



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI
PADOVA**

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione

Corso di laurea triennale in Scienze e Tecniche Psicologiche

Tesi di Laurea Triennale

**La relazione tra stile di attaccamento, tratti di personalità e
intolleranza all'incertezza negli emerging adults in associazione
alla loro situazione sentimentale.**

The relationship between attachment style,
personality traits and intolerance of uncertainty
in emerging adults in relation to their romantic
situation.

Relatrice
Prof.ssa Daniela Di Riso

Laureanda
Yusra Hassani

Matricola
2022720

Anno Accademico 2022-2023

Abstract

L'obiettivo principale della presente ricerca è quello di analizzare la relazione tra diversi costrutti psicologici, quali lo stile di attaccamento, i tratti di personalità e l'intolleranza all'incertezza, negli *emerging adults*. In particolare, si è cercato di comprendere se esistessero differenze significative tra i soggetti coinvolti in una relazione sentimentale rispetto a quelli che non lo erano. Durante l'indagine, sono state prese in considerazione anche le caratteristiche demografiche dei partecipanti, come l'età e il genere, e il loro status relazionale, valutando l'influenza di queste variabili sui costrutti sopracitati. Per la raccolta dei dati, sono stati coinvolti complessivamente 277 soggetti, tra cui sia single che non single, con un'età compresa tra i 18 e i 25 anni. La raccolta dei dati è stata effettuata attraverso l'utilizzo di questionari validati, che hanno permesso di valutare gli stili di attaccamento, i tratti di personalità e l'intolleranza all'incertezza. Attraverso l'analisi dei dati ottenuti, si è cercato di chiarire meglio le peculiarità di questa fase della vita e di comprendere in che modo i costrutti psicologici indagati possano essere influenzati e influenzare le relazioni sentimentali dei soggetti coinvolti.

Sommario

1. CAPITOLO 1: INTRODUZIONE	1
1.1 Emerging adults	1
1.2 Stile di attaccamento.....	2
1.2.1 Stile di attaccamento negli emerging adults	3
1.3 Tratti di personalità.....	4
1.3.1 Tratti di personalità negli emerging adults	6
1.4 Intolleranza all'incertezza.....	8
1.4.1 Intolleranza all'incertezza negli emerging adults	9
1.5 Associazioni tra stile di attaccamento, tratti di personalità e intolleranza all'incertezza.....	10
1.5.1 Associazioni tra stile di attaccamento, tratti di personalità e intolleranza all'incertezza negli emerging adults	11
2. CAPITOLO 2: LA RICERCA.....	13
2.1 Obiettivi.....	13
2.2 Ipotesi	13
2.3 Metodo.....	14
2.3.1 Il campione	14
2.3.2 La procedura	15
2.3.3 Gli strumenti	16
2.3.3.1 Scheda socio-demografica creata ad hoc	16
2.3.3.2 Intolerance of Uncertainty Behaviours in Everyday Life (IUBEL)	16
2.3.3.3 Attachment Style Questionnaire (ASQ)	17
2.3.3.4 Personality Inventory for DSM-5 Personality Disorders-Brief Form (PID-5-BF).....	18
3. CAPITOLO 3: RISULTATI:	19
3.1 Analisi preliminare per età e genere	19
3.2 Differenze sui risultati ai questionari IUBEL, ASQ, C_PID-5-BF tra single e non single.....	20
3.3 Correlazioni tra IUBEL e ASQ, PID-5-BF	22
4. CAPITOLO 4: DISCUSSIONE	23
4.1 Discussione dei risultati.....	23
4.2 Limiti e sviluppi futuri.....	26
5. CAPITOLO 5: BIBLIOGRAFIA	29

CAPITOLO 1: INTRODUZIONE

1.1 Emerging adults

Nella fase dell'*emerging adulthood*, ovvero la transizione dalla giovinezza all'età adulta, il processo di costruzione dell'identità e del sé si intreccia con la ricerca di relazioni significative e di un senso di appartenenza emotivamente soddisfacente (Arnett, 2000; Erikson, 1959; Marcia, 1980). In questo scenario, la relazione di coppia diventa un tema centrale nella vita degli individui. Tuttavia, durante quest'importante fase di sviluppo, gli *emerging adults* possono incontrare sfide e difficoltà specifiche nella gestione della relazione sentimentale, poiché il loro stile di attaccamento, i loro tratti di personalità e la loro intolleranza all'incertezza possono influire sulla qualità e sulla durata della relazione (Johnson, 2019; Shorey, 2017; Ferreira, 2016). Pertanto, nel presente lavoro verrà analizzata la relazione tra lo stile di attaccamento, i tratti di personalità e l'intolleranza all'incertezza negli *emerging adults*, in rapporto alla loro situazione sentimentale.

Gli *emerging adults* costituiscono un gruppo di individui che si trovano in una fase di transizione che negli ultimi decenni ha acquistato sempre più rilevanza in ambito scientifico. Secondo Arnett, lo studioso che ha introdotto il concetto di "*Emerging adulthood*", tale gruppo è caratterizzato da un periodo di identità esplorativa e di instabilità, che si estende in un'età compresa tra i 18 e i 25 anni circa (Arnett, 2000). Questa fase di transizione è caratterizzata da molteplici scelte, come la scelta della carriera e dell'indipendenza economica, e dalla continua ricerca di un senso di appartenenza e di autonomia.

Di recente, gli studi scientifici si sono concentrati sui fattori che contribuiscono al benessere psicologico degli *emerging adults*. Secondo alcuni ricercatori, la fase di transizione può essere caratterizzata da elevati livelli di stress e di incertezza, che aumentano il rischio di disturbi psicologici come la depressione o l'ansia (Knoll et al., 2015; Sidney et al., 2012). D'altro canto, altri autori hanno suggerito che tale fase rappresenta un'opportunità per lo sviluppo di risorse individuali e sociali, come l'empatia, l'ottimismo e la resilienza, che possono contribuire alla crescita e al benessere psicologico (Foster, 2017; Lerner et al., 2015). Secondo gli studiosi,

l'orientamento verso la ricerca di significato e di scopo, così come lo sviluppo dell'identità e dell'autonomia, possono contribuire alla felicità e al successo degli *emerging adults* (Waterman et al., 2008). Allo stesso tempo, le esperienze negative o gli eventi stressanti possono avere un impatto significativo sulla salute mentale di questi individui, soprattutto se non supportati da adeguate risorse individuali e sociali (Arnett, 2015).

È dunque importante continuare a studiare gli *emerging adults* e i fattori che contribuiscono al loro benessere psicologico, al fine di comprendere meglio questo periodo di transizione e di sviluppare strategie terapeutiche ed interventi che possano aiutare gli individui a superare le sfide del passaggio all'età adulta. Particolare attenzione dovrebbe essere posta alla costruzione di una rete di supporto affidabile, come la famiglia e gli amici, che possano supportare gli individui in questo periodo di transizione.

