



BIENESTAR, WELL-BEING,  
VARIABLES PERSONALITY  
PERSONALES Y DIMENSIONS AND  
AFRONTAMIENTO EN COPING IN YOUNG  
JÓVENES PEOPLE  
UNIVERSITARIOS

Carlos Fierro-Hernández  
José Antonio Jiménez Rodríguez  
*Facultad de Psicología. Universidad de Málaga*

**Resumen** El marco de la investigación lo constituye el hecho, repetidamente encontrado, de que la conducta de afrontamiento se relaciona no sólo con los acontecimientos adversos por afrontar, sino también con características personales. Se informa aquí, pues, de dos Estudios realizados con jóvenes universitarios. En ellos se han investigado las relaciones entre distintas variables de personalidad y modos de afrontamiento de hechos adversos por parte de esos sujetos. El análisis correlacional ha puesto de manifiesto que con los modos de afrontamiento aparecen asociadas todas las variables personales examinadas: adaptación social, neuroticismo, extraversión, lugar interno de control, bienestar personal. Sin embargo, al pasar a un análisis de correlaciones parciales, resulta que solamente extraversión y, sobre todo, bienestar personal correlacionan con los modos de afrontamiento.

**Palabras clave** Afrontamiento, personalidad, bienestar personal, extraversión.

**Abstract** Two Studies are reported. Correlations between personality factors and ways of coping have been obtained in young people. Results show that people who score high on Neuroticism tend to adopt maladaptive coping behaviors. Extraversion, Internal Locus of Control, Social Adaptation and Personal Well-being correlate negatively with maladaptive coping behaviors. When partial correlations are computed, only Extraversion and Personal Well-being had a significant correlation with dimension of adaptive coping.

**Key words** Coping, personality, personal well-being, extraversion.

Que las personas afronten los eventos adversos de una u otra forma seguramente depende de la propia naturaleza de los acontecimientos (Lazarus y Folkman, 1986). Sin embargo, parece demostrado que éstos no determinan del todo por sí solos los modos de conducta con que los sujetos los afrontan (véanse las aportaciones reunidas en un monográfico del *Journal of Personality* sobre el tema, en especial, O'Brien y DeLongis, 1996; Suls, David y Harvey; Watson y Hubbard, 1996). Un reciente estudio pone de relieve que no se da correspondencia unívoca entre el tipo de evento adverso impactante y el modo de afrontamiento. En los resultados del mismo, y en términos de porcentajes de relaciones significativas, éste es el lazo más débil entre los tres eslabones de la cadena evento -afrontamiento- consecuencias. En menos de un tercio de las asociaciones entre evento y afrontamiento se alcanzó el nivel de significación de  $p < .05$ , cuando en cambio se llega casi a la mitad en el conjunto de relaciones entre afrontamiento y consecuencias (Fierro y Jiménez, 1998a). Esto quiere decir, cuando menos, que la naturaleza del evento no es ni mucho el menos el único y quizá ni siquiera el principal determinante del modo de afrontar.

Así, pues, si la naturaleza misma de los hechos estresores o impactantes, situacionales por tanto, no se asocia con los modos de afrontar más que en pequeña medida ¿no valdrá la pena averiguar en qué medida esos modos se asocian con características de la persona? Un acercamiento en términos de procesos puede ser complementado con un acercamiento en términos de variables personales (Tennen y Affleck, 1998). Esta ha sido la línea directriz de numerosas investigaciones, que han explorado las relaciones de los modos de afrontamiento con características personales más o menos estables de los sujetos (Costa, Somerfield y McCrae, 1996). Se ha hallado relación de esos modos con variables tan distintas como extraversión y apertura a la experiencia (Affleck y Tennen, 1996), lugar de control (Heszen-Niejodek, 1997), y también con los "cinco grandes factores" (Matthews, Saklofke, Costa, Paul, Deary y Zeidner, 1998), en particular con meticulosidad y amabilidad (O'Brien y DeLongis, 1996).

