

LORENA CASES GALVEZ

---

TREBALL DE FI DE GRAU

---

**RELACIÓ ENTRE PERSONALITAT I  
AFRONTAMENT A L'ESTRÈS EN  
POBLACIÓ GENERAL**

---

Dirigit per la Dra. Elisabet Sánchez Rodríguez

Grau de Psicologia



UNIVERSITAT ROVIRA i VIRGILI

Tarragona 2023

## **AGRAÏMENTS**

Vull expressar el meu profund agraïment a totes les persones que m'han donat suport i brindat la seva ajuda durant la realització d'aquest treball de final de grau.

En primer lloc, vull agrair a la meva tutora de TFG, la doctora Elisabet Sánchez Rodríguez, per la seva orientació experta, la seva paciència i la seva dedicació al llarg de tot el procés. Els seus coneixements i consells han estat fonamentals per a l'èxit d'aquest treball.

A més, m'agradaria expressar la meva gratitud a la meva família pel seu amor incondicional i el suport constant. En especial a Cristian per la seva confiança en mi, el seu estímul han estat el meu motor per seguir endavant i assolir aquest èxit acadèmic.

No puc deixar d'esmentar els meus amics i companys de classe en especial a Patrick i Sara, que han estat al meu costat durant aquests anys d'estudi. El seu suport emocional i el seu ànim constant han estat vitals per superar els moments de dificultat.

Finalment, però no menys important, vull agrair a totes les persones que van participar en aquest estudi, que amablement es van oferir com a voluntàries per brindar el seu temps i coneixements. Sense la seva participació, aquesta feina no hauria estat possible.

En resum, vull agrair a tots aquells que, d'una manera o altra, han contribuït a fer aquest treball de final de grau. El seu suport ha estat imprescindible a la meva formació acadèmica i personal.

### **Resum / paraules Clau**

L'objectiu d'aquest treball és identificar si existeixen diferències significatives entre diferents factors de la personalitat i les estratègies d'afrontament a l'estrès en la població general, a més de veure si hi ha una relació entre el sexe biològic i les estratègies escollides.

Per dur-lo a terme es va utilitzar una enquesta on recollia dades sociodemogràfiques, l'inventari d'estratègies d'afrontament (CSI) i el qüestionari breu de personalitat (CBP) a una mostra total de 104 persones voluntàries de la població general, dels quals 39 (37,5%) van ser homes i 65 (62,5%) dones, amb edats compreses entre els 18 i 71 anys amb una mitja de 36,73 i una desviació típica de 13,66.

Es van trobar correlacions significatives i positives entre puntuacions altes en extraversió, amabilitat i responsabilitat i l'afrontament centrat en el problema. Com també, puntuacions altes en neuroticisme van correlacionar positivament amb l'afrontament centrat en l'emoció i negativament amb l'afrontament centrat en el problema.

Altrament, no es van trobar correlacions significatives entre les diferències entre el sexe biològic i les estratègies utilitzades.

**Paraules Clau:** *personalitat, estrès, afrontament, estratègies d'afrontament.*

**Abstract / keywords**

The aim of this study is to identify whether there are significant differences between different personality factors and coping strategies to stress in the general population, as well as to see if there is a relationship between biological sex and strategies chosen.

To carry it out, a survey was used to collect socio-demographic data, the coping strategies inventory (CSI) and the brief personality questionnaire (CBP) from a total sample of 104 volunteers, of which 39 (37.5%) were men and 65 (62.5%) were women, with ages ranging from 18 to 71 years, with a mean of 36.73 and a standard deviation of 13.66.

Significant and positive correlations were found between high scores on extraversion, agreeableness and responsibility and problem-focused coping. Also, high scores in neuroticism correlated positively with emotion-focused coping and negatively with problem-focused coping.

Moreover, no significant correlations were found between biological sex differences and the strategies used.

**Keywords:** *personality, stress, coping, coping strategies.*

## **Índex**

Agraïments

Resum / paraules Clau

Abstract / keywords

1. Introducció i Marc teòric.....	1
1.1. Personalitat.....	1
1.2. Afrontament a l'estrès.....	6
1.3. Relació entre personalitat i afrontament a l'estrès.....	9
1.4. Gènere i afrontament a l'estrès.....	10
2. Objectius i Hipòtesis.....	10
2.1. Objectius generals.....	10
2.2. Objectius específics.....	11
2.3. Hipòtesis.....	11
3. Metodologia.....	11
3.1. Participants.....	11
3.2. Instruments.....	12
3.3. Procediment.....	16
3.4. Anàlisi de dades.....	16
4. Resultats.....	17
5. Discussió.....	24
6. Bibliografia.....	27

## **1. Introducció i Marc teòric:**

Recerques anteriors han evidenciat que la personalitat i l'afrontament a l'estrès estan estretament interconnectades. Existeixen diferents teories de la personalitat i models d'afrontament a l'estrès, per la qual cosa la relació entre tots dos pot variar segons la perspectiva que s'adopti. Tanmateix, s'ha trobat que hi ha algunes tendències generals en la relació entre aquestes dues variables. En aquest estudi aprofundirem amb cada variable i la interacció que hi ha entre elles.

### **1.1 Personalitat:**

L'etiologia del terme personalitat, ve de la paraula llatina *persona* que originalment es feia servir per referir-se a unes caretes que utilitzaven els actors als teatres clàssics. Cada careta representava a un tipus de caràcter, fent que el públic ja anticipés el paper que representaria l'actor. Fins que no vam arribar a l'edat mitjana la paraula no va adoptar el significat actual d'identitat pròpia on en aquella època quedava recollit amb conceptes com psique, raó o ésser humà (Bermúdez et al., 2011).

Definir en qualsevol ciència no sempre és fàcil, i la psicologia de la personalitat no és l'excepció. Diferents teòrics de la personalitat han definit aquest terme de manera diferent al llarg de la història, fet que va portar a l'existència de diverses teories de la personalitat. Com va assenyalar Burham (1968, citat en Pervin, 1990), "tothom sap què és la personalitat, però ningú ho pot expressar amb paraules", aquesta manifestació ens descriu un dels problemes més grans que ens trobem en l'estudi d'aquest constructe psicològic, ja que cada escola i autor aporta la seva pròpia definició segons l'enfocament adoptat (Sanfeliciano, 2022).

Una definició que emmarca els diferents aspectes comuns, és l'aportada per Bermúdez (1996) on fórmula que la personalitat és com una organització relativament estable de característiques estructurals i funcionals, innates i adquirides sota les especials condicions del seu desenvolupament, que conformen l'equip peculiar i definitori de conducta amb què cada subjecte afronta les diferents situacions.

L'estudi de la personalitat es va originar a principis del segle XX, quan alguns psicòlegs van adquirir interès per estudiar les diferències individuals entre les persones en termes de personalitat, trets i comportament, posant èmfasi amb el desenvolupament de test estandarditzat, on la Primera Guerra Mundial va ser molt influent. Aquest estudi va sorgir gràcies als antecedents de la medicina grega, en concret amb Hipòcrates i la seva teoria dels quatre humors. Però no és fins a finals de la dècada de 1930 quan la psicologia de la personalitat va néixer com una branca de la psicologia. Des de llavors, s'han desenvolupat moltes teories i enfocaments diferents en la psicologia de la personalitat (Bermúdez et al., 2011).