1.2 Stile di attaccamento

Lo stile di attaccamento è uno degli aspetti fondamentali dell'interazione tra il bambino e la figura parentale primaria e influenza lo sviluppo della capacità di stabilire relazioni interpersonali significative in età adulta (Bowlby, 1969). Secondo la teoria dell'attaccamento, esistono quattro principali stili di attaccamento: sicuro, insicuro-evitante, insicuro-ansioso/ambivalente e disorganizzato (Main & Solomon, 1990). I bambini con uno stile di attaccamento sicuro sono in grado di regolare le emozioni e di ricevere e dare supporto, mentre i bambini con uno stile di attaccamento insicuro-evitante tendono a respingere il supporto, diversamente, i bambini con uno stile di attaccamento insicuro-ansioso/ambivalente sono caratterizzati da una continua ricerca di supporto, ma con difficoltà nell'accettarlo, infine, i bambini con uno stile di attaccamento disorganizzato sono caratterizzati da un comportamento disorganizzato e incoerente in situazioni di separazione e riunione con la figura parentale (Cassidy et al., 2016). Tuttavia, è importante evidenziare che la costruzione di uno stile di attaccamento sicuro è rilevante anche nell'età adulta poiché permette la formazione di relazioni significative e durature durante l'arco della vita

(Mikulincer et al., 2003). Infatti, altre prove suggeriscono che lo stile di attaccamento influisce in modo sostanziale sul funzionamento socio-emotivo di un individuo, con riflessi significativi sulle relazioni interpersonali in età adulta. Ad esempio, uno studio longitudinale di Romano e colleghi (2010) ha dimostrato che gli adulti che presentano uno stile di attaccamento insicuro-ansioso durante l'infanzia mostrano maggiore suscettibilità allo stress e una minore capacità di regolare le emozioni rispetto agli adulti che presentano uno stile di attaccamento sicuro (Romano et al., 2010). Inoltre, gli adulti che hanno sviluppato uno stile di attaccamento insicuro presentano spesso problemi di adattamento, manifestati in forme di disagio e disfunzioni interpersonali che spesso si ripetono nel tempo (Esteve et al., 2018).

In sintesi, lo stile di attaccamento è un costrutto psicologico fondamentale, in quanto può essere collegato con diversi *outcome* funzionali o disfunzionali. Esso, infatti, può influenzare l'interazione dell'individuo con gli altri, la capacità di prendere decisioni durante il corso della vita, l'abilità di regolare le proprie emozioni e di controllare il proprio comportamento, e persino la salute mentale (Bowlby, 1969; Fonagy et al., 1999; Ainsworth, 1985; Shaver et al., 2007).

1.2.1 Stile di attaccamento negli emerging adults

Gli stili di attaccamento negli *emerging adults* rappresentano un campo di ricerca molto interessante. Uno studio condotto da Muris (2017) ha dimostrato che gli *emerging adults* con stili di attaccamento insicuri, evitanti e ansiosi tendono ad avere maggiori difficoltà nella gestione delle emozioni negative (Muris et al., 2017). Inoltre, lo stesso studio ha evidenziato che gli *emerging adults* con stili di attaccamento disorganizzato sono maggiormente a rischio di sviluppare disturbi psicologici, a causa della loro maggiore vulnerabilità allo stress e alle difficoltà nell'adattarsi ai cambiamenti nella vita adulta (Muris et al., 2017).

Altri studi hanno indicato come gli *emerging adults* con stili di attaccamento evitante e ansioso-preoccupato risultino meno capaci di creare relazioni autentiche e significative (Simpson et al., 2007; Fraley et al., 2013). Un esempio di questo è rappresentato da uno studio, il quale ha

dimostrato che i giovani adulti con uno stile di attaccamento sicuro, hanno relazioni romantiche più stabili, soddisfacenti e appaganti rispetto a coloro che hanno uno stile di attaccamento insicuro (Scharf et al., 2011).

Allo stesso modo, Zhong e colleghi (2013) hanno aggiunto che gli *emerging adults* con stile di attaccamento ansioso-preoccupato possono essere maggiormente a rischio di rottura delle relazioni a causa della loro dipendenza emotiva (Zhong et al., 2013).

Per concludere, uno studio degli ultimi anni ha esaminato come lo stile di attaccamento influisca sulla patologia della personalità in giovani adulti europei. È stato riscontrato che gli adolescenti con uno stile di attaccamento insicuro avevano maggiori probabilità di sviluppare disturbi della personalità a 19-20 anni rispetto a coloro che avevano uno stile di attaccamento sicuro. Inoltre, gli individui che avevano già un disturbo della personalità all'inizio dello studio avevano maggiori probabilità di mantenerlo anche tre anni dopo (Thalén et al., 2020).

1.3 Trattati di personalità

I tratti di personalità rappresentano una descrizione stabile e coerente del comportamento umano che sono caratteristici di ogni singolo individuo (Costa et al., 1992). Secondo la teoria dei tratti di personalità dei *Big Five*, i tratti principali sono l'apertura all'esperienza, la coscienziosità, l'estroversione, l'agilità ed il nevroticismo (Goldberg, 1993). L'apertura all'esperienza denota curiosità intellettuale, immaginazione, originalità e preferenze artistiche (McCrae et al., 2010). La coscienziosità è definita come l'organizzazione, l'attenzione ai dettagli, la responsabilità e la puntualità. L'estroversione riflette l'energia, la sociabilità, la sicurezza e la propensione al rischio (McCrae et al., 2010). L'agilità è definita come la disponibilità al cambiamento, la flessibilità e l'adattamento (McCrae et al., 2010). Infine, il nevroticismo è caratterizzato da ansia, sensibilità, emozionalità e preoccupazioni costanti (McCrae et al., 2010).

Secondo una ricerca del 2006, l'apertura all'esperienza è un fattore cruciale per il successo professionale e accademico (Ozer et al., 2006). Questo tratto favorisce la capacità di apprendere,

l'innovazione e la capacità di risolvere problemi. La coscienziosità è stata associata a maggiori livelli di realizzazione nella vita in generale (Judge et al., 2002). Questo tratto riflette la capacità di essere responsabili, precisi e attenti ai dettagli, ed è pertanto importante per il successo lavorativo. L'estroversione è stata collegata a una maggiore felicità e benessere soggettivo (Steel et al., 2008). Questo tratto è associato a maggiori livelli di energia, socialità e intraprendenza, che possono portare a sentimenti di felicità e soddisfazione. L'agibilità, definita come la tendenza a mostrare flessibilità e adattarsi a nuove situazioni, è stata legata a migliori rapporti interpersonali (Roberts et al., 2007). Infine, il nevroticismo è stato associato a un maggior rischio di depressione, ansia e altre patologie psicologiche (Lahey, 2009). Questo tratto è caratterizzato da instabilità emotiva, preoccupazione, paura e ansia, ed è dunque correlato a una maggiore vulnerabilità a sviluppare disturbi psicologici.

Quindi, la teoria dei tratti di personalità dei *Big Five* e le ricerche condotte su di essa hanno portato a individuare cinque dimensioni principali della personalità che hanno importanti implicazioni nella vita delle persone.

