

INFLUENȚA VALORILOR UMANE ASUPRA MECANISMELOR DE COPING

DORINA MARIA NIJLOVEANU*, MIHAELA ROCO,
Universitatea din București, Facultatea de Psihologie și Științele Educației,
Departamentul de Psihologie Aplicată și Psihoterapie

Abstract

Especially in crisis situations it is necessary for people to activate inner resources to help them cope. This research focuses on two basic concepts, coping and human values. The objective of this study was to see which of the 10 human values influence different coping mechanisms. The sample consisted of 397 participants aged between 18 and 67 years with varying levels of professional and academic background. The results of regression analyses reported statistically significant influences for three of the four major coping dimensions, such that tradition negatively influences, self-direction, universalism, security, and benevolence positively influence problem-focused coping; self-direction negatively influences, achievement, benevolence, and hedonism positively influence social support-focused coping; universalism and self-direction negatively influence, and tradition, power, hedonism, and stimulation positively influence avoidance coping. Dimensions of emotion-focused coping is not influenced by any of the human values.

Cuvinte-cheie: coping focusat pe problemă, coping focusat pe emoții, coping focusat pe suport social, coping prin evitare, valori.

Keywords: problem focused coping, emotion focused coping, social support focused coping, avoidant coping, values.

1. INTRODUCERE

Studii mai vechi au raportat că valorile culturale prezic copingul religios doar prin mediatori precum tradiția, normele culturale sau perceperea dificultății pentru adaptare, predicții care au fost relatate și în funcție de tipul de personalitate, astfel că s-a rezumat influența valorilor în manifestarea strategiilor de coping emoțional și a copingului prin evitare în cazul persoanelor cu nevrotism la nivel ridicat și, de asemenea, influența valorilor în manifestarea strategiilor de coping prin suport social în cazul persoanelor cu extraversiune la nivel ridicat (Bardi, & Guerra, 2011). Unele dintre valorile incluse în inventarul PVQ (Schwartz, 1992) joacă rol de condiție pentru dezvoltarea unor relații semnificative a diferitelor variabile

* Dorina Maria Nijloveanu, Universitatea din București, Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Departamentul de Psihologie Aplicată și Psihoterapie, Sos. Panduri 90-91, 050663, București, România, E-mail: dorina.nijloveanu@unibuc.ro

psihologice, astfel că evenimentele adverse de viață se asociază cu conduitele prosociale de voluntariat, altruismul și empatia, însă doar la persoanele cu niveluri înalte de credințe benevolente (Lim, Poulin, Shaffer-Morrison, Ministerio, & Silver, 2024). Valori precum estetica, dreptatea și morala, altele decât cele măsurate în studiul de față, sunt asociate pozitiv cu copingul centrat pe cerințe, în timp ce valori precum hedonismul corelează cu stiluri de coping emoțional și prin evitare (Krok, 2015).

Multe studii empirice susțin influența sistemului de valori asupra comportamentului și atitudinilor. Autorii consideră că este necesar să fie luați în calcul și alți factori în afara valorilor umane: presiunile sau constrângerile situaționale (exprimarea unor astfel de valori poate fi limitată de factori externi, cum ar fi normele sociale); importanța valorii (proeminența valorilor în mintea unei persoane joacă rol în capacitatea sa de a modela atitudinile și comportamentul) și relevanța personală (congruența valorilor cu conceptul de sine sau obiectivele personale crește probabilitatea ca acestea să influențeze atitudinile și să ghideze comportamentul); diferențe individuale (unii oameni pot fi mai rezistenți la persuasiune bazată pe valori, în timp ce alții pot fi puternic influențați de valorile lor); luarea deciziilor bazate pe valori (oamenii își pot baza deciziile pe valorile lor pentru a-și ghida evaluările și preferințele, care, la rândul lor, le pot influența comportamentul ulterior); funcția expresivă a valorii (valorile pot servi ca mijloc pentru indivizi de a-și exprima identitatea sau afilierea la un anumit grup) (Nazirova, & Borbala, 2024).