### **Model dels Cinc Grans:**

En aquest estudi ens centrarem en el model dels Cinc Grans, també conegut com a "Big Five". Aquest model sorgeix després de la concepció dels grans models de personalitat basats en els trets, on hi ha un replantejament dels enfocaments. Aquesta perspectiva es basa en la importància de l'estudi mitjançant l'anàlisi factorial, utilitzant com a element principal el llenguatge (Hernangómez et al., 2022).

Aquest plantejament lèxic va ser introduït per Allport i Odbert (1936) i posteriorment als anys quaranta, Cattell inicia els seus estudis en aquesta orientació (Hernangómez et al., 2022). La hipòtesi lèxica assumeix que les característiques de personalitat més rellevants, queden codificades en el llenguatge natural, a través d'un procés de sedimentació lingüística. Conseqüentment, l'aproximació consisteix a "descodificar" els trets bàsics de la personalitat a partir del llenguatge (Torreblanca, 2017).

D'una forma més sintetitzada el procediment que utilitzen en aquesta proposta és: en primer lloc, se selecciona tot un ampli conjunt de descriptors del llenguatge natural de la personalitat (fent servir el diccionari); en segon lloc, s'elimina i es redueix el conjunt d'ítems inicials per mitjà d'uns jutges que utilitzen uns criteris d'exclusió i d'inclusió; en tercer lloc, aquesta última selecció, s'utilitza per avaluar un grup on hi ha una autoavaluació i una heteroavaluació; i per finalitzar, els resultats de les dues avaluacions se sotmeten a un procediment d'anàlisi factorial (Hernangómez et al., 2022).

Alguns dels estudis més importants que van assentar aquest model van ser els de Goldberg (1981, 1990, 1992) on va denominar "Big Five" als cinc factors, a més de provar la seva estabilitat i generalitat amb diferents estratègies metodològiques i fonts de dades, i Costa i McCrae (1987, 1993) on van desenvolupar un instrument en base a aquest model, el NEO-PI. Aquests autors van confluïr amb un mateix model de la personalitat on l'estructura de la personalitat es basa en els cinc factors: I Extraversió, II Amabilitat, III Responsabilitat, IV Neuroticisme i V Apertura a l'experiència / Intel·lecte. On la principal diferència és l'últim factor, Costa i McCrae (1992) el van conceptualitzar com Apertura a l'experiència mentre que Goldberg (1992) ho va fer com a Intel·lecte (Torreblanca, 2017).

Actualment, el model del Big Five és el model més consensuat i acceptat en la descripció de la personalitat humana (Torreblanca, 2017).

### **Factor I: Extraversió**

Aquest factor fa referència a la intensitat i quantitat de les interaccions interpersonals, tant la necessitat d'estímuls com el nivell d'activitat i la capacitat de gaudir. Juntament amb el factor II engloba l'espectre de les relacions socials (Hernangómez et al., 2022).

S'associa a emocions positives, les persones que puntuen alt en aquest factor són actives, sociables, parladores, optimistes amb ganes de divertir-se. Per contra, les persones amb puntuacions baixes es mostren reservades, tranquil·les i tímides (Hernangómez et al., 2022).

### **Factor II: Amabilitat**

Mentre l'extraversió feia referència al component de la personalitat que al·ludeix a la facilitat del contacte i els vincles amb els altres, l'amabilitat recull la qualitat de la interacció social, és a dir, és una característica general sobre la forma de relacionar-se amb els altres. Està associada a afectes positius, i al concepte de si mateix, contribuint a la conformació de les actituds socials (Hernangómez et al., 2022).

Una puntuació alta en aquesta dimensió, seria pròpia de persones generoses, confiades, servicials, indulgents i sinceres. Altrament, les persones amb

puntuacions baixes serien cíniques, suspicaces, venjatives, manipuladores i irritables (Hernangómez et al., 2022).

### **Factor III: Responsabilitat**

El que aquest factor reflecteix és el grau de persistència, organització, control i motivació en la conducta dirigida a metes. A més, inclou l'autodisciplina i la deliberació (Hernangómez et al., 2022).

Individus amb puntuacions altes es descriurien com perseverants, organitzats, treballadors, escrupolosos, dignes de confiança, ambiciosos, puntuals, autodisciplinats. Per contra, els subjectes amb puntuacions baixes es mostrarien mandrosos, poc dignes de confiança i descuidats (Hernangómez et al., 2022).

### **Factor IV: Neuroticisme**

El neuroticisme es relaciona amb l'emocionalitat, la expressió exagerada i la dificultat de controlar les emocions. Junt amb l'extraversió és el factor més estudiat (Hernangómez et al., 2022).

El que recull aquesta dimensió és l'ajust emocional, i identifica als subjectes que estan predisposats al sofriment psicològic, utilitzant estratègies d'afrontament desadaptatives (Hernangómez et al., 2022).

Puntuacions altes ens mostren necessitats excessives o dificultats per tolerar la frustració, amb predisposició a idees poc realistes, insegurs, nerviosos, preocupats, a més de ser persones molt emotives i hipocondríiques. En canvi, amb puntuacions baixes, són segures, relaxades i calmades (Hernangómez et al., 2022).

### **Factor V: Apertura a l'experiència / Intel·lecte**

Aquest factor ha sigut el més controvertit. Com hem assenyalat anteriorment, diferents autors l'han conceptualitzat de diferents perspectives. Els autors Norman i Goldberg (1981, 1990, 1992, tal i com es va citar en Hernangómez et al., 2022) l'anomenen "Intel·lecte", suggerint així una relació amb la capacitat intel·lectual. Altrament, Costa i McCrae (1992), postulaven una variable independent a les habilitats cognitives, anomenant-la "Apertura a l'experiència". Diferents estudis han mostrat clarament, que es tracta de dos

aspectes ben diferenciats, i independents entre si. La hipòtesi que explica aquesta controvèrsia és que aquestes connexions són degudes al biaix amb els judicis que les persones fan sobre la seva capacitat intel·lectual o la dels altres, interpretació que està més relacionada amb la responsabilitat i l'apertura a l'experiència i no pas amb les mesures psicomètriques d'habilitats cognitives (Hernangómez et al., 2022).

Amb caràcter general, aquest factor representa la receptivitat a experiències noves; l'apreciació i cerca d'experiències, l'atracció al desconegut i a la seva exploració. Puntuacions altes, ens mostren persones creatives, originals, curioses, imaginatives, amb amplis interessos i no tradicionals. Contràriament, puntuacions baixes són realistes, amb pocs interessos i convencionals (Hernangómez et al., 2022).

### Facetes

Els cinc grans factors es desglossen en trets de menor ordre o facetes, obtenint un total de trenta-sis per factor (vegeu figura 1) (Hernangómez et al., 2022).