Un'altra concettualizzazione alternativa dei tratti di personalità è la Teoria del temperamento (Cloninger, 1986). Secondo Cloninger (1986), il temperamento umano si compone di quattro diverse tipologie: il temperamento eccentrico, il temperamento impulsivo, il temperamento ossessivo e il temperamento ansioso. Ognuno di questi tipi presenta specifiche tendenze emozionali, cognitive e comportamentali. Il temperamento eccentrico, ad esempio, è caratterizzato da una tendenza all'eccentricità e all'eccitazione cognitiva, mentre il temperamento impulsivo è legato a comportamenti impulsivi e ad una bassa soglia di frustrazione (Cloninger, 1986). Il temperamento ossessivo, invece, suggerisce una personalità perfezionista, preoccupata per i dettagli e determinata ad ottenere risultati, mentre il temperamento ansioso si riferisce a persone con una maggiore suscettibilità alle emozioni negative come la paura e l'ansia (Cloninger, 1986).

La conoscenza dei tratti di personalità può essere utile per comprendere come l'individuo si comporta e come interagisce con le situazioni della vita quotidiana. Inoltre, la comprensione dei

tratti di personalità può essere importante anche per il trattamento delle patologie psicologiche, come la depressione e i disturbi del comportamento alimentare, che possono influenzare in modo significativo la vita del paziente (Millon, 2011; Shedler, 2010; Wonderlich et al., 2017).

1.3.1 Tratti di personalità negli emerging adults

L'*emerging adulthood* è un periodo di vita significativo per lo sviluppo dei tratti di personalità, poiché si verificano numerosi cambiamenti e transizioni, come il passaggio dall'adolescenza all'età adulta, la transizione scolastica, il primo lavoro e la formazione di nuove relazioni sociali (Arnett, 2000).

Secondo la teoria dei tratti di personalità dei *Big Five*, gli *emerging adults* mostrano una maggiore variazione nei livelli di tratti di personalità rispetto ad altre fasce di età, sebbene vi sia anche una certa continuità dei tratti di personalità dall'adolescenza all'età adulta (Roberts et al., 2006). In generale, gli *emerging adults* tendono ad avere livelli elevati di nevroticismo e bassi livelli di coscienziosità, ma anche alti livelli di apertura all'esperienza e all'estroversione (Roberts et al., 2006). In particolare, un'altra ricerca ha evidenziato come il tratto di nevroticismo possa essere un fattore di rischio per lo sviluppo di disturbi psicologici negli *emerging adults* (O'Connor et al., 2004). La stessa ricerca suggerisce, infatti, una maggiore incidenza di disturbi dell'umore e ansia in individui con elevati livelli di nevroticismo (O'Connor et al., 2004).

Tuttavia, il tratto di apertura all'esperienza può rappresentare anche una risorsa per gli *emerging adults*, poiché esso è spesso correlato a maggiore creatività, immaginazione e curiosità (McAdamas et al., 2010; Block, 1995). Questo tratto può favorire l'adozione di nuove idee e attitudini, nonché la capacità di affrontare nuove sfide e adattarsi a situazioni in rapido cambiamento.

Quindi, durante l'*emerging adulthood*, l'elevato livello di nevroticismo e la bassa coscienziosità possono rappresentare un fattore di rischio per lo sviluppo di patologie psicologiche, tuttavia, la presenza di alta apertura all'esperienza può rappresentare una risorsa per affrontare le sfide di questo momento di vita (Costa et al., 1992; Arnett et al., 2000).

Esistono molte altre teorie che aiutano a comprendere i tratti di personalità nei giovani adulti, tra cui quella dei Tre fattori di Eysenck (1976) che individua tre dimensioni di personalità, ovvero l'extraversione, il nevroticismo e il psicoticismo (Eysenck & Eysenck, 1976). Secondo questa teoria, le persone con un'elevata extraversione sono socievoli, assertive e cercano lo stimolo, mentre le persone con un elevato nevroticismo sono tendenzialmente ansiose, emotive e vulnerabili allo stress (Eysenck & Eysenck, 1976). Infine, le persone che tendono ad avere un alto grado di psicoticismo sono disposte a prendere rischi, spesso agiscono impulsivamente e possono presentare tratti antisociali o egocentrici (Eysenck & Eysenck, 1976).

Una diversa concettualizzazione che si concentra sui giovani adulti è data dalla Teoria dei sette fattori di Norman (1937) che propone sette tratti principali: apertura all'esperienza, coscienziosità, gentilezza, emotività, autonomia, responsabilità e introversione (Norman, 1963). Secondo questa teoria, la coscienziosità è correlata con l'organizzazione, l'iterazione e l'affidabilità, mentre l'apertura all'esperienza è associata alla curiosità, alla creatività e alla sensibilità estetica (Norman, 1963). La gentilezza riguarda l'empatia e la cooperazione, mentre la responsabilità riflette il senso del dovere e l'impegno (Norman, 1963). L'emotività invece si riferisce alla propensione al cambiamento d'umore e alla sensibilità emotiva (Norman, 1963).

Infine, la Teoria della personalità di Allport (1937) che può essere applicata a tutte le fasce d'età tra cui anche quella degli *emerging adults*, identifica dei tratti unici e distintivi nella personalità, suddividendoli in tratti centrali, secondari e cardinali (Allport, 1937). I tratti centrali rappresentano gli aspetti più significativi e peculiari della personalità che si manifestano nel comportamento quotidiano, mentre i tratti secondari sono meno evidenti e si manifestano solo in situazioni particolari (Allport, 1937). I tratti cardinali rappresentano invece tratti estremamente distintivi e peculiari della personalità che guidano e influenzano significativamente il comportamento dell'individuo (Allport, 1937).

In conclusione, lo studio dei tratti di personalità nei giovani adulti è fondamentale per comprendere le sfide che questi individui affrontano in questa fase di transizione e per aiutarli a sviluppare un

sensu di identità e una salute psicologica ottimale (Abdi et al., 2015). Lo sviluppo della personalità durante l'*emerging adulthood* è influenzato dalle esperienze vissute e dalle interazioni sociali che aiutano a creare un proprio mondo interno (Shiner et al., 2003). La comprensione delle diverse teorie della personalità può aiutare a individuare gli aspetti peculiari e distintivi della personalità e a creare interventi specifici che promuovano la crescita personale (Mihalecea, 2018).

Gli studi sui giovani adulti hanno dimostrato che i tratti di personalità possono influenzare significativamente le relazioni sentimentali di questa fascia d'età (Neyer & Asendorpf, 2001). Ad esempio, uno studio di Hicks e colleghi (2010) condotto su un campione di giovani adulti tra i 18 e i 25 anni ha evidenziato che l'impulsività è correlata con una maggiore probabilità di avere relazioni affettive instabili e caotiche (Hicks et al., 2010). Inoltre, una ricerca condotta da Hatfield e Sprecher (1995) ha indagato la relazione tra l'autoregolamentazione e la soddisfazione romantica in un campione di giovani adulti di età compresa tra i 18 e i 25 anni, trovando che gli individui con buone abilità di autoregolamentazione erano più propensi ad avere relazioni più longeve e soddisfacenti (Hatfield & Sprecher, 1995). Infine, un altro studio condotto da Cheung e colleghi (2013) suggerisce che l'altruismo elevato è correlato a maggiore soddisfazione nella vita di coppia in giovani adulti che si trovano in una relazione romantica di lunga durata (Cheung et al., 2013). In definitiva, questi risultati riflettono l'importanza dei tratti di personalità per il benessere relazionale dei giovani adulti e sottolineano la necessità di un'attenzione maggiormente mirata in questo campo di ricerca.

