

1. El optimismo es: (a) una emoción positiva; (b) una expectativa generalizada; (c) un indicador de vulnerabilidad psicológica.

2. Desde la perspectiva "hedónica" del bienestar psicológico se considera que: (a) el afecto positivo y negativo son los dos extremos de la dimensión del afecto; (b) la felicidad es equivalente a la consecución de placer físico; (c) al hablar de felicidad, debe considerarse qué metas de las valoradas se consiguen.

3. Los estudios sobre riqueza y felicidad ponen de manifiesto que: (a) hay una relación positiva entre ambas variables; (b) la felicidad aumenta en los países que incrementan sus ingresos; (c) la relación positiva entre ambas parece encontrarse, en mayor medida, en países poco desarrollados.

4. El nivel de rasgo de ansiedad incide sobre el estado de ansiedad: (a) en todas las situaciones; (b) en situaciones que implican amenaza a la autoestima; (c) en situaciones valoradas positivamente por el sujeto.

5. El efecto de la ansiedad sobre la conducta de un sujeto se explica mejor desde: (a) su nivel de rasgo de ansiedad; (b) el nivel de estado de ansiedad que presenta en la situación analizada; (c) el conocimiento de los efectos producidos por la ansiedad en personas similares a él.

6. Los procesos de autorregulación se apoyan en: (a) el carácter propositivo de la conducta; (b) la determinación externa de la conducta; (c) la determinación biológica de los procesos cognitivos.

7. Cuando la persona consigue realizar con éxito una conducta que favorece su camino hacia una meta importante: (a) se produce un aumento motivacional; (b) se manifiesta un estado emocional positivo; (c) se consigue mantener o aumentar el esfuerzo futuro, favorecido por el balance emocional favorable.

8. La cantidad de reactancia ante la amenaza a una libertad de conducta será mayor cuando: (a) la persona se sentía libre para llevar a cabo dicha conducta; (b) puede obtener el mismo resultado a través de otras acciones; (c) la amenaza proviene de un igual o de un miembro de su grupo.

9. Desde el paradigma experimental tradicionalmente utilizado, la reactancia puede manifestarse: (a) sobrevalorando la alternativa recibida; (b) infravalorando la alternativa eliminada; (c) valorando más positivamente la alternativa eliminada.

10. El índice de heredabilidad ( $h^2$ ) de una característica de personalidad recoge el grado en que las diferencias individuales en esa

característica se deben a: (a) factores genéticos; (b) factores ambientales; (c) la interacción entre factores ambientales y genéticos.

11. Los niños que reaccionan con estrés a la separación de la madre muestran un estilo de apego: (a) inseguro-resistente o ansioso; (b) evitativo; (c) irritable-desapegado.

12. En los estudios transversales dirigidos a estudiar la estabilidad de la Personalidad: (a) pueden confundirse los efectos madurativos con los generacionales; (b) no intervienen efectos generacionales por experimentar los sujetos circunstancias similares; (c) es difícil evitar la pérdida de sujetos.

13. Los estudios sobre estabilidad de las diferencias individuales muestran que: (a) no se producen cambios en las dimensiones de personalidad; (b) se producen más cambios en las mujeres que en los hombres; (c) la posición relativa de cada individuo en las variables de personalidad permanece relativamente estable, aunque se produzcan cambios con la edad.

14. Con la edad, aumentan los valores medios en: (a) Extraversión y Apertura Mental; (b) Afabilidad y Tesón; (c) Neuroticismo y Tesón.

15. Las personas que se definen a sí mismas en términos incondicionados: (a) presentarán menor reactividad emocional tras una experiencia de éxito; (b) utilizarán más estereotipos en sus juicios interpersonales; (c) atribuirán sus resultados a las características de la situación.

16. La posibilidad de que se aprecien discrepancias entre lo que uno piensa y lo que de hecho hace será mayor en las personas: (a) con un autoconcepto complejo; (b) emocionalmente inestables; (c) con alta autoestima.