### Figura 1.

*Facetes dels Factors del Model dels Cinc Grans.*



*Nota.* Adaptat del *Manual de Psicología de la personalidad y diferencial* (Vol. 7, p. 90) per Hernangómez et al., 2022, CEDE.

## **1.2 Afrontament a l'estrès**

L'afrontament s'ha convertit en el centre de la teoria de l'estrès, atès que, s'ha vist que les conseqüències de patir estrès per a la salut estan molt influenciades per les estratègies d'afrontament que adoptem, així com la quantitat de temps exposats a l'estressor (Tobin et al., 1989).

Podem definir l'afrontament com "aquells esforços cognitius i conductuals, constantment canviants, que es desenvolupen per a manejar les demandes específiques externes o internes, que a la vegada són avaluades com excedents o desbordants dels recursos de l'individu" (Lazarus i Folkman, 1986, p. 164). En aquesta definició podem veure de manifest la perspectiva adoptada de com en tot moment hi ha una avaluació i revaluació cognitiva, tant de la persona com de l'entorn.

L'avaluació cognitiva segons Lazarus i Folkman (1986) parteix d'una perspectiva optimista, on les persones volen i desitgen saber tot el que està passant al seu entorn, i de com això els afecta. L'avaluació cognitiva considera les conseqüències i les repercussions dels successos que estan ocorrent, on es pot distingir dues fases; l'avaluació primària, és aquella que fa la valoració en la qual es visualitzen les conseqüències que tindrà la persona depenent de la situació; i l'avaluació secundària, és quan la persona considera els recursos de què disposa per a reduir o evitar les conseqüències negatives de la situació (González et al., 2017).

Amb caràcter general, l'afrontament, podríem dir que es tracta de mecanismes que utilitza la persona per salvaguardar la seva integritat i poder fer front a situacions on l'individu se sent amenaçat.

### **Estratègies d'afrontament a l'estrès:**

Respecte a les estratègies d'afrontament de l'estrès, podem dir que són aquelles actuacions que estan dirigides a produir el mínim impacte o fins i tot anul·lar els efectes produïts de la situació amenaçant, on també entra en joc els factors moduladors que incrementaran o atenuaran la percepció d'amenaça (Hernangómez et al., 2022).

Existeixen dos tipus d'afrontament: l'afrontament centrat en el problema i l'afrontament centrat en l'emoció (Lazarus i Folkman, 1986) (vegeu Figura 2). Les primeres tenen com a objectiu buscar la solució a través d'accions, enfrontar-se directament a la situació per a modificar-la, de forma racional i considerant totes les variables (Meléndez et al., 2020). Contràriament, les segones, no pretenen modificar la situació, sinó que intenten regular les mateixes emocions i sentiments, reduint l'estrès psicològic produït per l'amenaça, ja que pensen que són incapaços de modificar la situació conflictiva (Meléndez et al., 2020).

## Figura 2.

*Tipus d'estratègies d'afrontament segons Lazarus i Folkman*



*Nota.* Adaptat de *Estrategias de afrontamiento en pacientes con insuficiencia renal crónica hospitalizados en el área de nefrología del hospital Carlos Andrade Marín* (p.27), per Merino, 2018, Universidad central del Ecuador, facultad de ciencias psicológicas.

### Estratègies centrades en el Problema (Merino, 2018):

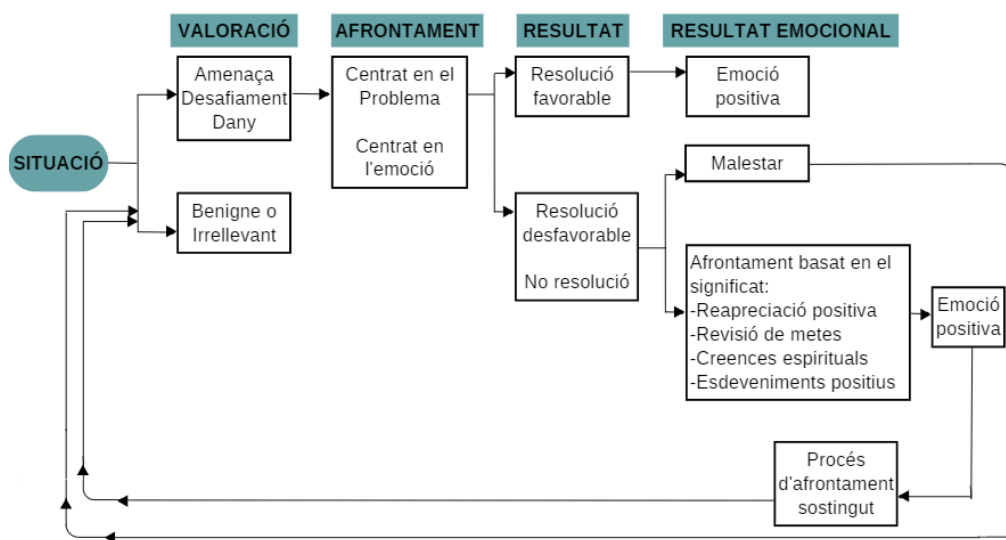
- **Confrontació:** fer front a la situació adversa a través d'accions racionals, directes i de forma constant.
- **Cerca de Suport social:** cerca de suport en persones o professionals per tal que el puguin guiar amb la resolució del problema.
- **Cerca de solucions:** cercar tota mena de mecanismes i possibles accions que ajuden a solucionar o a reduir la gravetat del fet o de la situació estressant.

Estratègies centrades en l'emoció (Merino, 2018):

- **Autocontrol:** l'individu intenta regular les emocions que sorgeixen a conseqüència de la situació d'estrès en la qual es troba.
- **Distanciament:** a partir d'accions la persona se separa de l'entorn i de la circumstància que li està afectant.
- **Revaluació positiva:** la persona intenta cap girar la situació per a buscar els aspectes positius pel fet que l'ajudi a suportar la situació.
- **Autoinculpació:** per a justificar el que està passant, el subjecte s'atorga tota la responsabilitat de la situació.
- **Fugida o evitació:** el que intenta fer l'individu és realitzar les accions pertinents per a evitar enfrontar-se amb la situació i a la realitat que li està passant.

Al respecte, altres autors com Crespo i Cruzado (1997) plantegen que les estratègies d'afrontament es classifiquen en tres grups: les estratègies centrades al problema, les estratègies centrades en l'emoció i les estratègies centrades en l'evitació. Tot i això, nosaltres ens centrarem en les exposades anteriorment, ja que és la classificació que ha obtingut més evidència i consens entre els teòrics.

De forma general, les estratègies d'afrontament poden ser adaptatives (redueixen l'estrès i promouen l'adaptació a llarg termini) o desadaptatives (redueixen l'estrès a curt termini impedint l'adaptació a llarg termini) (Meléndez et al., 2020). En la figura 3 podem veure el model de forma més detallada i visual de l'afrontament a l'estrès.

**Figura 3.***Model de estrès i afrontament*

*Nota.* Adaptat de *A Study about Micro-Bad News in Haematooncological hospitalized patients* (p.177), per Díaz et al. (2010). The daily medical communication.