1.4 Intolleranza all'incertezza

L'intolleranza all'incertezza è la tendenza a esperire gli stimoli ambigui o incerti come inquietanti o minacciosi, a evitare situazioni incerte e a mettere in atto strategie di prevenzione dell'incertezza (Carleton, 2016). Secondo alcuni studiosi, l'intolleranza all'incertezza si può manifestare a causa di esperienze traumatiche vissute durante l'infanzia o a causa di fattori genetici (Dugas et al., 1998; Antony et al., 2000). Molteplici studi scientifici hanno dimostrato che l'intolleranza all'incertezza

può essere considerata un fattore di rischio per i disturbi d'ansia, tra cui il disturbo d'ansia generalizzato, il disturbo ossessivo-compulsivo e il disturbo di panico (Maher et al., 2006; Erwin et al., 2002; Dear et al., 2011). Gli studi condotti hanno evidenziato l'importanza dell'intolleranza all'incertezza nella patogenesi dei disturbi d'ansia (Dugas et al., 2001; Hebert et al., 2019). Il primo studio citato (Dugas et al., 2001) ha dimostrato che l'intolleranza all'incertezza è associata a un aumento dei sintomi di ansia nel disturbo d'ansia generalizzato, mentre il secondo studio (Hebert et al., 2019) ha suggerito che l'intolleranza all'incertezza è un fattore di rischio transdiagnostico comune a diverse forme di disturbi d'ansia.

La comprensione dell'intolleranza all'incertezza e la sua associazione con i disturbi d'ansia hanno importanti implicazioni cliniche, infatti, la terapia cognitivo-comportamentale (CBT) si è dimostrata una terapia efficace nel trattamento dell'intolleranza all'incertezza nei pazienti con disturbi d'ansia (Dugas et al., 2005). La CBT prevede un'esposizione graduale alle situazioni che generano incertezza e la ristrutturazione cognitiva dei pensieri associati all'incertezza.

1.4.1 Intolleranza all'incertezza negli emerging adults

L'intolleranza all'incertezza è una tendenza che può essere particolarmente presente nel periodo dell'*emerging adulthood*, ovvero il periodo che va dalla fine dell'adolescenza fino ai primi trent'anni di vita (Arnett, 2000). Alcuni studi hanno evidenziato come l'intolleranza all'incertezza possa essere un fattore di rischio per la comparsa di problemi psicologici, come l'ansia, in giovani adulti (Lauriola et al., 2014). Altri hanno evidenziato come l'intolleranza all'incertezza possa avere un impatto negativo sulle relazioni interpersonali e sul funzionamento lavorativo (Dugas et al., 1998; Lee & Levin, 2017).

Uno studio molto attuale è quello di Zhang e colleghi (2018), che ha esaminato il ruolo dell'intolleranza all'incertezza nell'uso eccessivo di internet tra gli adolescenti e giovani adulti, evidenziando come l'incapacità di tollerare situazioni ambigue o incerte possa indurre una maggiore dipendenza dall'utilizzo di internet (Zhang et al., 2018). Ciò è particolarmente importante nel

contesto dell'*emerging adulthood*, in cui i giovani adulti sono esposti a molte incertezze nel loro percorso di vita. Questo studio sottolinea quindi l'importanza di considerare l'intolleranza all'incertezza come un possibile fattore di rischio anche per altri problemi emotivi e comportamentali legati all'uso eccessivo di internet, tra cui la depressione e l'ansia.

Inoltre, l'intolleranza all'incertezza negli *emerging adults* rappresenta un fattore predittivo di molte difficoltà emotive, come ansia, depressione e stress (Carleton et al., 2007). In particolare, l'intolleranza all'incertezza sembra essere associata a un'eccessiva preoccupazione e a un'attenzione selettiva per eventi minacciosi, il che può portare ad una maggiore difficoltà nel prendere decisioni e nella regolazione delle emozioni (McEvoy et al., 2011). Inoltre, l'incertezza può rappresentare una sfida per gli *emerging adults* che spesso si trovano a confrontarsi con decisioni importanti, come la scelta della carriera o la formazione di una relazione romantica (Arnett, 2000). Infine, l'intolleranza all'incertezza è stata associata anche a una maggiore propensione all'evitamento e all'insorgere di pensieri intrusivi, sintomi di disturbi ossessivo-compulsivi e sintomi di disturbi somatici (Fergus et al., 2012).

In sintesi, l'intolleranza all'incertezza è un fenomeno psicologico importante che rappresenta un fattore di rischio per molteplici problemi emotivi e comportamentali nei giovani adulti (Dugas et al., 1998). Gli interventi che mirano a promuovere la flessibilità cognitiva e la regolazione dell'ansia e dello stress sono utili per supportare gli *emerging adults* che presentano alti livelli di intolleranza all'incertezza (Tai, 2016). Inoltre, la comprensione dell'intolleranza all'incertezza e l'utilizzo di metodologie appropriate per affrontarla possono contribuire alla gestione efficace della salute mentale a livello globale (Alden et al., 2012).

1.5 Associazioni tra stile di attaccamento, tratti di personalità e intolleranza all'incertezza

Lo stile di attaccamento, i tratti di personalità e l'intolleranza all'incertezza sono tre costrutti psicologici che possono interagire tra loro per influenzare il benessere mentale delle persone. In particolare, numerosi studi hanno evidenziato associazioni tra tali costrutti, sottolineando come

l'effetto congiunto della loro interazione possa avere conseguenze significative sulla salute psicologica dell'individuo. Sono state individuate alcune associazioni tra specifici stili di attaccamento e tratti di personalità. Ad esempio, soggetti con uno stile di attaccamento evitante hanno maggiori probabilità di presentare tratti di personalità come l'introversione e l'evitamento sociale (Bartholomew et al., 1991). Al contrario, soggetti con uno stile di attaccamento ansioso-preoccupato possono avere maggiori probabilità di manifestare tratti di personalità come la sensibilità emotiva e l'instabilità affettiva (Mikulincer et al., 2007).

Inoltre, un'ampia ricerca, condotta da Kashdan e colleghi (2010) ha evidenziato una maggiore capacità di gestione dell'incertezza da parte delle persone con uno stile di attaccamento sicuro rispetto a quelle con uno stile insicuro (Kashdan et al., 2010).

I tratti di personalità, invece, influenzano sia lo stile di attaccamento che l'intolleranza all'incertezza. In particolare, la bassa coscienziosità è stata associata a un maggiore livello di intolleranza all'incertezza (Kashdan et al., 2007) e una minore capacità di adattamento al cambiamento (Costa et al., 1992). Inoltre, l'elevato livello di nevroticismo è stato associato a una maggiore ansia e intolleranza all'incertezza (Campbell-Sills et al., 2005).