En ese punto el estudio del afrontamiento converge con otra línea de investigación. Es la que explora las dimensiones del constructo bipolar (y de las correspondientes realidades comportamentales) de salud mental / trastorno psicopatológico. Es asunto muy discutido y lo es ya desde el debate mismo de si el trastorno ha de ser abordado en términos sólo o principalmente categóricos, de clasificación, o bien -o también- en términos dimensionales, de continuidad (Millon, 1996). Sobre esa suposición ha sido propuesto un modelo

bidimensional de salud mental, cuyos dos ejes bipolares son: 1) bienestar / malestar personal subjetivo, y 2) adaptación / inadaptación social (Cardenal y Fierro, 2001; Fierro y Cardenal, 1996). El modelo postula que al menos esas dos dimensiones son imprescindibles y muy relevantes para describir el espacio multidimensional de la salud y del trastorno psicológico.

Al servicio de ese modelo, para investigar en las dimensiones así definidas, se han desarrollado sendas escalas: *Escala de Bienestar Personal* (en adelante, EBP) y *Escala de Adaptación Social* (EAS), de 33 y 34 ítems respectivamente. Informes anteriores han presentado propiedades psicométricas de esas Escalas (Rivas, Fierro, Jiménez y Berrocal, 1998) y también correlaciones de las puntuaciones que en ellas obtienen los sujetos con otras variables, sean de predisposición a trastorno psicopatológico, sean de estructura básica de la personalidad, como son los "cinco grandes factores" (Fierro, Jiménez y Ramírez, 1998).

La evidencia empírica que de manera conjunta se desprende de los estudios sobre personalidad y afrontamiento, por un lado, y del modelo bidimensional de EBP y EAS, por otro, autoriza a suponer que las medidas en estas Escalas deben de mostrarse asociadas con los modos de afrontar eventos adversos impactantes. El contenido de las Escalas, además, permite conjeturar que será precisamente el bienestar personal, tal como lo evalúa EBP, el que más claramente se relacione con modos de afrontamiento. Con la finalidad de poner a prueba esta hipótesis, en la presente investigación se han examinado algunas de las variables que en la literatura aparecen asociadas a modos de afrontamiento: bienestar personal, adaptación social, lugar de control, neuroticismo y extraversión. Las tres últimas han sido evaluadas mediante instrumentos al uso, que luego se especificarán; las dos primeras, mediante las Escalas EBP y EAS ya referidas. La conveniencia de no multiplicar con unos mismos sujetos el número y extensión de las pruebas ha aconsejado realizarlas con dos grupos distintos. A ellos corresponden sendos estudios, expuestos a continuación y que obedecen a una misma lógica y a las mismas hipótesis. En concreto se espera: a) que los modos funcionales de afrontar aparezcan asociados a lugar interno de control, adaptación, bienestar y extraversión, y disociados, en cambio, de neuroticismo; b) obtener un perfil coherente de dimensiones de personalidad, donde aparezcan significativamente asociadas todas ellas entre sí, pero en sentido negativo por lo que toca a asociación de neuroticismo con las demás; c) que bienestar personal (EBP) aparezca más claramente relacionado con los modos de afrontamiento.

## ESTUDIO 1

**Método****Sujetos**

Los sujetos de este primer estudio fueron 75 estudiantes universitarios de Psicopedagogía de ambos sexos, que participaron en él de forma voluntaria. Cumplimentaron los instrumentos de evaluación en dos sesiones separadas por una semana. Los instrumentos se aplicaron de modo colectivo en el aula. Se aseguró el anonimato utilizando un lema para la identificación individual de los sujetos.

**Instrumentos**

En la primera sesión se aplicaron a los sujetos la Escala de Bienestar Personal (EBP) y el Cuestionario de Acontecimientos Impactantes (CAI), de Fierro y Jiménez (1998b) en la versión que, respecto a modos de afrontar, se indica en el Anexo; en la sesión segunda, el Cuestionario EPQ-J, de Eysenck (TEA, 1982) en sus escalas de Neuroticismo y Extraversión.