În cazul adolescenților, de exemplu, sunt articole care susțin că sunt preocupați în primul rând de dezvoltarea unui set coerent și consistent de valori personale care să le guverneze comportamentul, iar atunci când aceste valori nu se pot atinge aceștia recurg la strategii disfuncționale de adaptare care le-ar putea dăuna sănătatea (Balmer *et al*, 1997). Altă variabilă cu care valorile au fost puse în relație este inteligența. Auto-direcționarea, bunăvoința și universalismul corelează pozitiv cu inteligența generală, și negativ cu securitatea, tradiția și conformismul. Inteligența cristalizată corelează mai puternic cu valorile decât inteligența fluidă. Valorile de bază au explicat mai multă variație în comparație cu valorile de ordin superior, în timp ce valorile înguste au oferit o predicție incrementală minimă. Valorile personale corespund mai puternic cu inteligența decât trăsăturile de personalitate (Anglim, & Marty, 2024).

În ceea ce privește copingul, a fost diferențiat în patru direcții diferite. Copingul focusat pe problemă se referă atât la strategii de orientare a gândirii către planificarea modului de acțiune, de concentrare a atenției asupra situației problematice prin evitarea distractorilor, sau strategii de surprindere a beneficiilor chiar și din situații cu complicate (Carver, Scheier și Weintraub, 1989). Sunt studii care susțin că strategiile de coping centrat pe problemă sunt în relație cu rezistența psihologică mediate de strategiile de creștere a fericirii (Altinsoy, & Aypay, 2023). În analize de relație multiplă, de asemenea, acest tip de strategie de apărare are un

rol important, de exemplu, sprijinul familial prezice pozitiv capitalul psihologic, capitalul psihologic prezice pozitiv copingul centrat pe problemă care prezice la rândul său bunăstarea (Wang, Ng, & Siu, 2023).

Copingul focusat pe emoții prin expectanță a circumstanțelor care vor permite acțiunea prin concentrare pasivă asupra factorului de stres, prin acceptarea realității când îmbunătățirea situației nu este posibilă, prin abordare religioasă cu apel la ajutorul din partea divinității (Carver, Scheier și Weintraub, 1989). Impactul problemelor psihosociale cu care se confruntă angajații cu ar fi stresul, îngrijorare și frica care poate provoca epuizare din cauza cerințelor șefului. Formele de strategii de coping aplicate sunt strategiile focusate pe problemă, dar și strategii de coping centrate pe emoții (Kurniyawan, 2023). De asemenea, copingul centrat pe emoții are un rol de mediator și în ceea ce privește relația dintre stresul perceput și mâncatul emoțional exclusiv în rândul participanților de sex feminine (Yilmazturk, Demir, & Celik-Orucu, 2023). Persoanele care utilizează strategii de coping prin evitare pot fi deosebit de vulnerabile la efectele stresului asupra alimentației emoționale și este sugerată abordarea strategiilor de gestionare a stresului, pe lângă reducerea barierelor din calea alimentației sănătoase (Dalton, 2024).

Copingul focusat pe sprijin social se realizează prin manifestarea în plan social a tendinței de a cere sfaturi, informații sau ajutor de altă natură, sau chiar prin solicitarea sprijinului moral din partea prietenilor, rudelor, colegilor, prin exprimarea emoțiilor sau chiar prin strategii de negare (Carver, Scheier și Weintraub, 1989).

Copingul prin evitare presupune utilizarea unor strategii mintale de evitare a problemelor prin activități de loisire, a unor strategii comportamentale prin reducerea efortului de a elimina factorii care interferează cu scopul sau prin consumul de substanțe (Carver, Scheier și Weintraub, 1989). Încrederea în oameni și în diferite autorități și instituții se asociază pozitiv cu adoptarea strategiilor de coping adaptiv, cum ar fi căutarea de sprijin social, reinterpretare și creștere activă, orientare spre rezolvarea problemelor. În schimb, acestea se asociază negativ cu strategii de adoptare a unor strategii de coping dezadaptative, cum ar fi evitarea (Graziani, Botindari, Menegatti, & Moscatelli, 2023). În cazul implementării un program de well-being, au fost identificați o serie de factori care au determinat succesul programului, precum: copingul prin evitare, stilul de viață sănătos și împreună cu alte abordări adaptative de coping (Sfeir, Akel, Hallit, & Obeid, 2023).

Dintre celelalte strategii de coping, umorul este o strategie studiată în calitate de moderator, de exemplu asupra relației între evitarea și suferința psihologică, cu o reducere a stresului perceput în timp ce se folosește un astfel de stil de coping în cazul unui nivel mediu spre ridicat de umor, susținându-se efectul benefic al umorului asupra sănătății mintale și evidențierea unui rol special al umorului ca moderator al altor strategii de coping (Simione, & Gnagnarella, 2023).