La ricerca ha suggerito che l'intolleranza all'incertezza può essere associata a specifici tratti di personalità, come l'ansia e la preoccupazione (Carleton et al., 2007). Alcuni studi hanno inoltre mostrato come l'intolleranza all'incertezza sia più elevata in soggetti con uno stile di attaccamento insicuro (Otto et al., 2016).

1.5.1 Associazioni tra stile di attaccamento, tratti di personalità e intolleranza all'incertezza negli emerging adults

Numerosi studi hanno evidenziato l'esistenza di associazioni tra lo stile di attaccamento, i tratti di personalità e l'intolleranza all'incertezza negli *emerging adults*. Ad esempio, alcuni studi hanno messo in luce l'associazione tra lo stile di attaccamento evitante e alcuni tratti di personalità come la

bassa estroversione e la bassa apertura mentale (Wei et al., 2019). Altri studi hanno invece evidenziato la presenza di tratti di personalità come la svalutazione di sé, la vergogna e la colpa nei giovani adulti con uno stile di attaccamento insicuro (Wright et al., 2020).

Inoltre, l'incertezza riguardante il futuro può essere particolarmente difficile da gestire per gli *emerging adults* con uno stile di attaccamento insicuro (Mikulincer et al., 2002). Infatti, alcuni studi hanno dimostrato una correlazione positiva tra uno stile di attaccamento insicuro e l'intolleranza all'incertezza negli *emerging adults* (Louis et al., 2018), confermando l'idea che l'attaccamento insicuro può portare a difficoltà nel gestire il cambiamento e l'incertezza.

I tratti di personalità, inoltre, possono influenzare sia lo stile di attaccamento che l'intolleranza all'incertezza negli *emerging adults*. In particolare, l'elevato livello di nevroticismo è stato associato a una maggiore ansia e intolleranza all'incertezza (Shapira-Lishchinsky et al., 2019).

D'altro canto, l'alta coscienziosità è stata correlata con una maggiore resilienza e una maggiore capacità di adattamento al cambiamento (Mann et al., 2016).

In conclusione, gli *emerging adults* con uno stile di attaccamento insicuro, elevato livello di nevroticismo e bassa coscienziosità possono essere maggiormente inclini a manifestare livelli elevati di intolleranza all'incertezza, con conseguenze negative sul benessere mentale e la capacità di adattamento al cambiamento (Adler et al., 2019).

CAPITOLO 2: LA RICERCA

2.1 Obiettivi

Questo studio ha l'obiettivo di esplorare il legame tra l'intolleranza all'incertezza e alcuni costrutti psicologici quali lo stile di attaccamento e i tratti di personalità in soggetti giovani adulti coinvolti in una relazione sentimentale o meno.

2.2 Ipotesi

Ipotesi 1: Ipotizziamo che i "Single" mostrino una maggiore intolleranza all'incertezza rispetto ai "Non single", poiché non hanno la stabilità e la prevedibilità che una relazione può offrire. Infatti, uno studio ha trovato che l'intolleranza all'incertezza era significativamente maggiore nei soggetti single rispetto a quelli coinvolti in una relazione sentimentale (Alessandri et al., 2016).

Inoltre, i single potrebbero avere uno stile di attaccamento meno sicuro rispetto ai non single, mostrando maggiore ansia ed evitamento (Johnson, 2019; Shorey, 2017; Ferreira, 2016). Un ulteriore studio ha mostrato che i single tendono ad avere uno stile di attaccamento meno sicuro rispetto ai non single (Fraley et al., 2000).

In termini di tratti di personalità, i single, in accordo con alcuni studi (Roxburgh et al., 2004), potrebbero avere una maggiore propensione a ricercare nuove esperienze e maggiore spinta all'individualismo, mentre i non single potrebbero mostrare maggiore stabilità emotiva (Roberts et al., 2006).

Ipotesi 2: Ipotizziamo l'esistenza di alcune associazioni tra l'intolleranza all'incertezza, lo stile di attaccamento e i tratti di personalità negli *emerging adults*. In particolare, è possibile che alcuni stili di attaccamento, come quello ansioso-ambivalente, siano correlati con un maggior livello di intolleranza all'incertezza, come rilevato in uno studio precedente (Buhr & Dugas, 2009). Inoltre, è stata evidenziata una correlazione anche tra il nevroticismo e l'intolleranza all'incertezza.

2.3 Metodo

2.3.1 Il campione

Nel presente studio è stato coinvolto un campione di 277 giovani adulti italiani di un'età compresa tra i 18 e i 25 anni reclutati dalla popolazione generale. Il campione totale della ricerca è stato diviso in due gruppi: "Single", che comprende 129 partecipanti e "Non single" che comprende 148 partecipanti. Nel contesto dello studio, "Single" fa riferimento ai partecipanti che non sono coinvolti in alcuna relazione sentimentale, mentre "Non single" include coloro che sono coinvolti in un qualsiasi tipo di relazione sentimentale. L'età media dei partecipanti "Single" è di 21,83 anni ($ds=1,821$), mentre nel gruppo "Non single" è di 22,28 anni ($ds=1,862$). Nel gruppo "Single" 40 partecipanti sono di genere maschile (31,25%) e 88 sono di genere femminile (68,75%). Nel gruppo "Non single" ci sono 33 partecipanti di genere maschile (22,45%) e 114 di genere femminile (77,55%). Inoltre, la durata media della relazione sentimentale nel gruppo "Non single" è di 36,36 mesi ($ds=31,473$). Riguardo alla presenza di fratelli o sorelle, nel gruppo "Single" sono presenti 112 partecipanti con fratelli o sorelle (86,8%), con una media di 1,53 fratelli o sorelle ($ds=.880$). Nel gruppo "Non single", invece, sono presenti 130 partecipanti con fratelli o sorelle (87,8%), con una media di 1,36 fratelli o sorelle ($ds=.633$). Per quanto riguarda l'occupazione, nel gruppo "Single" sono presenti 49 partecipanti che lavorano (38%) con una media di 29,52 ore di lavoro settimanali ($ds=16,247$). Nel gruppo "Non single", invece, sono presenti 82 partecipanti che lavorano (55,4%) con una media di 28,80 ore di lavoro settimanali ($ds=14,836$). Per quanto riguarda il periodo di vita trascorso con entrambi i genitori, nel gruppo "Single" 103 partecipanti hanno trascorso tutta l'infanzia e l'adolescenza con entrambi i genitori (79,8%), 22 hanno trascorso parte dell'infanzia e dell'adolescenza senza genitori (17,1%) e 4 hanno trascorso tutta l'infanzia e adolescenza senza genitori (3,1%). Nel gruppo "Non single", invece, 119 partecipanti hanno trascorso l'infanzia e l'adolescenza con entrambi i genitori (80,4%), 21 hanno trascorso parte dell'infanzia e dell'adolescenza senza genitori (14,2%) e 8 partecipanti hanno trascorso tutta l'infanzia e l'adolescenza senza genitori (5,4%).