### 1.3 Relació entre personalitat i afrontament a l'estrès

Com hem anomenat anteriorment les estratègies d'afrontament estan guiades per factors moduladors, que ens poden incrementar o disminuir la resposta envers la situació. En aquest estudi en centrarem en com el factor de la personalitat es relacionen amb aquestes estratègies, ja que s'ha demostrat ser un gran predictor d'aquestes.

En l'estudi de la relació d'aquestes dues variables podem distingir entre tres models segons on fiquin el focus. El primer model assumeix que és la personalitat qui determina les estratègies d'afrontament (Endler, et al. 1990). El segon model, pressuposa que les dues variables influeixen negativament amb la inadaptació (Parkes, 1986). I finalment, una tercera visió més interactiva, assumeix que certes variables de personalitat interactuen amb variables d'afrontament per generar o mantenir la inadaptació (Wheaton, 1983).

Realment, no se sap de forma empírica que és el que determina a qui, el que si és cert és que diferents estudis han evidenciat que les dimensions d'extraversió, apertura a l'experiència, amabilitat i responsabilitat són predictors de l'afrontament adaptatiu. Contràriament, el neuroticisme és predictor d'un afrontament menys adaptatiu o inclús desadaptatiu (Astorga, 2002; Cano et al. 2004; Galeano, 2012; Meléndez et al., 2020).

Per altra banda, diversos estudis mostren una correlació positiva entre extraversió, amabilitat i responsabilitat amb l'afrontament centrat en el problema. Mentre el neuroticisme correlaciona amb l'afrontament centrat en l'emoció (Astorga, 2002; Contreras et al., 2009; Meléndez et al., 2020; McCrae y Costa, 1986).

#### **1.4 Gènere i afrontament a l'estrès**

Existeixen molts estudis que investiguen la relació entre el gènere i l'afrontament a l'estrès (Cassaretto et al., 2003; Huang et al. 2020; Matud, 2004; Tamres, et al. 2002). Aquests estudis afirmen que els homes i les dones tendeixen a tenir diferents maneres a l'hora de fer servir estratègies per enfrontar-se a situacions estressants, on poden estar influenciades per factors socials, biològics i culturals.

S'ha posat de manifest que les dones tendeixen a utilitzar més estratègies d'afrontament centrades en l'emoció en comparació amb els homes, que solen utilitzar estratègies d'afrontament centrades en el problema (Hernangómez et al., 2022; Huang et al. 2020; Matud, 2004; Tamres, et al. 2002).

## **2. Objectius i Hipòtesis:**

### **2.1 Objectius Generals:**

En aquesta investigació m'he proposat estudiar la relació que existeix entre la personalitat i les estratègies utilitzades per l'afrontament a una situació estressant en la població general, majors de divuit anys.

Ahora, farem ús de les variables demogràfiques de cada subjecte, en concret del gènere per veure la relació que hi ha amb l'afrontament a l'estrès.

## **2.2 Objectius específics:**

1. Analitzar la relació que hi ha entre les diferents estratègies d'afrontament a l'estrès amb el tipus de personalitat segons el model dels cinc grans.
2. Verificar la relació existent les variables de gènere biològic i les estratègies d'afrontament a l'estrès.

## **2.3 Hipòtesis:**

D'aquests objectius se'n deriven les hipòtesis següents:

Hipòtesi 1: puntuacions altes en extraversió, amabilitat i responsabilitat correlacionaran positivament amb l'afrontament centrat en el problema.

Hipòtesi 2: puntuacions altes en neuroticisme correlacionaran positivament amb l'afrontament centrat en l'emoció.

Hipòtesi 3: les dones obtindran puntuacions significativament més altes que els homes en les estratègies d'afrontament emocional; mentre que els homes obtindran puntuacions significativament més altes que les dones en estratègies d'afrontament centrades en el problema.

## **3. Metodologia**

### **3.1 Participants**

Els criteris d'inclusió van ser: tenir més de 18 anys, tenir accés a internet, entendre el castellà/català i donar el seu consentiment. La mostra final estava formada per un total de 104 persones voluntàries, de la població general, dels quals 39 (37,5%) van ser homes i 65 (62,5%) dones, amb edats compreses entre els 18 i 71 anys amb una mitja de  $M=36,73$  i una desviació típica de  $DT=13,66$ . La mostra va ser captada a través de les xarxes socials

on les dades es van recollir de forma anònima, assegurant-los la confidencialitat i amb previ consentiment informat.

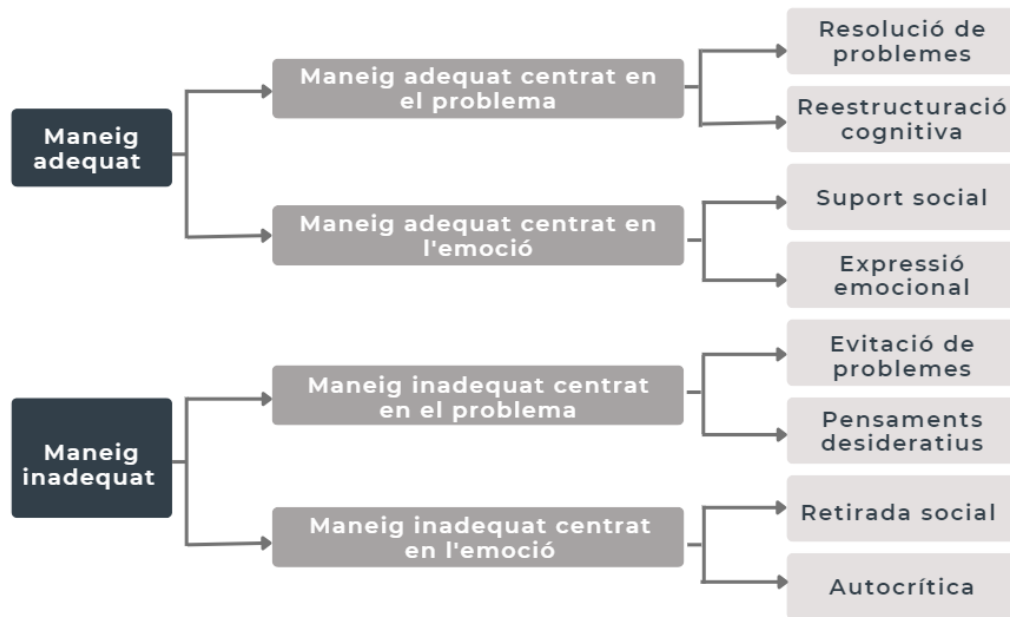
### **3.2 Instruments**

Per dur a terme l'estudi, es van emprar els instruments que es descriuran a continuació, a més d'un qüestionari on es recollien dades sociodemogràfiques, elaborat específicament per aquesta investigació on el que es preguntava als participants era l'edat, el sexe i nivell d'estudis realitzats.