**Resultados**

Las variables de personalidad evaluadas aparecieron correlacionadas entre sí con los valores recogidos en la Tabla 1.

**TABLA 1**  
**CORRELACIONES ENTRE LAS VARIABLES DE PERSONALIDAD**

	Neuroticismo	Extraversión
Bienestar personal	-0.65 **	0.29*
Neuroticismo		0.18

\* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

Resultan significativas las correlaciones de Bienestar Personal con Neuroticismo y Extraversión, destacando la alta asociación negativa entre Bienestar Personal y Neuroticismo, que hace pensar en la similitud entre ambas. La correlación entre Extraversión y Neuroticismo no es significativa, pero apunta en una dirección a la

espera de confirmación en otros resultados.

En cuanto al objetivo principal del estudio, a la asociación entre esas variables personales y los modos de afrontamiento, la Tabla 2 presenta las correlaciones obtenidas, omitiendo las que no son significativas.

De los 14 modos de afrontar, 8 aparecen relacionados con variables de personalidad. En el presente Estudio, Bienestar Personal se asocia negativamente a modos de afrontar como “limitarse a aguantar y sufrir”, “dejar pasar el tiempo”, “negar el hecho” y “tratar de olvidar”, que son evitativos y pasivos, a la vez que poco adaptativos. Igualmente Extraversión correlaciona con signo negativo con esos modos de afrontamiento y con “tratar de reconsiderar el caso y verlo desde otro punto de vista”.

La consideración conjunta de las dos Tablas anteriores ha aconsejado realizar un análisis de correlaciones parciales. Este permite conocer si las asociaciones encontradas con los modos de afrontamiento pueden explicarse por la relación entre las variables de personalidad. Para contrastar la hipótesis de que el factor de Bienestar Personal es la variable que explica en mayor medida las relaciones con los modos de afrontar, se han hallado las correlaciones parciales de Neuroticismo y Extraversión, controlando Bienestar Personal, con los modos de afrontamiento con los que se encontraron asociaciones significativas. Estas correlaciones parciales se presentan en la Tabla 3.

Las correlaciones parciales (controlando Bienestar Personal) son notablemente más bajas. Ahora Neuroticismo no tiene ninguna relación estadísticamente significativa con ningún modo de afrontamiento, en tanto que la variable Extraversión sólo mantiene dos correlaciones a niveles significativos. Otras correlaciones de Neuroticismo, que eran altas y significativas, de 0.32 y 0.47, al controlar la variable Bienestar Personal, se transforman en correlaciones débiles de 0.06 y 0.16. En Extraversión se dan también cambios importantes: cabe mencionar la correlación con “limitarse a aguantar y sufrir”, que desde -0.33 y con significación  $p < 0.01$ , desciende hasta -0.20, dejando de ser significativa para  $p < 0.1$ .

Completando el análisis de correlaciones parciales, la Tabla 4 presenta por último las correlaciones parciales

**TABLA 2**  
**CORRELACIONES ENTRE VARIABLES DE PERSONALIDAD Y MODOS DE AFRONTAMIENTO**

	Actividad	Cambio	Reconsiderar	Empeño	Aguante	Tiempo	Negación	Olvidar
Bienestar Personal	-	-			-0.55**	-0.40**	-0.20+	-0.30*
Neuroticismo	0.22+	0.22	-	0.24*	0.47**	0.32**	-	-
Extraversión	-	-	-0.33**	-0.20+	-0.33**	-0.31*	-	-

+  $p < .10$  \* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

**TABLA 3**  
CORRELACIONES PARCIALES, CONTROLANDO BIENESTAR PERSONAL, ENTRE NEUROTICISMO Y EXTRAVERSIÓN Y MODOS DE AFRONTAMIENTO

	Actividad	Cambio	Reconsiderar	Empeño	Aguante	Tiempo
Neuroticismo	0.17	0.15	-	0.16	0.16	0.06
Extraversión	-	-	0.31**	-0.16	-0.20	0.22+

+p<.10 \*p<0.05 \*\*p<0.01

de Bienestar Personal controlando por un lado Neuroticismo y por otro Extraversión.

