

## PS. PERSONALIDAD – JUN 2009 – 2ªPP-TIPO B

**INSTRUCCIONES:** Marque en la **HOJA DE LECTORA ÓPTICA** la alternativa (sólo una en cada pregunta) que considere **más acertada**. Preste atención al responder, teniendo en cuenta que los errores penalizan. Puede quedarse con las preguntas del examen. **No olvide rellenar el Tipo de examen, o su ejercicio no podrá ser corregido.**

1. Una de las ventajas del estilo de afrontamiento de los optimistas es que: (a) evitan los problemas y por lo tanto el malestar asociado; (b) obtienen información sobre el problema aunque el resultado no sea exitoso; (c) al ser optimistas no perciben ningún tipo de problema.

2. Según informa la investigación sobre el tema, una mayor y duradera felicidad, a nivel individual, parece asociarse con: (a) el progreso hacia metas extrínsecas; (b) experiencias positivas frecuentes de intensidad moderada; (c) una mayor riqueza.

3. La incidencia negativa de la ansiedad sobre el rendimiento se produce: (a) siempre que el rasgo de ansiedad es elevado; (b) cuando no hay congruencia entre rasgo y tipo de situación; (c) sólo en las situaciones en las que se activan niveles elevados de estado de ansiedad.

4. Desde la hipótesis diferencial, en una situación de hablar en público, presentarán más reacciones de estado de ansiedad: (a) los altos en rasgo de ansiedad general; (b) los altos en la faceta de rasgo de ansiedad que implica evaluación social; (c) todos los sujetos, siendo mayor, en cualquier caso, la ansiedad somática que la psíquica.

5. El mecanismo básico o fundamental del proceso de autorregulación de la conducta es: (a) proponerse metas a muy corto plazo; (b) la comparación y la reducción de discrepancias; (c) plantearse conductas que obtengan potentes reforzadores externos.

6. La actuación de procesos autorregulatorios: (a) se hace tanto más necesaria cuanto más automatizada esté la conducta; (b) se espera facilite el logro de la meta que se pretende alcanzar; (c) depende de la frecuencia con que se activen, aunque el nivel motivacional sea cero.

7. De acuerdo con el modelo atribucional de indefensión aprendida, si la experiencia de incontrolabilidad se atribuye a factores estables, es esperable que los déficits de indefensión desarrollados: (a) disminuyan la autoestima; (b) afecten a las diferentes áreas de la vida; (c) tengan mayor duración.

8. Un efecto típico de reactancia es: (a) la conformidad con la fuente amenazadora; (b) la reestructuración cognitiva de la conducta amenazada; (c) la atribución interna, estable y global.

9. Los estudios realizados indican que el estilo de apego que desarrolla el niño: (a) depende exclusivamente de cómo es tratado por su cuidador; (b) tiene cierta influencia en las relaciones de pareja posteriores; (c) determina al 100% todas las relaciones afectivas posteriores.

10. En los estudios de genética conductual se considera que el grado de parecido en la personalidad entre dos hermanos que se han criados juntos recoge: (a) el efecto del grado de similitud genética exclusivamente; (b) los efectos del grado de similitud genética y los factores ambientales compartidos; (c) sólo el efecto de los factores ambientales compartidos.

11. Bem y Allen concluyeron que: (a) el rasgo tenía una utilidad predictiva muy alta siempre; (b) la capacidad discriminativa de los individuos que se definían como variables era prácticamente nula; (c) el rasgo tenía una utilidad predictiva bastante aceptable para los individuos que se definían como consistentes.

12. Si bien la personalidad parece ser estable, también puede decirse que: (a) los cambios en los niveles medios absolutos en las facetas de la personalidad son elevados; (b) la capacidad adaptativa de la persona puede variar en función de la situación; (c) su consolidación comienza a decrecer a partir de los 30 años.

13. La imagen que uno tiene de sí mismo produce: (a) peor discriminación de la información congruente con la propia imagen; (b) elección de personas percibidas como distintas y complementarias; (c) que se juzgue a los demás de acuerdo con las dimensiones que son relevantes para uno mismo.

14. La probabilidad de que, tras una experiencia de éxito, uno espere obtener también éxito en distintas situaciones futuras, es mayor si uno se define a sí mismo en términos: (a) incondicionales; (b) condicionales; (c) contextualizados.

15. La investigación ha puesto de manifiesto que los intentos de evitar un pensamiento: (a) son procesos que no están implicados en el mecanismo de defensa de la proyección; (b) hacen que dicho pensamiento se convierta en crónicamente accesible; (c) consiguen sistemáticamente evitarlo.

16. El mecanismo de defensa que lleva a percibir la acción pero no el motivo subjetivo que la originó, se denomina: (a) formación reactiva; (b) racionalización; (c) sublimación.

17. Según el modelo de estrés psicológico: (a) la reactividad no influye en la aparición de la enfermedad cardiovascular; (b) una reacción fisiológica elevada y sostenida influye en la aparición de la enfermedad; (c) los factores genéticos son los determinantes con mayor peso en el progreso de la enfermedad.

18. La personalidad Tipo D se ha estudiado en relación con las enfermedades cardiovasculares para explicar: (a) su origen y desarrollo; (b) el peor pronóstico de los pacientes coronarios; (c) la baja adherencia al tratamiento de este tipo de enfermos.