#### *Inventari d'Estratègies d'Afrontament (CSI):*

S'ha utilitzat l'adaptació espanyola (Cano et al., 2007) del CSI (Tobin et al., 1984). Aquest instrument s'utilitza per determinar les estratègies d'afrontament a l'estrès que fa l'individu. Està estructurat amb una part qualitativa on el subjecte ha d'escriure de forma detallada una situació estressant que ha viscut, i una part quantitativa formada per 40 ítems amb una escala de resposta tipus Likert de 5 punts (que va des de 0 -en absolut- fins a 4 -totalment-) on el subjecte ha de respondre fins quin punt va actuar en la direcció que indica cadascun dels ítems. Al final de l'inventari es contesta un ítem addicional sobre l'autoeficàcia percebuda de l'afrontament.

L'escala original de Tobin et al. (1989) estava distribuïda en una estructura jeràrquica (vegeu la figura 5), formada per una escala primària composta per 8 estratègies (Resolució de problemes, reestructuració cognitiva, suport social, expressió emocional, evitació de problemes, pensaments desideratius, retirada social i autocrítica). Aquestes són reagrupades en una escala secundària, formada per quatre escales (maneig adequat centrat en el problema, maneig adequat centrat en l'emoció, maneig inadequat centrat en el problema i maneig inadequat centrat en l'emoció). I aquestes a la vegada es tornen a reagrupar en dues escales terciàries (maneig adequat i maneig inadequat). En la validació espanyola de Cano et al., 2007 no van poder confirmar les estructures de segon i tercer ordre.

**Figura 5***Estructura jeràrquica del inventari CSI*

*Nota. Elaboració pròpia.*

Les escales primàries (els seus vuits factors) de l'adaptació de Cano et al. (2007) poden explicar un 61% de la variància amb 40 ítems, obtenint millors resultats que l'escala original de Tobin et al. (1989) que explicava un 47% amb 72 ítems. A més la consistència interna d'aquesta escala oscil·la entre .63 i .89.

Amb la nostra mostra, ens va sortir un alpha de Cronbach en l'escala primària que oscil·lava entre .67 i .89 (veure taula 1), i en l'escala secundària .77 (veure taula 2) podem afirmar que el nostre instrument té una consistència interna, entre acceptable i bona.

**Taula 1**

*Alfa de Cronbach dels vuit factors de l'escala primària de l'inventari CSI*

Factors	Alfa de Cronbach
Resolució de problemes (REP)	.84
Autocrítica (AUC)	.84
Expressió emocional (EEM)	.86
Pensament desideratiu (PSD)	.82
Suport social (APS)	.89
Reestructuració cognitiva (REC)	.82
Evitació de problemes (EVP)	.75
Retirada social (RES)	.67

**Taula 2**

*Alfa de Cronbach dels dos factors de l'escala secundària de l'inventari CSI*

Factors	Alfa de Cronbach
<i>Afrontament centrat en el problema</i>	.77
<i>Afrontament centrat en l'emoció</i>	.77

*Qüestionari breu de personalitat (CBP):*

El CBP és un instrument breu creat per Torreblanca (2017) que avalua la personalitat amb 20 ítems i una escala de resposta tipus Likert de 5 punts on va des d'1 -completament falç- fins a 4 -completament verdader-. En aquest qüestionari s'avaluen els cinc grans factors de la personalitat (extraversió, amabilitat, responsabilitat, neuroticisme i apertura o intel·lecte) i dos subescales per cada factor (sociabilitat, saliência, calidesa, empatia, ordre, rapidesa, depressió, ansietat, apertura i intel·lecte) respectivament.

Respecte en les característiques psicomètriques, els cinc factors de la personalitat, presenten coeficients alfa d'entre .61 i .79. D'altra banda, les deu facetes presenten coeficients alfa de consistència interna d'entre .66 i

.85, sent escales molt breus de pocs ítems, ho podem interpretar com a bons resultats (Torreblanca, 2017).

No obstant això, amb la nostra mostra, ens va sortir un alpha de Cronbach per als cinc factors entre .42 i .83 (veure taula 2), i les deu facetes presentaven coeficients alfa d'entre .34 i .76 (veure taula 3). Amb les nostres dades ens ha sortit una consistència interna inacceptable.

### Taula 3

*Alpha de Cronbach dels 5 factors del qüestionari CBP*

Factors	Alfa de Cronbach
Extraversió	.66
Amabilitat	.53
Responsabilitat	.83
Neuroticisme	.62
Apertura / Intel·lecte	.42

### Taula 4

*Alpha de Cronbach de les 10 facetes del qüestionari CBP*

Facetes	Alfa de Cronbach
Saliència	.70
Sociabilitat	.36
Calidesa	.51
Empatia	.36
Ordre	.67
Rapidesa	.76
Depressió	.49
Ansietat	.34
Apertura	.50
Intel·lecte	.54

### **3.3 Procediment**

Per recollir les dades hem creat una enquesta online mitjançant el Microsoft forms, un programa informàtic de tercers. És una eina que ens permet recollir dades de forma segura, ja que té conveni amb la URV i garanteix la protecció de les dades personals. A més, ens ha permès administrat els dos qüestionaris i recollir dades demogràfiques.

Altrament, per poder difondre l'enquesta hem utilitzat les xarxes socials (WhatsApp, Facebook i Instagram) per poder arribar a la màxima difusió. La participació sempre era voluntària i les dades proporcionades anònimes.

### **3.4 Anàlisi de dades:**

Aquest estudi es tracta d'un disseny transversal, descriptiu i correlacional, ja que és un procediment de recerca sense continuïtat en el temps i amb una recopilació de les dades en un sol moment, a més d'establir relacions entre variables sense precisar la causalitat.

Aquest mètode és molt utilitzat en la Psicologia Diferencial, pel fet que estem tractant amb variables pròpies dels subjectes humans, sobre les quals no es poden modificar a voluntat de l'experimentador.

Amb relació a la mostra realitzarem anàlisis descriptius de les característiques sociodemogràfiques (mitjanes, percentatges i desviacions típiques).

Un dels requisits per a seleccionar una prova estadística, és tenir en compte la distribució de les dades, per això utilitzarem la prova de normalitat de Kolmogorov-Smirnov, ja que la nostra mostra és major de  $N=50$ , i podrem determinar així, si les nostres dades segueixen una distribució normal (i podrem utilitzar estadístics paramètrics) o no segueix una distribució normal (i haurèm d'utilitzar estadístics no paramètrics).

A continuació, per poder establir les relacions en les hipòtesis 1 i 2, utilitzarem el coeficient de correlació de Pearson (si segueix una distribució normal) o el coeficient de correlació de Spearman (si no segueix una distribució normal).

Finalment, amb la hipòtesi 3, es tracta d'una variable quantitativa (coping) i una nominal (sexe), així doncs, farem servir proves de comparació de

mitjanes, la *t* de Student (paramètrica) o la *U* de Mann Whitney (no paramètrica).

Tots aquests anàlisis estadístics es faran amb l'IBM SPSS Statistics 29.0.1.0 (Statistical Package for the Social Sciences).

