Latin America in countries like Colombia, Chile and Mexico; European countries like Barcelona, Italia y España; The information that was found on the practices of optimism in the Peruvian adolescent was insufficient. On the other hand, in relation to the correlational type reviews we can mention that the levels of optimism have been related to psychological well-being, resilience, self-esteem, self-efficacy in the clinical area; also at the educational level, optimism levels have been related to overall academic performance and performance in high performance athletes. Finally, the need to increase studies in this age group is evident because it considers an area of important health promotion and prevention of populations at risk.*

**Keywords:** Optimism, adolescence, resilience, self-esteem, psychological well-being, academic performance and self-efficacy.



Para utilizar este artículo debe incluir:  
Autor / Título / ISSN.

\* Maestranda en Psicología con mención en Psicología Clínica y de la Salud por la Universidad Femenina del Sagrado Corazón. Docente de UNIFE. nijmemorcosg@unife.pe, Lima - Perú.  
ORCID: 0000-0001-8392-5559

## INTRODUCCIÓN

La adolescencia forma parte de una de las etapas del desarrollo humano que ha venido cobrando cada vez mayor interés en los estudios de investigación a nivel mundial, si a ello le sumamos las conocidas crisis y retos que nos menciona la literatura académica, de aquellos rasgos que podemos encontrar en nuestros adolescentes, generan gran interés en nosotros; por otro lado, observamos la llegada intercultural de fenómenos sociales arraigados a otras culturas orientales, tanto en el idioma, como canciones, videos e incluso costumbres que nuestros adolescentes peruanos hacen suyos; adicional a ello, observamos el crecimiento de la comunicación digital y acercamiento de las redes sociales en nuestros adolescentes y es en este marco donde nos preguntamos acerca del optimismo adolescente, ¿cómo se encuentra desarrollado en la literatura académica y qué instrumentos se han venido utilizando para el estudio de este constructo?

Por otro lado, el Duodécimo Programa General del Trabajo lleva por nombre: “No solo la ausencia de enfermedad” y es que los estudios más recientes sobre psicología, han buscado dar un enfoque diferente hacia una definición mucho más amplia de la salud, donde cobra importancia el estado de completo bien – estar tanto físico, mental y social; ese goce máximo del grado de salud que se pueda lograr y donde los derechos fundamentales están arraigados por naturaleza en todos los seres humanos sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica y/o social (OMS, 2019).

El enfoque positivo de la psicología busca desde sus orígenes este concepto de la salud; donde debemos incluir el optimismo disposicional como: “[...] *Aquel rasgo de personalidad estable, consistente en el tiempo e independiente de las situaciones...*[...]”. (Schou, Ekeberg, Sandvik y Ruland, 2005, p. 148 - 154); por otro lado, Carver y Scheier (2014) proponen tratar el optimismo-pesimismo como, única dimensión, ya que sugieren, que el trabajar con la bidimensionalidad optimismo – pesimismo no genera mayor beneficio al estudiarlo.

Christopher Peterson de la Universidad de Michigan destaca el optimismo como una de las variables más representativas en el ámbito de la psicología positiva, (Peterson, 2000). Definiendo

el optimismo disposicional como aquella tendencia personal a evaluar de manera positiva la ocurrencia o no de eventos futuros posibles, siendo ésta una característica estable que genera la tendencia a persistir en una tarea y lograr el éxito al dirigirse a la meta. (Carver, Scheier y Segerstrom, 2010). Por otro lado, Seminario (2016) concibe el optimismo como el sentimiento de bienestar subjetivo y las razones para vivir, rasgo y actitud tan importante dentro de la prevención y promoción a la vida, frente a tendencias suicidas en el adolescente, que se encuentra en una etapa de vida donde se busca reevaluar y terminar de formar su identidad, tanto en sus pensamientos, puntos de vista, criterios y maneras de observar la realidad, al generar un juicio crítico al respecto, donde se puede ver en riesgo el autoconcepto de la persona, la valía personal, entre otros rasgos y criterios que forman la personalidad y el temperamento.