Per quanto riguarda la situazione abitativa attuale, nel gruppo “Single” sono presenti 57 partecipanti che vivono con entrambi i genitori (44,2%), 42 partecipanti che vivono con altri coinquilini (32,6%), 13 partecipanti che vivono con la madre (10,1%), 9 partecipanti che vivono da soli (7%), 5 partecipanti che vivono col padre (3,9%), 2 partecipanti che vivono con altri membri della famiglia (1,6%) e 1 partecipante che alterna diverse convivenze (0,8%). Nel gruppo “Non single”, invece, 74 partecipanti vivono con entrambi i genitori (50%), 33 partecipanti vivono con altri coinquilini (22,3%), 17 partecipanti vivono con la madre (11,5%), 11 partecipanti vivono con un partner (7,4%), 11 partecipanti vivono soli (7,4%) e 2 partecipanti vivono con il padre (1,4%).

2.3.2 La procedura

Nella fase preliminare, al fine di procedere con la realizzazione del seguente progetto di ricerca, è stata la necessaria richiesta d’approvazione al comitato etico.

Successivamente all’accettazione del progetto presentato è stato generato un *Google form* che ha permesso la raccolta online dei dati occorrenti per condurre lo studio sperimentale.

Nel *Google form* proposto al campione è stata inserita una scheda socio-demografica e alcuni questionari *self-report* ai quali si accede attraverso un link, che permettevano di analizzare alcuni costrutti nello specifico: l’attaccamento, i tratti di personalità e l’intolleranza all’incertezza.

Il link del questionario è stato divulgato attraverso il metodo *snowball* e tramite canali di comunicazione caratterizzati da una spiccata immediatezza e ampiezza del pubblico a disposizione, ossia i social network quali Facebook, Instagram, e Whatsapp. Il periodo dedicato alla somministrazione del questionario è stato da Giugno 2022 a Novembre 2022, mentre il tempo previsto per compilare il questionario è stato pari a 30 minuti circa. Si specifica, inoltre, che i soggetti che hanno preso parte a questo progetto di ricerca hanno compilato il questionario volontariamente senza ricevere alcun tipo di compenso e dovevano soddisfare lo specifico criterio di inclusione: avere un’età tra i 18 e i 25 anni. Prima di iniziare la compilazione del questionario, sono stati espressi con chiarezza gli obiettivi e le modalità dello svolgimento dello studio ed è stato

richiesto ai partecipanti il loro consenso informato per prendere parte allo studio. In aggiunta, è stato comunicato l'impegno per la riservatezza dei dati di ogni partecipante ed è stata concessa la possibilità di interrompere la compilazione qualora non si desiderasse procedere per qualsiasi motivazione, senza fruire dei dati finora raccolti.

2.3.3 Gli strumenti

Il set di questionari creato per questo studio sperimentale è finalizzato alla valutazione di precisi costrutti psicologici in un target di *emerging adults* e per riuscire al meglio in questo intento si è resa necessaria una progettazione su misura della *survey* comprendendo anche una scheda demografica e alcuni questionari *self-report*.

2.3.3.1 Scheda socio-demografica creata ad hoc

La scheda socio-demografica, svolge la funzione esplorativa di alcune caratteristiche del campione, ossia l'età, il genere, la condizione lavorativa e scolastica, relazioni sentimentali e l'eventuale percorso psicologico o psicoterapeutico intrapreso, il livello d'istruzione e la mansione svolta dai genitori, la loro presenza o meno durante l'infanzia e l'adolescenza, la presenza di *care givers* diversi dai genitori biologici e la presenza di fratelli e sorelle. In aggiunta, sono analizzati anche gli effetti che ha portato la pandemia di Covid-19 sulla sfera emotiva.

2.3.3.2 Intolerance of Uncertainty Behaviours in Everyday Life (IUBEL)

Il secondo questionario citato è l'*Intolerance of Uncertainty Behaviours in Everyday Life* (IUBEL, Clifford et al., 2015), che misura il costrutto dell'intolleranza all'incertezza. Sebbene questo questionario sia attualmente considerato esplorativo, i dati preliminari sulla sua traduzione italiana hanno rilevato proprietà psicometriche promettenti, (Bottesini et al., 2019). Il test valuta le tecniche che una persona impiega in situazioni incerte (es., "Riproduco la situazione più e più volte nella mia mente"). Il questionario consiste in 24 domande che chiedono ai partecipanti di valutare quanto

usano ogni strategia sulla base di una scala Likert a 5 punti da 0 (mai) a 4 (molto spesso). Inoltre, sono stati identificati fattori specifici corrispondenti ai comportamenti più frequenti, come l'iperpreparazione, il coinvolgimento parziale, l'impulsività, il monitoraggio, l'ipercoinvolgimento e il disimpegno. I punteggi più alti in questi fattori rappresentano una maggiore frequenza di tali comportamenti.

2.3.3.3 Attachment Style Questionnaire (ASQ)

Il quarto questionario nominato è l'Attachment Style Questionnaire (ASQ, Feeney et al., 1994), è uno strumento di autovalutazione finalizzato alla valutazione dell'attaccamento adulto. Il questionario è costituito da 40 item valutati su una scala Likert a 6 punti, da 1 (totalmente in disaccordo) a 6 (totalmente d'accordo). Gli item sono riuniti in cinque dimensioni principali: la *confidence* (fiducia in sé stessi e negli altri), indicativa dell'attaccamento sicuro (ad es., "Mi accorgo che gli altri mi rispettano e che piaccio a loro"); il *disagio nell'intimità*, rappresentativo dell'attaccamento evitante (ad es., "In genere, le mie relazioni con gli altri sono superficiali"); il *bisogno di approvazione*, caratteristico dell'attaccamento pauroso e preoccupato (ad es., "A volte penso di non valere nulla"); la *preoccupazione per le relazioni*, è rappresentativa dell'attaccamento ansioso-ambivalente, (es., "Mi preoccupo abbastanza delle mie relazioni"); le *relazioni come secondarie*, riguardano la secondarietà delle relazioni per il soggetto e rappresenta un fattore "distaccato/svalutante" (es., "Fare le cose al meglio è più importante che avere coinvolgimenti affettivi").

Gli autori hanno identificato quattro tipologie di attaccamento, in base ai punteggi registrati nel test: attaccamento sicuro (punteggi elevati nella scala relativa alla fiducia in sé stessi e negli altri, e punteggi bassi nelle altre scale); attaccamento evitante (punteggi alti nelle scale relative al disagio nell'intimità e alle relazioni considerate); attaccamento preoccupato (punteggi elevati nelle scale relative alle preoccupazioni per le relazioni e al bisogno di approvazione); attaccamento disorganizzato, insicuro (punteggi bassi nella scala relativa alla fiducia in sé stessi e punteggi alti

nelle scale relative al disagio nell'intimità e alle relazioni considerate come secondarie (Feeney et al., 1994). L'ASQ si è dimostrato un questionario affidabile e valido per quanto riguarda il costrutto (Feeney et al., 1994), e inoltre è stato validato anche in lingua italiana (Pellerone et al., 2016).