Las correlaciones de Bienestar Personal con los diferentes modos de afrontar no se ven muy mermadas si se controla sea Neuroticismo o bien Extraversión. Las correlaciones parciales continúan siendo significativas ( $p<0.01$ ) con dos modos de afrontar. Son más notorios los efectos cuando se controla la variable de Neuroticismo, de modo que las correlaciones con “aguantar” y “dejar pasar el tiempo”, de  $-0.55$  y  $-0.40$  pasan a ser asociaciones más débiles, de  $-0.39$  y  $-0.29$ . Puede reiterarse, no obstante, que las correlaciones de Neuroticismo con estos dos modos de afrontar sufren mayor variación cuando se controla Bienestar Personal, cambiando desde unas correlaciones simples de  $0.47$  y  $0.32$  hasta unas correlaciones parciales de  $0.16$  y  $0.06$ . Las correlaciones parciales de Bienestar Personal controlando Extraversión son prácticamente iguales que las correlaciones obtenidas de forma bivariada.

## ESTUDIO 2

El Estudio 2 conserva la estructura y método del Estudio 1, aunque con otros sujetos y otras variables.

### Método

#### Sujetos

Los sujetos fueron 97 estudiantes del primer curso de Psicología, de ambos sexos. Participaron voluntariamente en el estudio y cumplieron el cuestionario sobre

afrontamiento y las escalas de variables personales en dos sesiones, dentro del aula. Lo hicieron de forma anónima, con un lema que sirvió de clave para la asignación de los protocolos a sujetos concretos.

### Instrumentos

En una primera sesión se fueron aplicados a los sujetos la Escala de Bienestar Personal (EBP) y el Cuestionario de Acontecimientos Impactantes (CAI), de Fierro y Jiménez (1998b) con la lista de modos de afrontar que se indica en el Anexo; en la segunda, la Escala de Adaptación Social (EAS), así como la Escala de Lugar de Control para Situaciones Interpersonales para Niños y Adolescentes, de Godoy, Rodríguez-Naranjo, Esteve y Silva (1993). Esta última consta de dos dimensiones, una de internalidad y otra de controlabilidad. Sin embargo, para los análisis del Estudio 2 se ha operado con un puntaje resultante de la suma de ambas puntuaciones en cada sujeto. Dicha variable, en consecuencia, corresponde a un valor de expectativa, que es lugar interno de control.

### Resultados

En primer lugar se presentan las correlaciones obtenidas entre las distintas dimensiones de personalidad que se han evaluado. Estas correlaciones se recogen en la Tabla 5.

Se han calculado asimismo las correlaciones entre las variables de personalidad y los modos de afrontamiento utilizados por los sujetos ante un evento impactante reciente. La Tabla 6 presenta estas correlaciones omitiendo las asociaciones no significativas y por ello los

**TABLA 4**  
CORRELACIONES PARCIALES ENTRE BIENESTAR PERSONAL Y MODOS DE AFRONTAMIENTO, CONTROLANDO NEUROTICISMO Y EXTRAVERSIÓN

	Aguante	Tiempo	Negación	Olvidar
Bienestar Personal (Controlando Neuroticismo)	-0.39**	-0.29**	-0.17	-0.28*
Bienestar Personal (Controlando Extraversión)	0.52**	0.32**	-0.12	-0.28*

+p<.10 \*p<0.05 \*\*p<0.01

**TABLA 5**  
**CORRELACIONES ENTRE LAS VARIABLES DE PERSONALIDAD**

	Adaptación Social	Lugar de control
Bienestar personal	0.60 **	0.38**
Adaptación Social		0.39**

\*\*p<0.01

modos de afrontar que no correlacionan con ninguna de las dimensiones personales estudiadas.