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud, refiere que la mitad de todos los trastornos de salud mental en la edad adulta se comienzan a manifestar a la edad de 14 años, sin embargo, la gran mayoría de los casos, no son detectados ni mucho menos tratados. (OMS, 2019). Esta afirmación es respaldada en la óptica de cambios físicos y sexuales, presentes en esta crucial etapa de vida, así como también, época de transición hacia la independencia social y económica, el desarrollo y formación de la identidad donde la adquisición de aptitudes necesarias para establecer relaciones adultas, asumiendo funciones y responsabilidades con madurez, frente al desarrollo psico neurológico de las capacidades de razonamiento abstracto se ven interferidas las unas a las otras. (OMS, 2019).

Es en este contexto, donde damos una mirada preventiva y promocional de la salud mental, enraizada en una economía en crecimiento, dentro de un país subdesarrollado como el nuestro, el peruano; donde el profesional en salud mental, busca despertar el interés de nuestras autoridades mostrando los determinantes sociales en los que vivimos y tratando de incrementar la dirección de los recursos económicos hacia esta área; sólo vasta abrir nuestro periódico de noticias en el día a día, prender la radio, activar la televisión en el noticiero matutino y abrir nuestras puertas de casa, caminando, mientras miramos nuestras calles y escuchamos las necesidades de nuestra población,

para darnos cuenta lo importante que resulta el dar una mirada optimista a la vida.

Recuerdo que hace poco, cuando cantábamos canciones a la Patria, luciendo en nuestra camiseta la blanquirroja, tras luego de muchos años vivir un mundial en el deporte del fútbol; ver orgullosos el paso de los Panamericanos y Para panamericanos siendo el Perú sede de los juegos. Pudimos ver jóvenes, en quienes despertaban una actitud optimista, sin embargo, es importante precisar que el optimismo debe estar más centrado en la expectativa de logro personal (individual y/o grupal) en lugar de vivir el optimismo a partir del triunfo de otros.

Asimismo, en el contexto de la presentación de los estudios sobre la “Situación de la salud mental en el Perú” que el Director Ejecutivo de la Oficina de Apoyo a la Investigación y Docencia Especializada del Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado – Hideyo Noguchi”, Dr. Javier Saavedra, sugiere la temática del “optimismo” como una dimensión a estudiar dentro de las nuevas tendencias en el adolescente; considerando la etapa de la adolescencia entre los 12 a los 17 años. (Saavedra, 2018).

La OMS nos otorga una definición y conceptualización de la etapa adolescente considerada como:

El periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios, superado únicamente por el que experimentan los lactantes”. (OMS, 2019, p.1)

La misma Organización Panamericana de la Salud coloca la adolescencia como una población en riesgo, el Banco Mundial nos reporta año a año como crece la tasa de mujeres adolescentes embarazadas y constantemente exhorta a los jóvenes a pensar en las decisiones adolescentes ya que aquí se tiene la verdadera fuerza económica de un país. (Banco Mundial, 2018)

En base a lo expuesto, consideramos pertinente realizar una revisión sistemática de los diferentes

artículos originales que se han venido publicando en el avance teórico y los diferentes instrumentos de evaluación que se han creado para medir el nivel de optimismo en el adolescente en los últimos diez años.

## MÉTODO

Esta revisión tiene como objetivo describir los diferentes estudios originales que se han venido publicando en el periodo 2009 al 2019 dentro del tema optimismo; discriminando sólo los artículos que refieren el nivel de optimismo en el adolescente y los instrumentos que se han venido creando. Para ello se analizaron inicialmente 35 artículos publicados en revistas científicas internacionales centrados principalmente en Perú y Latinoamérica, en la última década.

La población de estudio se obtuvo de bases de datos internacionales (Science Direct, Pubmed y Dialnet). De esta población logramos extraer una muestra de 16 artículos de investigaciones empíricas sobre temas de optimismo; cabe mencionar que no se ha encontrado evidencia de sesgo de publicación, pues la investigación empírica utiliza fuentes de datos primarios, ayudándose de instrumentos de recolección de datos de carácter cuantitativo y/o cualitativo basados en la experiencia.

Estos artículos se emplearon para realizar un estudio de revisión, que comprende especificaciones acerca de las investigaciones empíricas realizadas: autor, diseño de investigación, características de la muestra, resultados y conclusiones obtenidas, así como los aspectos de optimismo que recoge el estudio de investigación y los diferentes instrumentos que se han venido elaborando.