#### 4. Resultats

Primerament, podem observar els estadístics descriptius de les dades sociodemogràfiques (Taula 5) recollides en l'enquesta. Amb una mostra  $N=104$ , el 62,5% eren dones i el 37,5% homes, amb edats compreses entre els 18 i 71 anys amb una mitja de  $M=36,73$  i una desviació típica de 13,66. En relació amb els últims estudis que han dut a terme els participants, un 11,5% han realitzat estudis primaris, un 50% estudis secundaris i el 38,5% han realitzat estudis superiors.

#### Taula 5

*Característiques sociodemogràfiques de la mostra*

		Freqüència	Percentatge
Estudis	Estudis Primaris	12	11,5
	Estudis Secundaris (ESO, Cicles formatius, batxillerat)	52	50,0
	Estudis superiors (universitat, màster, doctorat)	40	38,5
	Total	104	100,0
Sexe	Femení	65	62,5
	Masculí	39	37,5
	Total	104	100,0

Els resultats de la prova de bondat d'ajust de Kolmogorov-Smirnov (Taula 6), van mostrar significacions més altes de .05, concretament en les següents variables: neuroticisme, extraversió, afrontament centrat en el problema i l'afrontament centrat en l'emoció; podem concloure que hi ha homogeneïtat,

per tant, acceptarem la hipòtesi nul·la; és a dir, les puntuacions segueixen una distribució normal. D'altra banda, les variables d'amabilitat i responsabilitat la significació és més petita que .05, determinant que hi ha diferències, en conseqüència, no segueixen una distribució normal.

## Taula 6

*Prova de normalitat de Kolmogorov-Smirnov*

	Estadístic	gl	Sig.
Afrontament Centrat en el problema	.056	104	.200*
Afrontament Centrat en l'emoció	.039	104	.200*
Neuroticisme	.080	104	.098
Responsabilitat	.110	104	.003
Amabilitat	.112	104	.003
Extraversió	.064	104	.200*

\* $p < 0.05$

A conseqüència dels resultats anteriors, vam aplicar la prova de correlació no paramètrica de Spearman (Taula 7) per a les variables de personalitat que no seguien una distribució normal.

Es va comprovar que sí que existia una relació significativa entre les variables responsabilitat i afrontament centrat en el problema ( $r = 0.29$ ;  $p < 0.01$ ) i l'amabilitat i l'afrontament centrat en l'emoció ( $r = 0.29$ ;  $p < 0.01$ ), per tant, acceptem amb un 99% de confiança la hipòtesi alternativa, de què sí que existeix una relació significativa entre cada parell de variables. A més podem afirmar que es tracta d'una relació positiva, és a dir com més responsabilitat i amabilitat més afrontament centrat en el problema.

En canvi, no es van trobar una associació significativa entre les variables responsabilitat i amabilitat amb l'afrontament centrat en l'emoció.

**Taula 7**

*Correlació de Spearman dels factors de personalitat Responsabilitat i Amabilitat amb l'afrontament centrat en el problema i l'afrontament centrat en l'emoció.*

	$\rho$	p	N
Responsabilitat - A. Centrat en el problema	.29**	.002	104
Responsabilitat - A. Centrat en l'emoció	-.03	.750	104
Amabilitat- A. Centrat en el problema	.29**	.002	104
Amabilitat- A. Centrat en l'emoció	-.08	.409	104

\*\*p<0.01

Les correlacions que es mostren a la taula 8, les hem realitzat amb la prova estadística de Pearson (prova paramètrica). Els resultats obtinguts han mostrat que tant la correlació entre el factor extraversió i l'afrontament centrat en el problema ( $r= 0.31$ ;  $p<0.01$ ), com el neuroticisme i l'afrontament centrat en l'emoció ( $r= 0.21$ ;  $p<0.05$ ) són positius i significatius. Per tant, amb un 95% de confiança, rebutgem les dues hipòtesis nul·les, i acceptem les hipòtesis alternatives de què si existeix una relació (directa). Tanmateix, cal destacar la relació significativa negativa que hem trobat entre neuroticisme i afrontament centrat en el problema ( $r= -0.39$ ;  $p<0.01$ ), es a dir quan una variable augmenta l'altra disminueix i viceversa.

D'altra banda, no s'ha trobat una associació significativa entre extraversió i afrontament centrat en l'emoció.

**Taula 8**

*Correlació de Pearson dels factors Extraversió i Neuroticisme amb l'afrontament centrat en el problema i l'afrontament centrat en l'emoció.*

	rxxy	p	N
Extraversió - A. Centrat en el problema	.31**	.001	104
Extraversió - A. Centrat en l'emoció	-.15	.127	104
Neuroticisme - A. Centrat en l'emoció	.21*	.027	104
Neuroticisme - A. Centrat en el problema	-.39**	<.001	104
**p<0.01			
*p<0.05			

Amb totes les correlacions hem obtingut  $r = 0,20 < 0,40$ , per tant, l'efecte obtingut són correlacions significatives, positives baixes.

Pel que fa a la relació entre sexe i estratègies d'afrontament, primer vam realitzar la prova de normalitat (taula 9). Pel sexe femení, en ser  $N=65$ , ens fixem en la prova de Kologorov-Smirnov i per al sexe Masculí en ser  $N=39$  ens fixarem en Shapiro-Wilk. Amb el sexe femení, en l'afrontament centrat al problema i l'afrontament centrat en l'emoció no va trobar diferències significatives (veure taula 9), per tant, vam acceptar la hipòtesi nul·la, ja que hi havia homogeneïtat. D'altra banda, amb el sexe masculí, en l'afrontament centrat al problema i l'afrontament centrat en l'emoció, no hi ha diferències significatives, com a resultat, vam concloure també que tant un com l'altra segueixen una distribució normal (veure taula 9).

**Taula 9**

*Probes de normalitat per les estratègies d'afrentament i el sexe biològic.*

	Sexe	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Estadístic	gl	Sig.	Estadístic	gl	Sig.
A. Centrat en el problema	Femení	.105	65	.072			
	Masculí				.969	39	.351
A. Centrat en l'emoció	Femení	.052	65	.200*			
	Masculí				.974	39	.493

\*p<0.05

Per tant, ja que ens va sortir les dues variables amb una distribució normal, vam comparar les mitjanes amb una prova paramètrica, en concret la t de Student.

En primer lloc, vam comparar el sexe biològic amb l'afrentament centrat en el problema. A la taula 10 podem veure els estadístics, de com la mitjana del sexe femení és més gran, però per veure si és significatiu vam realitzar la prova paramètrica de t de Student per a mostres independents (taula 11).

**Taula 10**

*Estadístiques de grup*

	Sexe	N	Mitjana	Desv. estàndar	Mitjana d'error estàndar
A. Centrat en el problema	Femení	65	47,92	14,239	1,766
	Masculí	39	43,92	14,025	2,246

Com podem observar a la taula 11, primer vam realitzar la prova de Levene, on vam comprovar que les variàncies són iguals, per tant, es va elaborar una anàlisi de la prova t de Student per comparar les mitjanes dels dos grups independents.