2.3.3.4 Personality Inventory for DSM-5 Personality Disorders-Brief Form (PID-5-BF)

Il Personality Inventory for DSM-5 Personality Disorders-Brief-Form (PID-5-BF) è uno strumento di valutazione della personalità elaborato sulla base del modello diagnostico DSM-5 (Il Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali, Quinta Edizione). Il PID-5-BF è una forma abbreviata di valutazione della personalità ed è composto da 25 item che valutano i tratti di personalità principali correlati ai disturbi della personalità, come l'irascibilità o la tendenza all'isolamento sociale. I fattori valutati dal questionario includono le dimensioni del negativismo, dissociazione, psicoticismo, disinibizione e anestesia. Gli item del questionario sono basati su una scala di risposta a quattro punti, con punteggi da "Completamente falso" a "Completamente vero". Il PID-5-BF è stato sviluppato per individuare tratti di personalità che possono indicare la presenza di disturbi della personalità, inoltre, il questionario ha dimostrato di avere una buona affidabilità e validità.

CAPITOLO 3: RISULTATI

3.1 Analisi preliminare per età e genere

ETÀ			p= .051
	SINGLE (n=129)	NON SINGLE (n=148)	
MEDIANA	22,00	22,00	

Tabella 1: descrizione dei dati raccolti per “Single” e “Non single” considerando la variabile età.

GENERE				p= .256
SINGLE (n=129)		NON SINGLE (n=148)		
MASCHI	FEMMINE	MASCHI	FEMMINE	
40 (31,25%)	88 (68,75%)	33 (22,45%)	114(77,55%)	

Tabella 2: descrizione dei dati raccolti per “Single” e “Non single” considerando la variabile genere.

Sulla base dei dati raccolti si esegue un’analisi preliminare dei gruppi “Single” e “Non single”, al fine di valutare eventuali differenze che renderebbero meno forti i risultati emergenti. Considerando le variabili demografiche, non si registrano differenze significative tra i dati dei “Single” e quelli dei “Non single”. In particolare, al fine di valutare se la variabile demografica “Età” segue una normale distribuzione o meno è stato utilizzato il test di Shapiro-Wilk, il quale dimostra come i dati non siano distribuiti normalmente ($p \leq .001$). Successivamente, è stato utilizzato il test non parametrico U di Mann-Whitney, dal quale non emergono differenze significative tra i campioni né per età ($p = .051$) né per genere ($p = .256$). Per quanto riguarda la variabile demografica del genere, è stato utilizzato il test Chi-quadrato per variabili categoriali. Anche in questo caso non si osservano differenze significative tra i due gruppi ($p = .256$).

3.2 Differenze sui risultati ai questionari IUBEL, ASQ, C_PID-5-BF tra “Single” e “Non single”

	SINGLE	NON SINGLE	
	Rango medio	Rango medio	p
Iubel totale	149,84	122,95	.005
Iubel disimpegno	149,02	128,26	.030
Iubel ipercoinvolgimento	150,07	127,33	.018
Iubel impulsività	154,28	124,65	.002
Iubel monitoraggio	136,03	138,77	.774
Iubel iper-preparazione	140,66	136,61	.672
Iubel coinvolgimento parziale	144,75	131,15	.154
ASQ Confidence	112,89	158,75	<.001
ASQ Disagio nell'intimità	152,60	124,25	.003
ASQ Bisogno di approvazione	150,80	128,71	.022
ASQ Preoccupazione per le relazioni	141,34	134,13	.452
ASQ Relazioni come secondarie	147,02	131,13	.099
PID-5-BF Affettività Negativa	144,24	133,47	.261
PID-5-BF Distacco	155,95	123,18	.001
PID-5-BF Antagonismo	148,05	129,12	.047
PID-5-BF Disinibizione	146,10	131,83	.136
PID-5-BF Psicoticismo	151,84	125,77	.006

Tabella 3: risultati dei test IUBEL, ASQ e PID-5-BF nel gruppo dei “Single” e in quello dei “Non single”, si evidenziano in grassetto i valori significativamente statistici.

È stata condotta un'indagine per verificare eventuali differenze nei risultati tra il gruppo dei "Single" e quello "Non single". Avvalendosi del test di Shapiro-Wilk per verificare la normalità dei dati, emerge che la maggior parte dei dati non è distribuita normalmente. Si procede, dunque, utilizzando il test non parametrico U Mann-Whitney.

Nel punteggio totale del questionario IUBEL, che indaga l'intolleranza all'incertezza, emerge una differenza significativa tra i gruppi ($p=.005$), con i “Single” che riportano un punteggio maggiore.

Nello specifico, nella scala “Disimpegno” il gruppo dei “Single” registra punteggi più elevati rispetto a quello dei “Non single” ($p=.030$); anche nella scala “Ipercoinvolgimento” si evidenzia una differenza significativa tra i “Single”, che riportano un punteggio maggiore, e i “Non single” ($p=.018$). Infine, anche nella scala “Impulsività” il gruppo dei “Single” riporta un punteggio

significativamente superiore al gruppo dei “Non single” ($p=.002$). Diversamente, non emergono differenze significative nelle restanti scale del questionario IUBEL, ossia nelle scale “Monitoraggio”, “Iper-preparazione” e “Coinvolgimento parziale”.

Per quanto riguarda l’Attachment Style Questionnaire (ASQ), che indaga il costrutto dello stile di attaccamento, si evidenzia una differenza statisticamente significativa per i fattori: “Confidence”, “Disagio nell’intimità” e “Bisogno di approvazione”. Nel fattore “Confidence”, che valuta la fiducia in sé stessi e negli altri e indica l’attaccamento sicuro, i “Single” ottengono punteggi inferiori ai “Non single” ($p<.001$). Nel fattore relativo al disagio nell’intimità, che è rappresentativo dell’attaccamento evitante, i “Single” totalizzano punteggi più alti rispetto ai “Non single” ($p=.003$); anche nel fattore inerente al bisogno di approvazione, che rappresenta l’attaccamento pauroso e preoccupato, i “Single” riportano nuovamente punteggi maggiori ($p=.022$).

Differentemente, negli altri due fattori identificati con questo strumento, ovvero quello relativo alla preoccupazione per le relazioni e alle relazioni come secondarie, non emergono differenze significative.

Per quanto riguarda il Personality Inventory for DSM-5 Personality Disorders-Brief Form (PID-5-BF), che è uno strumento di valutazione dei tratti di personalità così come teorizzato dal modello dimensionale del DSM-5 (APA, 2013), emergono differenze significative nelle scale “Distacco” ($p=.001$), “Antagonismo” ($p=.047$) e “Psicoticismo” ($p=.006$), mentre, nelle restanti scale “Affettività negativa” e “Disinibizione” non emergono differenze tra i gruppi. Più nel dettaglio, nella scala “Distacco”, che valuta il grado in cui una persona ha difficoltà a connettersi e ad avere relazioni significative con gli altri, il gruppo dei “Single” ottiene punteggi superiori rispetto ai “Non single” ($p=.001$), così come nella scala “Antagonismo” ($p=.047$) che misura il grado in cui una persona mostra comportamenti interpersonali ostili o aggressivi e anche in quella “Psicoticismo” ($p=.006$) che analizza il grado in cui una persona mostra comportamenti strani o bizzarri.

3.3 Correlazioni tra IUBEL e ASQ, PID-5-BF

Mediante l'utilizzo del coefficiente non parametrico Rho di Spearman sono state testate le correlazioni tra i punteggi totali ottenuti nello IUBEL e ASQ, PID-5-BF. È stato scelto il coefficiente sopracitato in quanto è già stata osservata precedentemente la non normalità della maggior parte dei dati.