Bienestar Personal, la variable central en la presente investigación, correlaciona de manera negativa y significativa con tres modos de afrontar que pueden considerarse poco adaptativos, pasivos y evitativos: “limitarme a aguantar y sufrir”, “aceptar y tratar de mantener la calma” y “tratar de olvidar”. Además, se asocia negativamente también a una estrategia, “cambiando algunas cosas de mi vida”, que aunque activa, tampoco puede considerarse aproximativa o dirigida al problema. Adaptación Social y Lugar de Control, mantienen menos asociaciones significativas con los mismos modos de afrontamiento, en grado más débil, pero en la misma dirección que Bienestar Personal.

La intensa asociación de EBP con EAS y Lugar de Control recogida en la Tabla 5, plantea la posibilidad de que las correlaciones entre AS y Lugar de Control con los modos de afrontamiento sean debidas en buena parte a la doble relación de Bienestar Personal tanto con Adaptación Social y Lugar de Control, como con esos mismos modos de afrontar. Para estimar si las correlaciones entre Adaptación Social y Lugar de Control con los modos de afrontamiento pueden ser explicadas por Bienestar Personal, se calculan las correlaciones parciales de estas dos variables personales con los modos de afrontar con los que tienen correlaciones bivariadas estadísticamente significativas. Estas correlaciones parciales, controlando Bienestar Personal, están en la Tabla 7.

Según aparece en la Tabla 7, cuando se controla Bienestar Personal, las correlaciones descienden notablemente, de modo que no queda ni una sola asociación significativa bien sea de Adaptación Social o de Lugar de

**TABLA 7**  
**CORRELACIONES PARCIALES ENTRE ADAPTACIÓN SOCIAL Y LUGAR DE CONTROL, Y MODOS DE AFRONTAMIENTO, CONTROLANDO BIENESTAR PERSONAL**

	Aguante	Cambio	Olvidar
Adaptación Social	-0.03	-0.12	0.01
Lugar de Control	-0.09	-0.11	-

+ p<.10 \*p<0.05 \*\*p<0.01

Control con modo de afrontamiento alguno. Los cambios más importantes son los de Adaptación Social, que de unas correlaciones bivariadas de -0.23, -0.26 y -0.24, pasa a unas correlaciones parciales prácticamente nulas de -0.03, -0.12 y 0.01. Los cambios de las correlaciones con Lugar de Control son menores, pero tampoco desdenables.

Se han hallado igualmente las correlaciones parciales de Bienestar Personal controlando las variables Adaptación Social y Lugar de Control. Con estas correlaciones se ha confeccionado la Tabla 8.

Las correlaciones parciales de Bienestar Personal con los modos de afrontamiento siguen siendo en su mayoría estadísticamente significativas. Los cambios más pronunciados se dan al controlar Adaptación Social, dada la fuerte asociación entre ellas. Controlando AS, las correlaciones significativas de BP con “cambiando algunas cosas de mi vida” y “aceptando y tratando de mantener la calma”, pasan a ser estadísticamente no significativas. Cuando se controla Lugar de Control los cambios son menores y prácticamente sólo afectan a la correlación de BP con “limitarme a aguantar y sufrir”.

## CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Los resultados son ampliamente coherentes con los hallados por otros investigadores. Las variables de personalidad utilizadas en ambos estudios han sido cinco,

**TABLA 6**  
**CORRELACIONES ENTRE VARIABLES PERSONALES Y MODOS DE AFRONTAMIENTO**

	Aguante	Cambio	Calma	Olvidar
Bienestar Personal	-0.35**	-0.28**	-0.22*	-0.40**
Adaptación Social	-0.23*	-0.26**	-	-0.24*
Lugar de Control	-0.21*	-0.21*	-	-

+p<.10 \*p<0.05 \*\*p<0.01

**TABLA 8**  
**CORRELACIONES PARCIALES DE BIENESTAR PERSONAL CON MODOS DE AFRONTAMIENTO**

	Aguante	Cambio	Calma	Olvidar
Bienestar Personal (Controlando Adaptación Social)	-0.27**	-0.16	-0.16	-0.33**
Bienestar Personal (Controlando Lugar de Control)	-0.21*	-0.29**	-0.22**	-0.37**

+ p<.10 \* p<0.05 \*\*p<0.01

todas ellas consideradas por diversos autores como relacionadas con modos de afrontar particulares. En un primer análisis de los datos en ambos estudios, con un análisis correlacional simple, las cinco variables aparecen asociadas a determinados modos de afrontamiento, además, en línea o en la dirección en que señalan otros estudios. Así, aunque unos en mayor medida que otros, el Bienestar Personal, la Adaptación Social, el Lugar de Control y la Extraversión están asociados negativamente a modos de afrontamiento en general pasivos o dirigidos a la emoción, tales como limitarse a aguantar y sufrir, tratar de olvidar o simplemente dejar pasar el tiempo. La variable de Neuroticismo, la única cuyas puntuaciones altas se consideran poco saludables, correlaciona de forma positiva con modos de afrontar evitativos o dirigidos a la emoción.

Así, pues, variables de personalidad predicen no sólo modos de afrontamiento, sino también la doble dirección, funcional o disfuncional, de los modos de afrontar. Hay un perfil coherente y sólido en las relaciones entre los factores personales y el perfil conductual de afrontamiento. En general, quienes puntúan alto en Neuroticismo tienden a involucrarse en aquellos modos de afrontar que precisamente son evitados por quienes puntúan alto en Bienestar Personal, Adaptación Social y Lugar Interno de Control. Estas últimas personas son más eficaces al afrontar, por lo menos al evitar un afrontamiento disfuncional.

En la hipótesis de que algunas de las relaciones encontradas en los dos estudios –entre variables personales y afrontamiento– podrían ser explicadas por la influencia del Bienestar Personal, se ha procedido a la obtención de análisis correlacionales parciales. Los resultados son esclarecedores. Si controlamos la variable Bienestar Personal, esto es, si eliminamos la influencia del Bienestar Personal, la asociación entre las restantes dimensiones de personalidad y el afrontamiento es prácticamente irrelevante a nivel estadístico. Controlando Bienestar Personal tan sólo la Extraversión conserva alguna relación significativa con los modos de afrontamiento.

En la presente investigación, por tanto, Bienestar

Personal se ha mostrado muy potente en los diferentes análisis. Es la variable que muestra correlaciones más altas y significativas con los modos de afrontar y la que las sigue conservando al calcular correlaciones parciales. En definitiva, es la variable que parece estar detrás de las asociaciones encontradas entre otras variables de personalidad y algunos modos de afrontamiento.