Els resultats de la prova t de Student van indicar un valor  $t = 1.39$  amb 102 graus de llibertat amb un nivell de significació de  $p = .166$ . En conseqüència, no es rebutja la hipòtesi nul·la d'igualtat de mitjanes entre els dos grups al nivell de significació  $p < 0.05$ . Aquests resultats indiquen que no hi ha una diferència estadísticament significativa pel que fa a l'afrontament centrat en el problema, en relació amb el sexe.

### Taula 11

*t de Student per a mostres independents de la variable sexe biològic i afrontament centrat en el problema*

		S'assumeixen variàncies iguals	
Prova de Levene de variàncies	F	.224	
	Sig	.637	
Prova T per a la igualtat de mitjanes	t	1,395	
	gl	102	
	Sig. (bilateral)	.166	
	Diferencia de mitjanes	4.000	
	Error típ. de la diferència	2,868	
	95% Interval de confiança per a la diferència	Inferior	-1,689
	Superior	9,689	

Per acabar, vam comparar el sexe biològic amb l'afrontament centrat en l'emoció. A la taula 12 podem veure els estadístics, de com la mitjana del sexe Masculí és més gran. Per saber si aquesta diferència era significativa primer vam realitzar la prova de Levene (taula 13), on vam comprovar que es complia el supòsit d'homogeneïtat.

**Taula 12***Estadístiques de grup*

	Sexe	N	Mitjana	Desv. estàndar	Mitjana d'error estàndar
A. Centrat en l'emoció	Femení	65	31,75	11,807	1,464
	Masculí	39	36,49	12,657	2,027

Finalment, es va realitzar la prova paramètrica de t de Student per a mostres independents (taula 13). Els resultats van indicar un valor  $t = -1.92$  amb 102 graus de llibertat amb un nivell de significació de  $p = .057$ . En conseqüència, no es rebutja la hipòtesi nul·la d'igualtat de mitjanes entre els dos grups al nivell de significació  $p < 0.05$ . Aquests resultats indiquen que no hi ha una diferència estadísticament significativa, per tant, les mitjanes són iguals en quant a l'afrontament centrat en l'emoció, en relació amb el sexe.

**Taula 13**

*t de Student per a mostres independents de la variable sexe biològic i afrontament centrat en l'emoció*

		S'assumeixen variàncies iguals
Prova de Levene de variàncies	F	.201
	Sig	.655
Prova T per a la igualtat de mitjanes	t	-1,926
	gl	102
	Sig. (bilateral)	.057
	Diferència de mitjanes	-4.733
	Error típic. de la diferència	2,457
	95% Interval de confiança per a la diferència	Inferior Superior

## 5. Discussió

En aquest treball s'ha examinat la relació entre els factors de personalitat i les estratègies emprades per a l'afrontament a l'estrès. Per això, es van administrar els diferents instruments on es recollien les dades sobre el tipus d'estratègies utilitzades davant una situació d'estrès i sobre la personalitat d'una mostra de 104 participants, majors de 18 anys, escollits de forma voluntària a les xarxes socials.

Els resultats obtinguts han mostrat una associació significativa entre els diferents factors descrits al model del Big Five i els tipus d'estratègies utilitzades. Aquests resultats suposen un suport a les propostes d'altres autors (Astorga, 2002; Contreras et al., 2009; Meléndez et al., 2020; McCrae i Costa, 1986) que van trobar una relació positiva entre extraversió, amabilitat i responsabilitat amb l'afrontament centrat en el problema i amb el neuroticisme i l'afrontament centrat en l'emoció. A més, en aquest estudi s'ha trobat una relació negativa significativa entre neuroticisme i afrontament centrat en el problema. Es a dir, no solament quan hi ha puntuacions altes de neuroticisme augmenta l'afrontament centrat en l'emoció, sinó que quan hi ha puntuacions baixes augmenta l'afrontament centrat en el problema i viceversa.

Lazarus i Folkman (1986) han deixat clar que totes les persones fem servir un ampli ventall d'estratègies d'afrontament i que els mecanismes d'afrontament elegits en una situació determinada depenen de múltiples factors, especialment de les exigències i oportunitats de la situació. Però, encara que l'afrontament no és una expressió directa de la personalitat, és certament influït per trets de la mateixa (Costa i McCrae, 1986).

En concret s'han trobat associacions estadísticament significatives entre les estratègies centrades en el problema i els factors d'extraversió, responsabilitat i amabilitat amb una correlació positiva amb tots ells. Això va en la línia, d'altres estudis que van veure que les persones amb aquests trets tenen com a objectiu buscar la solució a través d'accions, enfrontar-se directament a la situació per a modificar-la, de forma racional i considerant totes les variables (Meléndez et al., 2020).

Un altre resultat a destacar, és la relació significativa positiva que hem trobat entre el factor neuroticisme i l'afrontament centrat en l'emoció. Aquest resultat també és consistent amb estudis previs on s'ha vist que les persones amb elevat neuroticisme no pretenen modificar la situació, sinó que intenten regular les mateixes emocions i sentiments, reduint l'estrès psicològic produït per l'amenaça, ja que pensen que són incapaços de modificar la situació conflictiva (Meléndez et al., 2020).

Respecte als resultats de la comparació de les mitjanes en les estratègies d'afrontament a l'estrès segons el sexe biològic dels participants, en cap dels dos sexes s'han trobat diferències significatives que puguin explicar una relació entre les variables, en contra dels estudis que sí que han trobat diferències a l'hora de fer servir estratègies per enfrontar-se a situacions estressants entre homes i dones (Cassaretto et al., 2003; Huang et al. 2020; Matud, 2004; Tamres, et al. 2002). Una possible explicació, podria ser la mida de la mostra, les diferències reals entre els grups poden no ser prou grans per a ser detectades estadísticament. A més de la descompensació entre el grup de dones i homes.

De la mateixa manera que no hem trobat diferències significatives entre homes i dones pel que fa a l'afrontament, sí que hi hauria una tendència al fet que els homes utilitzessin més les estratègies centrades en l'emoció que les dones, i les dones utilitzessin més les estratègies d'afrontament centrades en el problema (contràriament a la tendència dels estudis). Aquests resultats podrien ser deguts a la presència d'alta variabilitat a les dades. Si les dades mostren una gran dispersió o variabilitat, pot ser difícil detectar diferències significatives a causa del soroll aleatori present a les dades. En aquests casos, es requeriria una mida de mostra més gran per reduir la variabilitat i augmentar la precisió de les estimacions, a més de l'exposat anteriorment.

Per tant, els resultats obtinguts confirmen la primera i la segona hipòtesi que amb puntuacions altes en extraversió, amabilitat i responsabilitat correlacionen positivament amb l'afrontament centrat en el problema, i puntuacions altes en neuroticisme correlacionen positivament amb l'afrontament centrat en l'emoció. No es confirma la hipòtesi 3, ja que no hem trobat diferències significatives en el fet que les dones assoleixen puntuacions significativament més altes que els homes en les estratègies d'afrontament

emocional; i els homes aconsegueixen puntuacions significativament més altes que les dones en estratègies d'afrontament centrades en el problema.

