

***Stress, strategie  
di affrontamento  
e caratteristiche  
di personalità in  
pronto soccorso***

# STRESS e COPING

STRESS = insieme di reazioni adattive di natura sia fisiologica sia psicologica attivate da un evento minaccioso (stressor).

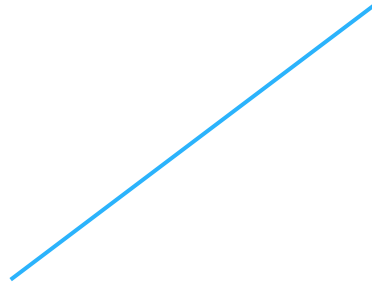


COPING = Processo mediante il quale una persona cerca di far fronte alle richieste stressanti

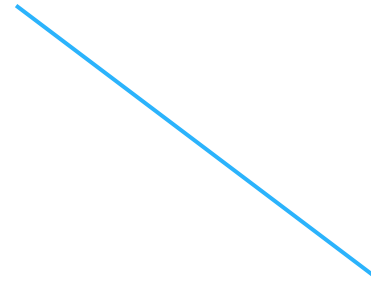
## STRATEGIE DI COPING (Lazarus e Folkman, 1984):

- COPING CENTRATO SUL PROBLEMA = concentrarsi sul problema insorto, cercando un modo per cambiarlo/risolverlo
- COPING CENTRATO SULLE EMOZIONI = alleviare le emozioni negative associate alla situazione stressante
- EVITAMENTO = comportamenti di fuga o impegnarsi in attività che distolgono l'attenzione dal problema

Le strategie di coping che le persone utilizzano dipendono



dagli aspetti ambientali  
(le risorse, le richieste  
e il carico cognitivo)



dalle caratteristiche  
individuali

## CARATTERISTICHE DI PERSONALITA'

Il modello del Big Five individua 5 tendenze generali:

- ESTROVERSIONE = ricerca attivamente la compagnia degli altri. Loquace, spigliato e con buona capacità di leadership.



- COSCIENZIOSITA' = accuratezza e precisione nelle attività intraprese. Molto responsabile.



- STABILITA' EMOTIVA = capace di controllare l'ansia in tutte le situazioni. Risulta sempre calmo e rilassato.



- AMICALITA' = privilegia il bene degli altri al proprio. Educato e garbato con tutti, risultando estremamente affabile.



- APERTURA MENTALE = originale e creativo. Interessato alle novità e alle altre culture. È sempre ben informato.

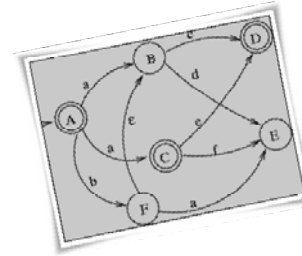


## POSITIVITA'

Disposizione generale caratterizzata da:

- Ottimismo (stato d'animo positivo e tendenza ad attendersi dall'ambiente fisico e sociale qualcosa di favorevole e vantaggioso per se stessi)
- Autostima (considerazione positiva di sé)
- Soddisfazione di vita (valutazione positiva della propria vita e delle esperienze vissute)

## STILE DI PENSIERO



-PENSIERO ANALITICO = suddividere un problema negli elementi costitutivi, al fine di individuare soluzioni operative e pianificare appropriate azioni o attività.

-PENSIERO INTUITIVO = prendere decisioni in maniera rapida, senza prendere in esame tutti gli aspetti della situazione e senza riflettere più di tanto





## BISOGNO DI CHIUSURA COGNITIVA

È il “*bisogno di ottenere una risposta chiara e non ambigua rispetto ad un oggetto di conoscenza*”.

E' costituito da:

- a) preferenza per ordine e struttura
- b) discomfort emotivo associato con l'ambiguità
- c) impazienza e impulsività nelle prese di decisione
- d) desiderio di sicurezza e predicibilità

# LO STUDIO

## *OBIETTIVO GENERALE*

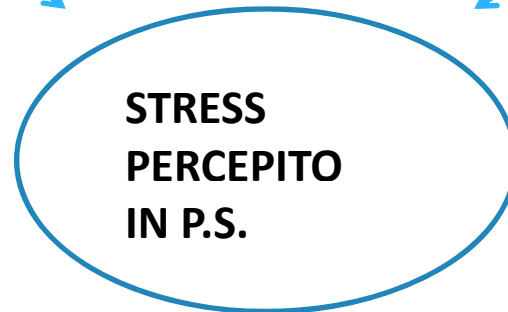
Indagare se esiste una relazione tra:

- livello di stress percepito;
- strategie di coping utilizzate;
- caratteristiche individuali: bisogno di chiusura cognitiva, positività, caratteristiche di personalità e stile di pensiero

## ***IPOTESI***

Strategie di coping

Caratteristiche  
individuali



**?** *Esistono delle caratteristiche di personalità e delle strategie di coping più funzionali per fronteggiare lo stress?*

## ***METODO***

### **CAMPIONE**

70 medici d'urgenza, 41 maschi e 29 femmine (età media = 40,84; dev. standard = 7,76).