17. En personas altas en Tesón, en caso de conflicto en la dinámica afectivo-motivacional asociada al autoconcepto, domina la necesidad de: (a) consideración positiva; (b) causar buena impresión; (c) consistencia personal.

18. Cuando "se separa la emoción del contenido de la memoria" se está utilizando el mecanismo de defensa denominado: (a) formación reactiva; (b) racionalización; (c) aislamiento.

19. El inconsciente, desde la aproximación cognitiva, actuaría: (a) intencionadamente; (b) de forma automática; (c) bajo la atención y control del individuo.

20. En el modelo de "vulnerabilidad constitucional" la personalidad: (a) causa la enfermedad; (b) es un correlato de las respuestas fisiológicas; (c) se relaciona de forma directa con la enfermedad.

21. Las asociaciones entre características de personalidad y síntomas percibidos: (a) deben completarse con evidencia de patología objetiva; (b) muestran el papel causal de la personalidad sobre la enfermedad; (c) indican la presencia de vulnerabilidad constitucional.

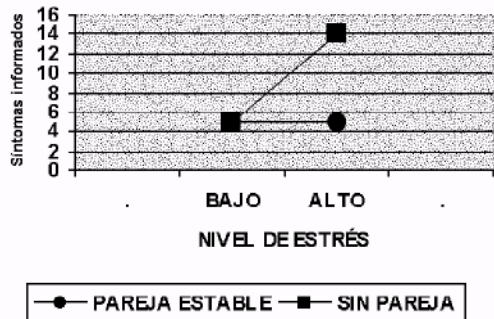
22. La creencia de que lo que ocurre en la vida es comprensible, manejable y significativo, define: (a) la personalidad resistente; (b) el sentido de coherencia; (c) el patrón de conducta Tipo-A.

23. El modelo que asocia el desarrollo de conducta protectora de la salud con los factores de actitud y norma subjetiva, sería el de: (a) acción razonada; (b) utilidad subjetiva esperada; (c) creencias sobre la salud.

24. La vulnerabilidad ante la enfermedad se infravalora especialmente cuando: (a) se percibe la situación como controlable; (b) la autoestima es baja; (c) la amenaza se debe a factores genéticos o ambientales.

### EJERCICIO PRÁCTICO

Utilizando los datos sobre nivel de estrés y apoyo social (existencia o no de pareja estable) recogidos en la figura, responda a las siguientes cuestiones:



25. Las variables independientes (W.II.) y Dependiente (V.D.) serían: (a) nivel de estrés y apoyo social (W.II.) y síntomas informados (V.D.); (b) nivel de estrés, síntomas (W.II.) y presencia de pareja (V.D.); (c) alto y bajo estrés (W.II.) y síntomas informados (V.D.).

26. Los datos muestran el: (a) efecto principal del nivel de apoyo; (b) efecto significativo de la interacción; (c) papel protector de la pareja estable, independientemente del nivel de estrés.

27. Según la figura, tener pareja estable: (a) ejerce siempre un papel protector; (b) facilita el incremento de estrés; (c) adquiere mayor significación ante niveles importantes de estrés.

28. Si todos los sujetos informaran más síntomas en el nivel de alto estrés que en el nivel bajo, persistiendo las diferencias entre ambos grupos de apoyo, y no mostraran diferencias en el nivel bajo, diríamos que el apoyo social ejerce un

efecto: (a) amortiguador (buffering) total; (b) amortiguador (buffering) parcial; (c) principal.

29. El papel protector del apoyo social puede funcionar a través de: (a) una valoración menos amenazante de la situación de estrés; (b) la utilización de estrategias de afrontamiento más adaptativas; (c) procesos más adaptativos de valoración y de afrontamiento del estrés.

30. En los estudios sobre apoyo y salud, adquiere mayor significación: (a) la satisfacción con el apoyo recibido; (b) el tamaño de la red social; (c) el tipo de apoyo recibido.