Per finalitzar, hi ha diverses limitacions que cal tenir en compte en interpretar els resultats. Aquestes limitacions són:

- Aquest estudi es basa en un disseny observacional i descriptiu cosa que significa que no es pot establir una relació causal entre les variables. Si bé s'han controlat diverses variables de confusió, no es pot descartar la presència d'altres factors no mesurats que podrien influir en la relació observada (per exemple, la desitjabilitat social).
- Un altre aspecte a tenir en compte és la mida de la mostra, encara que hem utilitzat 104 participants, la mostra no és prou gran per a garantir una representació de la població i poder així generalitzar. A més a més, existeix una descompensació entre els homes i les dones.
- Finalment, s'han emprat les escales de segon ordre del CSI malgrat que a l'estudi de validació espanyola no va poder confirmar-se aquesta estructura. Tot i això, la consistència interna de les dues escales a la nostra mostra va ser entre acceptable i bona. En canvi en la consistència interna del qüestionari CBP vam obtenir alfas menors de .5, sent així inacceptables.

En conclusió, aquest estudi demostra la importància de la relació existent entre l'afrontament a l'estrès i la personalitat. Els resultats obtinguts donen suport a la idea que puntuacions altes en extraversió, amabilitat i responsabilitat correlacionen positivament amb l'afrontament centrat en el problema. I puntuacions altes en neuroticisme correlacionaran positivament amb l'afrontament centrat en l'emoció. Aquestes troballes contribueixen al cos existent de coneixements i garanteixen una base sòlida per a investigacions futures.

## 6. Bibliografia

- Allport, G.W., & Odbert, H.S. (1936). Trait-names: A psycho lexical study. *Psychological Monographs*, 47, 211. <https://doi.org/10.1037/h0093360>
- Astorga, C. M. (2002). *Relación entre variables de personalidad y estrategias de afrontamiento del estrés laboral: comparación entre el burnout de estudiantes universitarios y el de personas con ocupaciones de ayuda a los demás no considerados de alto riesgo*. [Tesis de Doctorat, Universitat de León]. Repositori Institucional- Buleria de la Univesitat de León.
- Bermudez, J. (1996). Modelos teoricos en Psicología de la Personalidad. En J. Bermudez (Ed.): *Psicología de la Personalidad* (pp. 39-47). Madrid. UNED.
- Bermúdez, J., Pérez, A. M., Ruiz, J. A., Sanjuán, P., y Rueda, B. (2011). *Psicología de la personalidad* (1.ª ed.). UNED.
- Bottaro, R., & Faraci, P. (2022). The influence of socio-demographics and clinical characteristics on coping strategies in cancer patients: a systematic review. *Supportive care in cancer: official journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer*, 30(11), 8785–8803. <https://doi.org/10.1007/s00520-022-07267-0>
- Cano García, FJ., García Martínez, J., Rodríguez Franco, L. y Antuña Bellerín, M. (2004). Dominios de la personalidad y afrontamiento del estrés asociado a la preparación de oposiciones. *Análisis y Modificación de Conducta*, 30 (134), 875-903.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., y Valdéz, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista De Psicología*, 21(2), 363-392. <https://doi.org/10.18800/psico.200302.006>
- Contreras Torres, FV., Espinosa Méndez, JC., y Esguerra-Pérez, GA. (2009). Personalidad y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica* , 8 (2), 311-322.

- Crespo, M., y Cruzado, J. (1997). La evaluación del afrontamiento: Adaptación Española del Cuestionario COPE con una muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de Conducta*, 23(92), 797-830.
- DíazSayas, L. i Cruzado, J.A, & Barbero, J. (2010). A Study about Micro-Bad News in Haematooncological hospitalized patients. *The daily medical communication*. 7. 175-191.
- Endler, N. S. & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844- 854.
- Galeano, J. (2012). Riesgo psicosocial, estrategias de afrontamiento y personalidad en universitarios y población general. *IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires. <https://n2t.net/ark:/13683/emcu/PDm>
- Goldberg, L.R. (1981). Language and Individual differences: The search for universals in personality lexicons. En L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology*, 2, 141-165.
- Goldberg, L.R. (1990). An alternative "description of personality": The Big-Five factor structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1216-1229.
- Goldberg, L.R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological Assessment*, 4, 26-42.
- González, Y., Ortega, E., Castillo, R., Whetsell, M., y Cleghorn, D. C. (2017). Validación de la Escala Inventario de Estrategias de Afrontamiento, Versión Española de Cano, Rodríguez, García (2007), En el contexto de Panamá. *Enfoque*, 21(17), 109-133. <https://doi.org/10.48204/j.enfoque.v21n17a7>
- Hernangómez, L. H. C., Fernández, C. F. B., González, R. G. D., y Sánchez, M. S. S. (2022). *Psicología de la personalidad y diferencial*, 7. CEDE.

- Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1987). Personal and contextual determinants of coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(5), 946-955. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.5.946>
- Huang, L., Lei, W., Xu, F., Liu, H., & Yu, L. (2020). Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. *PLOS ONE*, 15(8), e0237303. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237303>
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401-1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>
- Meléndez, J. C., Satorres, E., & Delhom, I. (2020). Personality and coping. What traits predict adaptive strategies? *Anales de psicología*, 36(1), pp.39-45.
- Merino, Y. (2018). Estrategias de afrontamiento en pacientes con insuficiencia renal crónica hospitalizados en el área de nefrología del hospital Carlos Andrade Marín. [Tesis de Doctorat, Universitat central del Ecuador]. *Repositorio digital Universidad central del Ecuador*. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/14953>
- McCrae, R.R., & Costa. P.T. Jr. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90.
- McCrae, R.R., Costa, P.T.Jr., & Piedmont, R.L. (1993). Folk concepts, natural language, and psychological constructs: The california Personality Inventory and the five-factor model. *Journal of Personality*, 61, 1-26.
- Parkes, K. R. (1986). Coping in stressful episodes: The role of individual differences, environmental factor, and situational characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257-1292

- Pervin, L. A. (1990). A brief history of modern personality theory. En L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality. Theory and research* (pp. 3-18). Nueva York: Guilford Press
- Sanfeliciano, A. (2022, 7 enero). *3 enfoques del estudio de la personalidad. La Mente es Maravillosa*. <https://lamenteesmaravillosa.com/3-enfoques-del-estudio-de-la-personalidad/>
- Tamres, L. K., Janicki, D., & Helgeson, V. S. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2-30. [https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601\\_1](https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601_1)
- Tobin DL, Holroyd KA, Reynolds RV, & Kigal JK. (1988) The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13(4) 343-61.
- Torreblanca, L. (2017). *Desarrollo de un Nuevo Instrumento de Evaluación: El Cuestionario Breve de Personalidad (CBP)* [Tesis doctoral de la Universidad de Málaga]. Repositorio de la Universidad de Málaga.
- Wheaton, B. (1983). Stress, personal coping resources, and psychiatric symptoms: An investigation of interactive models. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 208-229.
- Widiger, T. A. & Mullins-sweatt, S. N. (2009). Five-factor model of personality disorder: a proposal for DSM-V. *Annual Review of Clinical Psychology*, 5, 115-138.