#### REFERENCIAS

- Affleck, G. & Tennen, H. (1996). Construing benefits from adversity: Adaptational significance and dispositional underpinnings. *Journal of Personality*, 64(4), 899-922.
- Cardenal, V. y Fierro, A. (2001). Sexo y edad en estilos de personalidad, bienestar personal y adaptación social. *Psicothema*, 13(118-126),
- Costa, P. T., Somerfield, M.R. y McCrae, R.R. (1996). Personality and coping: a reconceptualization. En: M. Zeidner y N.E. Endler (Eds), *Handbook of coping: theory, research, applications*. Nueva York: Wiley.
- Fierro, A. y Cardenal, V. (1996). Dimensiones de personalidad y satisfacción personal. *Revista de Psicología general y aplicada*, 49(1), 65-82.
- Fierro, A. & Jiménez, J.A. (1998a). Eventos estresantes y afrontamiento en el dominio familiar: construcción conceptual y aproximación empírica. En: J. Buendía (Ed.), *Familia y psicología de la salud*. Madrid: Pirámide.
- Fierro, A. & Jiménez, J.A. (1998b). Un formato de estudio de acontecimientos impactantes y de su afrontamiento. *Escritos de Psicología*, 2, 52-65.
- Fierro, A., Jiménez, J.A. & Ramírez, C. (1998). Los “cinco grandes” y la personalidad sana. En: M.P. Sánchez & Quiroga, *Perspectivas actuales en la investigación psicológica de las diferencias individuales*. Madrid: Ramón Areces.
- Fierro-Hernández, C. & Jiménez, J.A. (1999). Bienestar y consecuencias de afrontar un evento impactante en jóvenes. *Estudios de Psicología*, 62, 39-54.
- Godoy, A., Rodríguez-Naranjo, C., Esteve, R. & Silva, F. (Escalas de lugar de control en situaciones académicas (ELC-A) y en situaciones interpersonales (ELC-I) para niños y adolescentes). (1993). En: F. Silva & C. Martorell (Eds), *Evaluación de la personalidad infantil y juvenil*. Madrid: Mepsa.
- Heszen-Niejodek, I. (1997). Coping style and its role in coping with stressful encounters. *European Psychologist*, 2 (4), 342-351

- Matthews, G. S., Saklofske, D.H., Costa, P.T., Deary, I.J. & Zeidner, M. (1998). Dimensional models of personality: A framework for systematic clinical assessment. *European Journal of Psychological Assessment*, 14(1), 36-49.
- Millon, T. (1996). *Disorders of personality: DSM-IV and beyond*. New York: Wiley.
- O'Brien, T. B. & DeLongis, A. (1996). The interactional context of problem-, emotion-, and relationship-focused coping: the role of the Big Five personality factors. *Journal of Personality*, 64 (4), 775-813.
- Rivas, T., Fierro, A., Jiménez, J.A. & Berrocal, C. *Estudio de la estructura unidimensional de las Escalas de Bienestar personal y adaptación social*. Comunicación al Congreso de Evaluación Psicológica, Benalmádena, Spain, may 1998.
- Suls, J. D., David, J.P. & Harvey, J.H. (1996). *Personality and coping: three generations of research*. *Journal of personality*, 64 (4), 711-735.
- Tennen, H. & Affleck, G. (1998). Personality and transformation in the face of adversity. C. L. Park et al. (Eds) En: R.G. Tedeschi, *Postraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*. Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates.

---

#### ANEXO

---

##### MODOS DE AFRONTAMIENTO CONTEMPLADOS EN LA PRESENTE INVESTIGACIÓN (Y ABREVIATURAS EN LAS TABLAS)

- “Tratando de olvidar o simplemente no siendo consciente de ello” (*olvidar*)
  - “Pasando del problema, desentendiéndome” (*pasar*)
  - “Tratando de buscar soluciones como ante un problema cualquiera” (*soluciones*)
  - “Aceptando y tratando de mantener la calma” (*calma*)
  - “Tratar de reconsiderar el caso y verlo desde otro punto de vista” (*reconsiderar*)
  - “Echando mano de los recursos que uno tiene” (*recursos*)
  - “Hablando con otras personas y buscando apoyo en ellas” (*hablar*)
  - “Poniendo todo el empeño en el asunto y casi sólo en él” (*empeño*)
  - “Volcándome en el estudio o en actividades” (*actividad*)
  - “Cambiando algunas cosas en mi vida” (*cambio*)
  - “Organizando mi vida con un plan de acción” (*plan*)
  - “Negándome a reconocer el hecho y a ver el problema” (*negación*)
  - “Dejando pasar el tiempo” (*tiempo*)
  - “Limitándome a aguantar y sufrir” (*aguante*)
-