## RESULTADOS

Los 16 estudios empíricos seleccionados fueron elaborados en los últimos diez años (2009 al 2019); podemos destacar que el último año de publicación fue en el 2016, cabe mencionar que uno de sus principales investigadores en el área el Dr. Charles Carver falleció el 22 de junio del 2019, tal como fue reportado por el Departamento de Psicología de la Universidad de Miami en su página web, luego de una batalla larga contra el cáncer.

Se aprecia una disminución de publicaciones, el año 2016 se han publicado la mayor cantidad de estudios empíricos sobre optimismo en el adolescente (24%); seguido del 2011 (18%), luego entre el 2012 y 2015 dos artículos publicado por año; finalmente es interesante mencionar que en el año 2010 y en el período 2017 al 2019 no registra publicaciones que cumpla con los criterios establecidos.

**Tabla 1**  
*Año de publicación del estudio*

Años	Frecuencia	Porcentaje
2019	0	0
2018	0	0
2017	0	0
2016	4	24
2015	2	13
2014	2	13
2013	2	13
2012	2	13
2011	3	18
2010	0	0
2009	1	6
Total	16	100

En referencia a los diseños que presentan los estudios, en primer lugar, tenemos los descriptivo correlacional con un 70% y un 30% restante a los estudios correlacionales causales, exploratorios, no experimentales, experimentales y predictivos correlacionales.

Los estudios empíricos identificados fueron desarrollados en los países: Colombia ha publicado tres estudios (19%), seguido de Perú, Chile y México que presentaron dos artículos cada país, con un total de 6 (39%), Netherlands presenta un estudio (6%). Debemos mencionar que si bien se priorizaron los estudios Latinoamericanos también hemos considerado un estudio de Irán (6%), y cinco dentro del Continente Europeo, tres realizados en

España (19%), uno en Italia (6%) y finalmente uno de Barcelona (6%).

**Tabla 2**  
*Lugar de Origen de las Investigaciones*

Instrumento	Frecuencia	Porcentaje
Colombia	3	19
España	3	19
Perú	2	13
Chile	2	13
México	2	13
Netherlands	1	6
Irán	1	6
Italia	1	6
Barcelona	1	6
Total	16	100

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

Si realizamos un análisis consensado de los resultados obtenidos, podemos mencionar que la mitad de los estudios se han realizado el 2016 y el 2011; asimismo se aprecia que a medida que avanzamos, se van perdiendo los reportes de estudios en este grupo etario, sin embargo, si revisamos las recomendaciones en las conclusiones y discusiones de estos, veremos que en el 80% sugieren la replicación en diferentes contextos culturales, asimismo encontramos entre los constructos relacionados al optimismo, su correlación con factores socioculturales, factores psicosociales y clínicos como por ejemplo felicidad, bienestar, ansiedad como rasgo clínico y el afrontamiento a un enfermedad.

Se hace necesario ampliar la investigación del constructo dentro de nuestra propia cultura, sabemos lo importante de las redes sociales en la etapa de la adolescencia, valdría la pena animarnos a revisar y ampliar nuestro conocimiento científico del optimismo como factor de soporte y factor causal en la toma de decisiones y por ende en la comunicación asertiva desde lo gestual, hasta lo emocional relevante en esta

etapa de maduración; invoco a colegas a unirnos en este crecimiento académico al mundo científico que genere la promoción de estilos de vida saludables que

involucren al optimismo en esta etapa de desarrollo como factor de soporte y sobre todo como factor de promoción de la salud física y mental.