2. METODOLOGIA CERCETĂRII

2.1. OBIECTIVE ȘI IPOTEZE

Obiectivul studiului prezent a fost de a surprinde măsura în care sistemul de valori se află în relație cu dezvoltarea strategiilor de coping. În vederea atingerii acestui obiectiv au fost formulate mai multe ipoteze, în funcție de axele principale de manifestare a mecanismelor de coping.

I1. Sistemul de valori umane influențează copingul focusat pe problemă.

I2. Sistemul de valori umane influențează copingul focusat pe emoții.

I3. Sistemul de valori umane influențează copingul focusat pe suport social.

I4. Sistemul de valori umane influențează copingul prin evitare.

2.2. PARTICIPANȚI ȘI PROCEDURĂ

Eșantionul studiului de față a fost alcătuit din 397 de participanți dintre care 328 de gen feminin (82.6%) și 69 de gen masculin (17.4%), cu vârste de la 18 la 67 de ani ($M_{\text{vârstă}}=33.35$, $DS=11.27$) dintre care un număr de 52 (13.1%) provin din mediul rural iar restul de 345 (86.9%) din mediul urban, 121 (30.5%) absolvenți de liceu sau școală profesională, 126 (31.7%) absolvenți de facultate, 122 (30.7%) absolvenți de masterat și 28 (7.1%) sunt absolvenți de doctorat.

În vederea susținerii ipotezelor cercetării a fost elaborat un formular electronic distribuit ulterior pe diverse rețele de socializare prin care s-au colectat atât date demografice ale participanților cât și răspunsurile lor la itemii celor două chestionare utilizate. Baza de date s-a realizat și prelucrat cu ajutorul softului de statistică SPSS, versiunea 20, prin care s-au realizat analize de frecvență, analiză de statistică descriptive și proceduri de regresie liniară pentru verificarea modelelor ipotetice.

2.3. INSTRUMENTE

2.3.1. CHESTIONARUL COPE

Chestionarul COPE este un instrument dezvoltat de Carver, Scheier și Weintraub (1989) cu scopul de a măsura diferite mecanisme de coping pe care oamenii le utilizează. În cadrul celor 60 de itemi ai chestionarului se diferențiază un număr de 15 mecanisme de coping care se reunesc în cadrul a patru mari dimensiuni, copingul focusat pe problemă, copingul focusat pe emoție, copingul focusat pe suport social și copingul prin evitare. Chestionarul a fost tradus și validat în limba română de Crașovan și Sava (2013). Varianța în limba română a

chestionarului conține 4 variante răspuns pe scală Likert, de la „1. De obicei nu fac asta deloc”, la „4. De obicei fac asta în mare măsură”.

Copingul focusat pe problemă ($\alpha=.85$) conține: copingul prin planificare ($\alpha = .85$), copingul prin eliminarea activităților concurente ($\alpha=.68$), copingul de creștere și interpretare pozitivă ($\alpha = .64$). Copingul focusat pe emoție ($\alpha = .77$) conține: copingul prin acceptare ($\alpha = .73$), copingul religios ($\alpha = .93$). Copingul focusat pe suport social ($\alpha = .88$) conține: copingul prin utilizarea suportului social instrumental ($\alpha = .79$), copingul prin utilizarea suportului social emoțional ($\alpha = .86$), copingul prin exprimare emoțională ($\alpha = .76$). Copingul prin evitare ($\alpha = .82$) conține: copingul prin negare ($\alpha = .74$) și copingul prin dezactivare a comportamentului ($\alpha = .78$). Alte tipuri de strategii de coping măsurate sunt copingul prin consumul de substanțe ($\alpha = .97$) și copingul prin umor ($\alpha = .93$).

2.3.2. PORTRETUL VALORILOR

Chestionarul de măsurare a valorilor umane a fost construit în 1992 (Schwartz), ulterior urmând să fie revalidat pentru extinderea cross-culturală și dezvoltarea altor metode de măsurare (Schwartz *et al.*, 2001). De la disponibilitate la schimbare până la conservatorism și de la autorealizare la preocuparea pentru ceilalți, au fost inventariate un număr de 10 valori. Preocuparea pentru ceilalți (5 itemi, $\alpha = .58$) este alcătuită din subscalele benevolență și universalism, disponibilitatea pentru schimbare (6 itemi, $\alpha = .73$) este alcătuită din subscalele autodirecționare, stimulare și hedonism, autorealizarea (4 itemi, $\alpha = .73$) este alcătuită din subscalele creștere și putere și conservatorismul (6 itemi, $\alpha = .68$) este alcătuită din subscalele securitate, conformism și tradiție.