### **STRUMENTI**

- CISS (Coping Inventory for Stressful Situations)
- BFO (Big Five Observer)
- P-SCALE (Positivity Scale)
- PID (Preference for Intuition and Deliberation)
- BCC (Bisogno di Chiusura Cognitiva)
- JSQ (Job Stress Questionnaire)

## ***RISULTATI***

### Effetti diretti sullo stress

- Il tipo di coping utilizzato influenza lo stress percepito:

coping centrato  
sul problema



riduce lo stress  
( $F=3,363$ ;  $gl=2$ ;  $p<.05$ )

coping centrato  
sulle emozioni

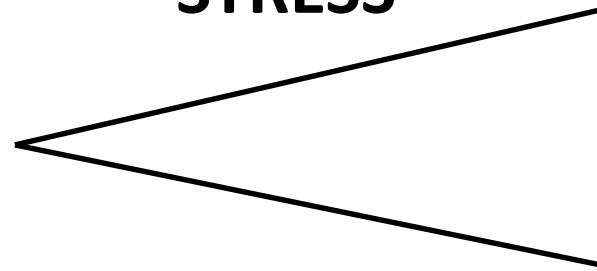


aumenta lo stress  
( $F=8,232$ ;  $gl=2$ ;  $p<.01$ )

- La positività ha effetti diretti sullo stress ( $F=5,582$ ;  $gl=2$ ;  $p<.01$ ): le persone con stile di pensiero positivo percepiscono meno stress

- Anche le caratteristiche di personalità hanno effetti sullo stress:

## STRESS



*Estroversione*

*introversione*

*Stab. Emot.*

*instab. Emot*

*Amical.*

*bassa amical.*

*Coscienz.*

*bassa coscienz.*

*Apertura ment.*

*chiusura ment.*

## Effetti sul tipo di coping:

Il tipo di coping utilizzato dipende sia dal bisogno di chiusura cognitiva sia dalla positività:

- le persone con elevato bisogno di chiusura cognitiva utilizzano maggiormente il coping centrato sulle emozioni ( $F=4,499$ ;  $gl=2$ ;  $p<.05$ ), strategia poco utilizzata da coloro con basso bisogno di chiusura cognitiva.
- le persone con alti punteggi di positività usano maggiormente il coping centrato sul problema ( $F=7,541$ ;  $gl=2$ ;  $p<.01$ ) mentre le persone con bassa positività usano soprattutto il coping sulle emozioni ( $F=4,182$ ;  $gl=2$ ;  $p<.05$ ).

## Profili di personalità

È stata applicata l'analisi fattoriale per individuare se ci sono dei pattern di personalità associati a ciascuna strategia di coping

	CLUSTER 1	CLUSTER 2	CLUSTER 3
POSITIVITA'	,776		
APERTURA MENTALE	,714		
COSCIENZIOSITA'	,679		
STABILITA' EMOTIVA	,713		
ESTROVERSIONE	,646		
COPING SUL PROBLEMA	,613		
COPING SULL'EMOZIONE	-,684	,560	
STILE ANALITICO		,795	
BISOGNO DI CHIUSURA COGNITIVA		,676	
AMICALITA'			,514
STILE INTUITIVO			,711
COPING EVITAMENTO			,617

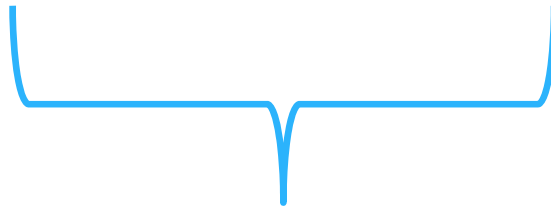


## CLUSTER A:

positività, estroversione, coscienziosità, stabilità emotiva, apertura mentale



coping centrato sul problema.



Tali caratteristiche risultano essere molto funzionali per gestire lo stress.

## CLUSTER B:

bisogno di chiusura cognitiva e pensiero analitico



coping centrato sulle emozioni.



Tali caratteristiche risultano essere disfunzionali nella gestione dello stress

## CLUSTER C:

Amicalità e pensiero intuitivo



Coping centrato sull'evitamento



Tali caratteristiche non risultano influenzare il livello di stress percepito

MA...

genere

età

anni di lavoro

non hanno effetti né sullo  
stress né sul coping



## ***CONCLUSIONI***

CARATTERISTICHE DI PERSONALITA'

POSITIVITA'

CHIUSURA COGNITIVA E  
PENSIERO ANALITICO

COPING SUL PROBLEMA

COPING SULLE EMOZIONI

STRESS



*Università Cattolica del Sacro Cuore*  
*Facoltà di Psicologia*

Dott.ssa Paola Iannello  
Dott.ssa Martina Gervasini