**Tabla 3**  
*Optimismo en el adolescente: estudios incluidos*

Autor/Año	Diseño	Muestra	Instrumento	Objetivo	Resultados y Conclusiones
1 Castellano (2015)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	41 adolescentes oncológicos en remisión entre 13 y 20 años, en Barcelona	Escala de orientación vital revisado Life Orientation Test-Revised; LOT-R)	Relacionar optimismo y estrategias de afrontamiento en los peores momentos del proceso de la enfermedad.	70,7% de adolescentes se manifestaron optimistas en los peores momentos de su enfermedad.
2 Garcia (2016)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	72 atletas españoles: 33 hombres y 39 mujeres de alto rendimiento entre 13 y 16 años	Cuestionario LOT R	Determinar el optimismo, la autoeficacia y la competitividad en atletas adolescentes de alto rendimiento (relación y diferencias).	El optimismo se relaciona positivamente con la competitividad, y la autoeficacia general, la competitividad se relaciona de forma positiva con la autoeficacia general
3 González y Valdez (2013)	No experimental de corte transversal.	300 adolescentes mexicanos, 118 hombres y 182 mujeres entre 15 y 17 años.	Escala de optimismo para adolescentes mexicanos (González y Valdez, 2008)	Desarrollar y validar la escala de optimismo.	La escala presenta indicadores de validez y confiabilidad. Se propone la necesidad de continuar probando la escala en diferentes muestras.
4 González, Fuentes y Valdez (2012)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	Adolescentes hombres y mujeres (N = 300)	Cuestionario de optimismo-pesimismo (González y Valdez, 2008)	Analizar la relación entre optimismo/pesimismo y resiliencia	Los resilientes presentan mayor optimismo y menor pesimismo
5 Gustems-Carnicera, Calderón y Santacana (2016)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	357 estudiantes entre 18 y 43 años 88.3% mujeres y 11.7% hombres	Cuestionario LOT R	Examinar la relación entre el bienestar psicológico y el optimismo/pesimismo disposicional en una muestra de estudiantes universitarios	El optimismo está relacionado positivamente con el bienestar psicológico y negativamente con el malestar psicológico.
6 Londoño, Pérez y Velasco (2013)	Cuantitativa Correlacional Causal	411 participantes, 155 hombres y 256 mujeres entre los 15 y 70 años	Cuestionario de optimismo disposicional/ Pesimismo EOP: (Londoño y Pulido,2013)	Determinar si el estilo de afrontamiento, el optimismo disposicional, la depresión, la imagen corporal, el riesgo de padecer un trastorno de conducta alimentaria, el índice de masa corporal y la edad, en interacción, predicen la calidad de vida relacionada con la salud	La depresión y la insatisfacción con la imagen corporal afectan negativamente la calidad de vida, mientras que el optimismo disposicional afecta positivamente; además tanto la salud mental como padecer dolor merman la calidad de vida relacionada especialmente en adulto mayor.

7	Londoño, Velasco, Alejo, Botero y Venegas (2014)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	319 jóvenes, entre 12 y 18 años de ambos géneros, 138 padres y 19 maestros.	Cuestionario de optimismo disposicional (Londoño et al., 2013)	Relacionar optimismo disposicional y los factores psicosociales como el afrontamiento, la espiritualidad, los acontecimientos vitales estresantes y el optimismo disposicional en padres o familiares y maestros; tomando en cuenta los factores sociodemográficos (edad, nivel educativo, conformación familiar, género y estrato)	El afrontamiento mixto en jóvenes (búsqueda de soporte social, fantasía y auto culpa), sumado al afrontamiento mixto en los padres (solución de problemas y búsqueda de soporte social), predecían el optimismo disposicional en los jóvenes.
8	Oliden (2014)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	302 estudiantes de Lima, Perú, de ambos sexos, cuyas edades oscilan entre los 16 y 30 años 59,6% fueron varones y el 40,6% mujeres.	Cuestionario LOT R	Relacionar optimismo, depresión y ansiedad.	La correlación entre el LOT-R y la HHS-R resultó positiva, alta y significativa, mientras que con el inventario de depresión y ansiedad resultaron negativas, moderadas y significativas. Encontrará correlación entre optimismo – pesimismo como factor de personalidad, con rasgos de ansiedad y depresión
9	Ortiz, Gómez – Pérez, Cancino, Barrera – Herrera (2016)	Estudio exploratorio. Estudio cuasi-experimental	526 estudiantes chilenos	Cuestionario LOT R	Relacionar el Optimismo disposicional, bajo el enfoque de la psicología de la salud con el proceso salud – enfermedad; el estrés y las estrategias de afrontamiento hacia conductas saludables.	LOT-R es un instrumento válido y confiable, fácilmente utilizable en población chilena para medir el optimismo disposicional.
10	Pavez, Mena y Vera (2011)	Transeccional, correlacional, predictivo	711 personas de la ciudad de Santiago de Chile; entre los 18 y los 71 años de edad.	Cuestionario LOT R	Reconocer al Optimismo como factor protector de la ansiedad rasgo. Determinar diferentes factores protectores y de riesgo asociados a la ansiedad por lo que las personas respondieron a escalas de ansiedad, depresión, felicidad y optimismo; junto con factores sociodemográficos.	La depresión es un factor de riesgo para la ansiedad estado como rasgo. La felicidad se constituyó como factor protector para la ansiedad, mientras que el optimismo se evidenció como protector de la ansiedad rasgo.
11	Royo (2016)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	1885 alumnos españoles entre los 12 y 17 años	Batería de escalas de expectativas de control específicas de situaciones académicas (BEECESA)	Relacionar el sentirse optimista en la adolescencia y obtener lo que consideramos éxito en el ámbito escolar, es decir, obtener buenos resultados académicos y a su vez sentirse adaptados y ajustados al ambiente y tareas que se piden al alumnado desde el centro educativo.	Conforme ascienden en la educación secundaria, los índices de felicidad decrecen ligeramente entre curso y curso. Sin embargo, la medida de autoestima no sufre cambios significativos a lo largo de los cursos analizados.
12	Salgado (2009)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	134 varones y 141 mujeres de 15 a 18 años	Cuestionario LOT R	Establecer la relación que existe entre la felicidad, resiliencia y optimismo en estudiantes.	Existe una relación altamente significativa, a mayor resiliencia, mayor optimismo y mayor felicidad.