3. REZULTATE

Analiza datelor a presupus obținerea scorurilor medii ale variabilelor măsurate. În cazul valorilor, rezultatele au arătat cele mai mari scoruri la universalism ($M = 5.05$, $DS = .68$), benevolență ($M = 4.95$, $DS = .78$) autodirecționare ($M = 4.81$, $DS = .88$) și la disponibilitate la schimbare ($M = 4.23$, $DS = .81$) și cele mai mici scoruri la putere ($M = 3.33$, $DS = 1.14$) și autorealizare ($M = 3.69$, $DS = 1.02$). La celelalte tipuri de valori, scorurile medii au fost, de asemenea, la niveluri ridicate, conservatorism ($M = 4.03$, $DS = .90$), tradiție ($M = 3.76$, $DS = 1.19$), conformism ($M = 3.99$, $DS = 1.17$), securitate ($M = 4.35$, $DS = 1.12$), realizare ($M = 4.05$, $DS = 1.18$), hedonism ($M = 4.01$, $DS = 1.10$) și stimulare ($M = 3.88$, $DS = 1.15$). Mediile raportate la strategiile de coping arată că cel mai manifestat mecanism este copingul de creștere și interpretare pozitivă ($M = 3.29$, $DS = .49$) și cel mai puțin manifestat este copingul prin negare ($M = 1.76$, $DS = .65$). Alte scoruri medii au fost obținute la: copingul prin planificare ($M = 3.24$, $DS = .57$), copingul prin eliminarea activităților concurente ($M = 3.14$, $DS = .56$), ,

copingul prin acceptare ($M = 2.88$, $DS = .63$), copingul religios ($M = 2.41$, $DS = 1.00$), copingul prin utilizarea suportului social instrumental ($M = 2.84$, $DS = .70$), copingul prin utilizarea suportului social emoțional ($M = 2.81$, $DS = .79$), copingul prin exprimare emoțională ($M = 2.58$, $DS = .70$), copingul prin dezactivare a comportamentului ($M = 1.86$, $DS = .65$), copingul prin consumul de substanțe ($M = 1.27$, $DS = .66$), copingul prin umor ($M = 2.37$, $DS = .89$), copingul focusat pe problemă ($M = 3.00$, $DS = .48$), copingul focusat pe emoție ($M = 2.81$, $DS = .42$), copingul focusat pe suport social ($M = 2.74$, $DS = .61$), copingul prin evitare ($M = 2.05$, $DS = .52$).

Tabelul nr. 1
Scorurile medii ale variabilelor măsurate

	Media	DS	Skewness		Kurtosis	
				ES		ES
Coping prin planificare	3.24	.57	-.60	.12	.15	.24
Coping prin eliminarea activităților concurente	3.14	.56	-.55	.12	.47	.24
Coping de creștere și interpretare pozitivă	3.29	.49	-.48	.12	.17	.24
Coping prin acceptare	2.88	.63	-.34	.12	-.04	.24
Coping religios	2.41	1.00	.00	.12	-1.24	.24
Coping prin utilizarea suportului social instrumental	2.84	.70	-.42	.12	-.32	.24
Coping prin utilizarea suportului social emoțional	2.81	.79	-.28	.12	-.85	.24
Coping prin exprimare emoțională	2.58	.70	.07	.12	-.49	.24
Coping prin negare	1.76	.65	.91	.12	.54	.24
Coping prin dezactivare a comportamentului	1.86	.65	.80	.12	.44	.24
Coping prin consumul de substanțe	1.27	.66	2.62	.12	5.91	.24
Coping prin umor	2.37	.89	.18	.12	-.90	.24
Coping focusat pe problemă	3.00	.48	-.51	.12	.43	.24
Coping focusat pe emoție	2.81	.42	-.09	.12	-.36	.24
Coping focusat pe suport social	2.74	.61	-.22	.12	-.52	.24
Coping prin evitare	2.05	.52	.74	.12	1.08	.24
Benevolență	4.95	.78	-.63	.12	.32	.24
Universalism	5.05	.68	-.95	.12	2.54	.24
Autodirecționare	4.81	.88	-.58	.12	-.16	.24
Stimulare	3.88	1.15	-.23	.12	-.44	.24
Hedonism	4.01	1.10	-.31	.12	-.23	.24
Realizare	4.05	1.18	-.61	.12	.17	.24
Putere	3.33	1.14	-.07	.12	-.44	.24
Securitate	4.35	1.12	-.70	.12	.20	.24
Conformism	3.99	1.17	-.57	.12	.05	.24
Tradiție	3.76	1.19	-.30	.12	-.39	.24
Disponibilitatea la schimbare	4.23	.81	-.16	.12	-.21	.24
Autorealizare	3.69	1.02	-.32	.12	-.03	.24
Conservatorism	4.03	.90	-.56	.12	.19	.24