19. Una de las condiciones que se tiene que dar para que la persona decida cambiar su conducta actual de riesgo y adoptar una conducta protectora de la salud es: (a) no tener presiones para llevar a cabo la conducta protectora; (b) creer que la conducta protectora alternativa aportará beneficios; (c) no percibir consecuencias negativas graves si continua desarrollando la conducta de riesgo.

20. Una estrategia eficaz para lograr mantener una conducta de salud una vez iniciada, consiste en: (a) minimizar la discrepancia entre esa conducta y otras alternativas de riesgo; (b) potenciar las respuestas emocionales positivas asociadas a esa conducta; (c) minimizar los logros alcanzados para continuar manteniendo el esfuerzo.

### EJERCICIO PRÁCTICO 1

Conteste a las siguientes preguntas teniendo en cuenta los datos de la tabla que se adjunta en la que aparecen las correlaciones obtenidas entre diferentes variables que fueron evaluadas a través de distintos autoinformes en un grupo 300 personas, en relación a cómo se sentirían y actuarían en una situación controlable.

|               | 1                  | 2                  | 3                  | 4                  |
|---------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 1.Optimismo   | -                  |                    |                    |                    |
| 2.V. amenaza  | 0,02               | -                  |                    |                    |
| 3.V. recursos | 0,42 <sub>a</sub>  | -0,36 <sub>a</sub> | -                  |                    |
| 4.A.C.P.      | 0,55 <sub>a</sub>  | 0,09               | 0,47 <sub>a</sub>  | -                  |
| 5.A.C.E.      | -0,49 <sub>a</sub> | 0,11               | -0,42 <sub>a</sub> | -0,38 <sub>a</sub> |

Notas: a= $p < 0,05$ ; V. amenaza= Valoración de la situación como amenazante; V. recursos= Valoración de recursos para hacer frente a la situación; A.C.P.= Afrontamiento centrado en el problema; A.C.E.= Afrontamiento centrado en la emoción

21. De acuerdo con los datos, se podría decir que entre optimismo y valoración de amenaza de la situación: (a) hay una relación directa; (b) no hay relación; (c) hay una relación indirecta.

22. El presente estudio es de naturaleza: (a) experimental; (b) observacional; (c) correlacional.

23. En este grupo la valoración de recursos para hacer frente a la situación se relaciona con: (a) menor uso de las estrategias centradas en el problema; (b) mayor valoración de amenaza de la situación; (c) menor uso de las estrategias centradas en la emoción.

24. Estos resultados: (a) confirman que optimismo y control no están asociados; (b) no aportan nada en relación con la posible relación entre optimismo y

control; (c) sugieren que optimismo se asocia en cierta medida con la creencia de control de la situación.

25. Los datos muestran que optimismo se asocia con: (a) menor afrontamiento centrado en los problemas; (b) mayor valoración de recursos para afrontar la situación; (c) mayor afrontamiento centrado en la emoción.

### EJERCICIO PRÁCTICO 2

Tras un programa de rehabilitación, todos los sujetos mostraron su firme propósito de mantener el programa de ejercicio físico entrenado. Al ser dados de alta, a la mitad de los sujetos se les pidió que planificasen las circunstancias en que llevarían a cabo el programa (grupo "contextualización"), mientras a los restantes sujetos simplemente se les animó a cumplir el programa (grupo "control"). En la siguiente tabla se recogen los datos sobre ejercicio físico (E-Fis) y nivel de intención (Inten) (escala 0-10 en ambos casos), de los sujetos en tres momentos del periodo de seguimiento. Teniendo en cuenta estos datos, responda a las siguientes cuestiones:

|         | 1ª semana |       | 6 meses |       | 2 años |       |
|---------|-----------|-------|---------|-------|--------|-------|
|         | E-Fis     | Inten | E-Fis   | Inten | E-Fis  | Inten |
| Contex  | 9         | 10    | 8       | 8     | 7      | 7     |
| Control | 4         | 10    | 2       | 8     | 0      | 7     |

26. La(s) variable(s) dependiente(s) medida(s) es(son): (a) ejercicio físico e intención; (b) contextualización de la intención; (c) contextualización de la intención y conducta.

27. Cabe esperar que el patrón diferencial que muestran los datos se cumpliría en mayor medida: (a) en tareas fáciles; (b) mientras más difícil sea la conducta; (c) cuanto mayor sea la experiencia previa en la conducta.

28. La evolución de los niveles de intención permite afirmar que las diferencias intergrupales en ejercicio físico: (a) son debidas en mayor medida a la actuación de procesos autorregulatorios; (b) se deben fundamentalmente a factores motivacionales; (c) son puramente aleatorias.

29. Estos datos apoyarían: (a) la relevancia de la percepción de control sobre la conducta; (b) el efecto diferencial del nivel motivacional de los sujetos al finalizar la etapa de rehabilitación; (c) la prevalencia explicativa diferencial de los procesos motivacionales y volitivos en distintas fases de la secuencia conductual.

30. Las diferencias intergrupales en ejercicio físico se deberían al: (a) nivel de intención de los sujetos; (b) mantenimiento del nivel motivacional; (c) efecto facilitador de la planificación de la conducta.