13	Sagone y De Caroli (2013)	Cuantitativo Descriptivo correlacional	130 adolescentes italianos: 70 varones y 60 mujeres entre los 13 y los 15 años.	Generalized Self-efficacy Scale. GSES (Sibilia, Schwarzer y Jerusalem, 1995)	Relacionar el optimismo y resiliencia, autoeficacia y estilo de pensamiento.	Se encontró que altos niveles de optimismo generan mayor nivel de resiliencia y autoeficacia.
14	Souri y Hasanirad (2011)	Estudio descriptivo correlacional	414 estudiantes de Tehran e Iran: 213 hombres y 191 mujeres.	Cuestionario LOT R	Relacionar la resiliencia, optimismo y bienestar psicológico	La resiliencia es un buen predictor del bienestar psicológico.
15	Sulkers, Fleer, Brinksma, Roodbol, Kamps, Tissing y Sanderman (2013)	Experimental	300 adolescentes entre 12 y 18 años con diagnóstico de Cáncer.	Youth life orientation test (YLOT)	Comparar los niveles de optimismo y pesimismo en adolescentes con cáncer y adolescentes sin el diagnóstico.	Los niveles de optimismo no variaron significativamente entre los grupos.
16	Vega y Torregroza (2012)	Cuantitativo descriptivo correlacional.	300 estudiantes, 155 mujeres y 145 hombres.	Cuestionario LOT R	Relacionar el optimismo y rendimiento académico	Se encuentra relación entre el optimismo y el rendimiento académico sobre todo con el género femenino

En referencia a los instrumentos de recolección de datos, el 100% de estudios ha utilizado cuestionarios y encuestas, siendo el país que más artículos publicó, Colombia en Latinoamérica y España en el continente europeo; cabe mencionar que se ha incluido enfoques clínicos como educativos y de la salud. Sin embargo, se hace evidente la falta de información científica en el rango de edad considerado dentro de la etapa adolescente; muchos de los enfoques definen la salud como la enfermedad y defienden una visión preventiva más que de promoción de la salud, inevitablemente generalizar los resultados de 16 estudios es riesgoso.

En segundo lugar, la diversidad de situaciones socioeconómicas en los países considerados desarrollados y subdesarrollados marcan diferencia sobre los estudios de optimismo, así como también hacen difícil la práctica terapéutica que conlleve a este cambio de actitud.

Los artículos de investigación empírica fueron obtenidos de bases de datos españolas (Science Direct,

Pubmed y Dialnet) lo que reduce la investigación a países mayoritariamente dentro de Latino América y España, reduciendo su aplicabilidad al resto de países. Los organismos internacionales sí suelen publicar sus documentos en varios idiomas, lo que facilita la investigación en este campo.