În urma verificării ipotezelor au reieșit trei modele susținute de rezultate. Primul model are ca predictorii valori precum tradiția, autodirecționarea, universalismul, securitatea și benevolența care explică 11% ($R^2 = .11$) din variația strategiilor de coping focusate pe problemă. Al doilea model are ca variabilă

dependentă copingul focusat pe suportul social, astfel că valori ca realizarea, autodirecționarea, benevolența și hedonismul explică 18% ($R^2 = .18$) din variație. În al treilea model au fost puse în relația de influență valorile tradiție, autodirecționare, putere, universalism, hedonism și stimulare care explică 21% ($R^2 = .18$) din variația copingului prin evitare.

Tabelul nr. 2
Influența valorilor în adoptarea strategiilor de coping

Model	R	R ²	R ² ajustat	Eroarea st. a estimării
1	.33 ^a	.11	.10	.46
2	.43 ^a	.18	.17	.55
3	.46 ^a	.21	.20	.46
1a. Predictorii: (Constant), tradiție, autodirecționare, universalism, securitate, benevolență				
2a. Predictorii: (Constant), realizarea, autodirecționare, benevolența, hedonism				
3a. Predictorii: (Constant), tradiție, autodirecționare, putere, universalism, hedonism, stimulare				

Toate cele trei modele sunt semnificative statistic, astfel că în primul model coeficientul $F_{(5,391)} = 9.90$, $p < .001$ este semnificativ statistic, în al doilea model $F_{(4,392)} = 22.41$, $p < .001$ este semnificativ statistic, iar în cel de-al treilea model $F_{(6,390)} = 18.15$, $p < .001$ este, de asemenea, semnificativ statistic.

Tabelul nr. 3
ANOVA pentru influența dimensiunilor valorilor asupra strategiilor de coping

Model		Suma pătratelor	df	Media pătratelor	F	Sig.
1	Regresie	10.58	5	2.11	9.90	.000 ^b
	Rezidual	83.58	391	.21		
	Total	94.16	396			
2	Regresie	27.81	4	6.95	22.41	.000 ^b
	Rezidual	121.58	392	.31		
	Total	149.40	396			
3	Regresie	23.79	6	3.96	18.15	.000 ^b
	Rezidual	85.17	390	.21		
	Total	108.96	396			
1a. Variabila dependentă: Copingul focusat pe problemă						
1b. Predictorii: (Constant), tradiție, autodirecționare, universalism, securitate, benevolență						
2a. Variabila dependentă: Copingul focusat pe suportul social						
2b. Predictorii: (Constant), realizarea, autodirecționare, benevolență, hedonism						
3a. Variabila dependentă: Copingul prin evitare						
3b. Predictorii: (Constant), tradiție, autodirecționare, putere, universalism, hedonism, stimulare						

Dintre valorile care influențează semnificativ statistic manifestarea copingului focusat pe problemă, prima variabilă predictor este benevolența ($\beta = .12$, $t_{(397)} = 2.35$, $p = .019$), urmată de universalism ($\beta = .11$, $t_{(397)} = 2.02$, $p = .044$), de autodirecționare ($\beta = .17$, $t_{(397)} = 3.45$, $p = .001$), de securitate ($\beta = .16$, $t_{(397)} = 3.11$, $p = .002$) și de tradiție ($\beta = -.13$, $t_{(397)} = -2.64$, $p = .008$).

Valorile tradiționale influențează negativ manifestarea strategiilor de coping focusat pe problemă.

În cel de-al doilea model de regresie, care se referă la valorile predictor pentru copingul focusat pe suportul social, patru dintre cele 10 valori din listă s-au diferențiat ca fiind semnificative statistic, și anume: benevolența ($\beta = .20$, $t_{(397)} = 4.27$, $p < .001$), autodirecționarea ($\beta = -.11$, $t_{(397)} = -2.41$, $p = .016$), hedonismul ($\beta = .14$, $t_{(397)} = 2.90$, $p = .004$) și realizare ($\beta = .28$, $t_{(397)} = 5.65$, $p < .001$). Ca și în cazul primului model, și în acest model, una dintre valorile componente influențează negativ predicția asupra copingului focusat pe suportul social, adică autodirecționarea.

În ultimul model de regresie a fost introdusă ca variabilă dependentă copingul prin evitare și s-au remarcat ca predictor cu niveluri semnificative statistic valorile ca universalismul ($\beta = -.14$, $t_{(397)} = -3.07$, $p = .002$), autodirecționarea ($\beta = -.14$, $t_{(397)} = -2.94$, $p = .003$), simularea ($\beta = .16$, $t_{(397)} = 2.84$, $p = .005$), hedonismul ($\beta = .12$, $t_{(397)} = 2.21$, $p = .027$), puterea ($\beta = .26$, $t_{(397)} = 5.56$, $p < .001$) și tradiția ($\beta = .23$, $t_{(397)} = 5.13$, $p < .001$). Așa cum arată rezultatele, universalismul și autodirecționarea sunt valori care influențează negativ dezvoltarea mecanismelor de coping prin evitare.

Tabelul nr. 4

Influența semnificativă a dimensiunilor valorilor asupra strategiilor de coping

Model		Coeficienți nestandardizați		Coeficienți standardizați	t	Sig.
		B	Er. standard	Beta		
1	(Constant)	1.66	.21		7.70	.000
	Benevolență	.08	.03	.12	2.35	.019
	Universalism	.07	.03	.11	2.02	.044
	Autodirecționare	.09	.02	.17	3.45	.001
	Securitate	.07	.02	.16	3.11	.002
	Tradiție	-.05	.02	-.13	-2.64	.008
2	(Constant)	1.43	.22		6.44	.000
	Benevolență	.15	.03	.20	4.27	.000
	Autodirecționare	-.08	.03	-.11	-2.41	.016
	Hedonism	.08	.02	.14	2.90	.004
	Realizare	.14	.02	.28	5.65	.000
3	(Constant)	1.73	.21		8.09	.000
	Universalism	-.11	.03	-.14	-3.07	.002
	Autodirecționare	-.08	.03	-.14	-2.94	.003
	Stimulare	.07	.02	.16	2.84	.005
	Hedonism	.05	.02	.12	2.21	.027
	Putere	.12	.02	.26	5.56	.000
	Tradiție	.10	.02	.23	5.13	.000

1a. Variabila dependentă: Copingul focusat pe problemă

2a. Variabila dependentă: Copingul focusat pe suportul social

3a. Variabila dependentă: Copingul prin evitare

Rezultatele obținute în urma analizelor de regresie susțin doar 3 din cele 4 ipoteze. Valorile morale influențează dezvoltarea strategiilor de coping focusat pe problemă, de coping focusat pe suport social și de coping prin evitare. A doua ipoteză, referitoare la copingul focusat pe emoții nu este susținută de rezultatele obținute.

4. CONCLUZII

Având în vedere rezultatele raportate mai sus, importanța pe care dezvoltarea sistemului de valori o are pentru aplicarea celor mai potrivite strategii de rezolvare a contextelor diverse ar putea deveni un obiectiv în cadrele de dezvoltare personală și psihoterapie, în programele de igienă mintală sau de înlăturare a factorilor de stres, anxietate și reziliență sau în dezvoltarea programelor de psihoeducație și consiliere.

Recomandările pentru studiile ulterioare sunt generate de întrebarea referitoare la copingul centrat pe emoții și identificarea unor factori care să medieze relația dintre valorile umane și acest tip de strategie.