## REFERENCIAS

- Alarcon, G. M., Bowling, N. A. y Khazon, S. (2013). Great expectations: A metaanalytic examination of optimism and hope. *Personality and Individual Differences*, 54 (7), 821–827. Recuperado de <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.12.004>.
- Banco Mundial (2018) *Jóvenes que no estudian ni trabajan*. Recuperado de <https://www.bancomundial.org/es/news/feature/2018/03/17/brasil-estudio-jovenes-no-estudian-ni-trabajan-ninis-genero-pobreza>.

- Carver, Ch. y Scheier, M. (2014). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 18(6). Recuperado de: <http://ScienceDirect.com>
- Carver, Ch., Scheier, M. y Segerstrom S. (2010) *Optimism*. Recuperado de: <http://ScienceDirect.com>
- Londoño, C., Velasco, M., Alejo, I., Botero, P. y Vanegas, I. (2014) ¿What makes us optimistic? Psychosocial factors as predictors of dispositional optimism in young people. *Terapia Psicológica*, 32(2) ISSN: 0716-6184. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=785/78532497008>
- Medina, A.P. (2017). *Afrontamiento y optimismo disposicional en pacientes mujeres con cáncer de mama*. (Tesis de pregrado, licenciada en psicología clínica). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.edu/repositorio>
- Mendoza, X. (2014) *Estrés parental y optimismo en padres de niños con trastorno del espectro autista* (Tesis de pregrado, licenciada en psicología con mención en psicología clínica). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio>
- Oliden, S. (2014) *Propiedades psicométricas del test de orientación vital revisado (LOT - R) en un grupo de universitarios de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado, licenciada en psicología, con mención en psicología clínica). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/respositorio>.
- OMS (2019) *Desarrollo de la Adolescencia*. Recuperado de [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
- OMS (2018) *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- OMS (2015) *Estrategia Mundial para la Salud de la Mujer, el Niño y el Adolescente (2016 - 2030)* Recuperado de [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/documents/women-deliver-global-strategy/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/women-deliver-global-strategy/es/)
- OMS (2012) *Proyecto de Duocédimo Programa General de Trabajo. Proyecto de examen por Comités Regionales en 2012*. Recuperado de [https://www.who.int/about/resources\\_planning/gpw\\_for\\_reg\\_committees\\_2012\\_es.pdf](https://www.who.int/about/resources_planning/gpw_for_reg_committees_2012_es.pdf)
- Peterson, C. (2000) *The future of optimism*. *American Psychologist*, Recuperado de: <http://ScienceDirect.com>. doi:10.1037/0003-066x.55.1.44
- Rey de Castro C. (2017) *Autoestima, afrontamiento y bienestar en un grupo de mujeres con depresión*. (Tesis de pregrado, licenciado en psicología con mención en psicología clínica). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu/repositorio>
- Saavedra, J. (2018) *Situación de la Salud Mental en el Perú*. Lima: INSM.
- Schou, I., Ekeberg, O., Sandvik, L. y Ruland, CM. (2005) Estabilidad en el Optimismo- Pesimismo en relación con las malas noticias: Un estudio de mujeres con cáncer de mama. *Revista de evaluación de la personalidad*, 84, p. 148 -154)
- Seminario, C. (2016) *Bienestar subjetivo y razones para vivir en adolescentes en conflicto con la ley penal*. (Tesis de pregrado, licenciada en psicología con mención en psicología clínica). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu/repositorio>
- Souri H. y Hasanirad T. (2011) *Relación entre resiliencia, optimismo y bienestar psicológico en estudiantes de medicina*. Recuperado de <http://pubs.sciepub.com/education/2/7/5/index.html>
- Vega E. y Torregroza H. (2012) *Optimismo y rendimiento académico en estudiantes de dos colegios privados de la ciudad de Riohacha: Colombia*. Recuperado de Dialnet. [http://file:///C:/Users/Shanny/Downloads/Dialnet/optimismoYRendimientoAcademicoEnEstudiantesDeDosCo-4729412%20\(2\).pdf](http://file:///C:/Users/Shanny/Downloads/Dialnet/optimismoYRendimientoAcademicoEnEstudiantesDeDosCo-4729412%20(2).pdf)

Fecha de recepción: 20 de noviembre 2019

Fecha de aceptación: 27 de diciembre 2019