Primit în redacție la: 12.11.2024

BIBLIOGRAFIE

1. ALTINSOY, F., & AYPAY, A., *A post-traumatic growth model: psychological hardiness, happiness-increasing strategies, and problem-focused coping*. Current Psychology, **42**, 3, 2023, p. 2208–2220.
2. ANGLIM, J., & MARTY, A., *Cognitive Ability and Personal Values: A Large Sample Study of Schwartz's Values, HEXACO Personality, Age, and Gender*, Social Psychological and Personality Science, 2024, 19485506241281025.
3. BALMER, D. H., GIKUNDI, E., BILLINGSLEY, M. C., KIHUHO, F. G., KIMANI, M., WANG'ONDU, J., & NJOROGI, H., *Adolescent knowledge, values, and coping strategies: implications for health in sub-Saharan Africa*, Journal of adolescent health, **21**, 1, 1997, p. 33–38.
4. BARDI, A., & GUERRA, V. M., *Cultural values predict coping using culture as an individual difference variable in multicultural samples*. Journal of Cross-Cultural Psychology, **42**, 6, 2011, p. 908–927.
5. CARVER, C. S., SCHEIER, M. F., & WEINTRAUB, J. K. (1989). *Assessing coping strategies: a theoretically based approach*, Journal of personality and social psychology, **56**, 2, 1989, p. 267.
6. CRASOVAN, D. I., & SAVA, F. A., *Translation, adaptation, and validation on Romanian population of COPE questionnaire for coping mechanisms analysis*, Cognition, Brain, Behavior, **17**, 1, 2013, p. 61.
7. DALTON, E. D., *Emotional eating in college students: associations with coping and healthy eating motivators and barriers*, International Journal of Behavioral Medicine, **31**, 4, 2024, p. 563–572.

8. GRAZIANI, A. R., BOTINDARI, L., MENEGATTI, M., & MOSCATELLI, S., *Adaptive coping strategies at the time of COVID-19: The Role of Social and General Trust*, International Journal of Environmental Research and Public Health, **20**, 15, 2023, p. 6512.
9. KROK, D., *Value systems and religiosity as predictors of nonreligious and religious coping with stress in early adulthood*. Archives of Psychiatry and Psychotherapy, **3**, 2015, p. 21–31.
10. KURNIYAWAN, E. H., CAHYANI, P. S. R., KHOIRIYAH, A. A. U., PURNOMO, F. K. A., AFANDI, A. T., KURNIAWAN, D. E., & NUR, K. R. M., *Coping mechanisms used by farmers to encounter psychosocial problems: literature review*, Health and Technology Journal (HTechJ), **1**, 4, 2023, p. 445–454.
11. LIM, D., POULIN, M. J., SHAFFER-MORRISON, C. D., MINISTERO, L. M., & SILVER, R. C., *Investigating the role of adversity and benevolence beliefs in predicting prosociality*, Journal of Personality, 2024
12. NAZIROVA, Z., & BORBALA, S., *Values, Attitudes and the Behaviour Paradigm: A Systematic Literature Review*, Journal of Human Values, **30**, 2, 2024, p. 214-239.
13. SCHWARTZ, S. H., MELECH, G., LEHMANN, A., BURGESS, S., HARRIS, M., & OWENS, V., *Extending the cross-cultural validity of the theory of basic human values with a different method of measurement*, Journal of cross-cultural psychology, **32**, 5, 2001, p. 519–542.
14. SCHWARTZ, S. H., *Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries*, Advances in experimental social psychology, New York: Academic Press, 1992
15. SFEIR, M., AKEL, M., HALLIT, S., & OBEID, S., *Factors associated with general well-being among Lebanese adults: the role of emotional intelligence, fear of COVID, healthy lifestyle, coping strategies (avoidance and approach)*. Current Psychology, **42**, 20, 2023, p. 17465–17474.
16. SIMIONE, L., & GNAGNARELLA, C., *Humor coping reduces the positive relationship between avoidance coping strategies and perceived stress: a moderation analysis*, Behavioral Sciences, **13**, 2, 2023, p. 179.
17. WANG, H., NG, T. K., & SIU, O. L., *How does psychological capital lead to better well-being for students? The roles of family support and problem-focused coping*, Current Psychology, **42**, 26, 2023, p. 22392–22403.
18. YILMAZTURK, N. H., DEMIR, A., & CELIK-ORUCU, M., *The mediator role of emotion-focused coping on the relationship between perceived stress and emotional eating*, Trends in Psychology, **31**, 2, 2023, p. 383–399.