Nel gruppo dei "Single" sono emerse le seguenti correlazioni significative: tra il punteggio totale dello IUBEL e i fattori "Disagio nell'intimità", "Bisogno di approvazione", "Preoccupazione per le relazioni" e "Relazioni come secondarie" dell'ASQ; e le scale "Affettività negativa", "Distacco", "Disinibizione", "Antagonismo" e "Psicoticismo" del PID-5-BF.

SINGLE CORRELAZIONI TRA IUBEL, ASQ, PID-5-BF											
		ASQ Confid ence	ASQ Disagio nell'intim ità	ASQ Bisogno di approvazi one	ASQ Preoccup azione per le relazioni	ASQ Relazioni come secondari e	PID-5- BF Affettivit à negativa	PID-5- BF Distacco	PID-5- BF Antagoni simo	PID-5- BF Disinibizi one	PID-5- BF Psicotici simo
IUBEL TOTALE	Rho	.134	.260	.351	.315	.232	.421	.326	.345	.312	.468
	p	.137	.003	.000	.000	.009	.000	.000	.000	.000	.000

Tabella 4: correlazioni di Rho di Spearman tra i questionari standardizzati IUBEL, ASQ, PID-5-BF nel gruppo dei "Single"; il valore in grassetto evidenzia una significatività statistica.

Nel gruppo dei "Non single" sono emerse le seguenti correlazioni significative: tra il punteggio totale dello IUBEL e i fattori "Confidence", "Disagio nell'intimità", "Preoccupazione per le relazioni" e "Relazioni come secondarie" dell'ASQ; e le scale "Affettività negativa", "Distacco", "Antagonismo", "Disinibizione" e "Psicoticismo" del PID-5-BF.

NON SINGLE CORRELAZIONI TRA IUBEL, ASQ, PID-5-BF											
		ASQ Confid ence	ASQ Disagio nell'intim ità	ASQ Bisogno di approvazi one	ASQ Preoccupaz ione per le relazioni	ASQ Relazioni come secondari e	PID-5-BF Affettività negativa	PID-5- BF Distacco	PID-5-BF Antagonis simo	PID-5-BF Disinibizio ne	PID-5- BF Psicotici simo
IUBEL TOTALE	Rho	.211	.447	.587	.529	.241	.485	.500	.525	.241	.541
	p	.011	.000	.000	.000	.004	.000	.000	.000	.004	.000

Tabella 5: correlazioni di Rho di Spearman tra i questionari standardizzati IUBEL, ASQ, PID-5-BF nel gruppo dei non single. I valori evidenziati in grassetto evidenziano una significatività statistica.

CAPITOLO 4: DISCUSSIONE

4.1 Discussione dei risultati

Il presente studio sperimentale si è focalizzato sull'approfondimento della nuova fase di transizione conosciuta come *emerging adulthood*, osservando in essa come sono correlati i costrutti psicologici di stile di attaccamento, ansia da separazione e intolleranza all'incertezza in persone che hanno o meno una relazione sentimentale.

In merito alla prima ipotesi, i risultati sull'intolleranza all'incertezza sono in linea con quanto ipotizzato: nel punteggio totale dello IUBEL e in alcune scale, emergono livelli maggiori di intolleranza all'incertezza nel gruppo dei "Single"; essi, infatti, mostrano maggiori difficoltà nel tollerare l'incertezza rispetto ai coetanei coinvolti in una relazione sentimentale, come già evidenziato in altri studi (Alessandri et al., 2016). In particolare, sono emersi livelli maggiori nei "Single" nell'utilizzo di tecniche di disimpegno, ipercoinvolgimento e impulsività nel fare fronte a situazioni di incertezza rispetto a coloro che sono in una relazione sentimentale. Questi risultati sembrano suggerire che relazioni sentimentali stabili e soddisfacenti possono offrire alle persone un senso di sicurezza e di appartenenza. Le persone in una relazione stabile possono godere del supporto emotivo del partner, che li può sostenere nell'affrontare situazioni difficili e incerte, mettendo quindi in atto meno strategie disfunzionali per fronteggiare l'incertezza. Le persone single, d'altra parte, possono sentirsi più sole nelle situazioni incerte della vita, senza poter contare del supporto di un partner; questo può portare a maggiori difficoltà nel tollerare l'incertezza in diversi ambiti della vita, dalla vita sentimentale, a questioni legate alla quotidianità come per esempio il lavoro, il futuro e la salute.

Anche per ciò che concerne lo stile di attaccamento, i risultati del questionario ASQ confermano l'ipotesi formulata inizialmente; emerge infatti un maggior attaccamento sicuro nelle persone in una relazione sentimentale, in linea con altri studi (Fraley et al., 2000.), rispetto ai "Single". Coloro che erano in una relazione sentimentale, infatti, hanno ottenuto punteggi maggiori rispetto ai "Single" nella dimensione "Confidence" dell'ASQ; ciò può essere rappresentativo di un maggior livello di

fiducia in sé stessi e negli altri. Le ragioni per cui i “Single” possono mostrare uno stile di attaccamento meno sicuro rispetto a coloro che sono in una relazione sentimentale includono esperienze passate negative, indipendenza, paura dell’impegno e bassa autostima (Fraley & Shaver, 1997; Wei et al., 2005; Ein-Dor & Doron, 2015; Bowlby, 1973).

In particolare, si evidenzia che i “Single” hanno riportato livelli maggiori nelle dimensioni collegate a stili di attaccamento insicuro evitante (scala “Disagio nell’intimità”) e preoccupato (scala “Bisogno di approvazione”); ciò risulta essere in linea con altri studi in letteratura (Johnson, 2019; Shorey, 2017, Ferreira, 2016).

Considerando i tratti di personalità, il PID-5-BF ha rilevato maggiori punteggi dei “Single” nelle scale “Distacco”, “Antagonismo” e “Psicoticismo” rispetto ai “Non single”, ciò è concorde con altri studi della letteratura scientifica (Klimstra et al., 2013; Moreira et al., 2017; Gouveia et al., 2019).

Un punteggio elevato dei “Single” nella scala “Distacco” può indicare una tendenza al distacco, all’isolamento e alla solitudine, nella scala “Antagonismo” può indicare la presenza di una personalità più critica e cinica con una maggiore inclinazione a manipolare e controllare gli altri; infine, nella scala “Psicoticismo” può essere tipico di tratti di personalità caratterizzati da pensieri eccentrici, idee bizzarre e insolite, comportamenti sospettosi e impulsivi, i pensieri magici e disorganizzati (APA, 2013). Gli individui non impegnati in una relazione sentimentale potrebbero essere più propensi all’individualismo in quanto più liberi e indipendenti non essendo legati ad un partner in una relazione sentimentale, che può influire sul prendere le proprie decisioni. Dunque, ricollegandosi alla prima ipotesi, si può confermare un aspetto di maggiore individualismo nei soggetti “Single”; tuttavia, non ci sono abbastanza dati per poter discutere la tendenza da parte di questo gruppo di cercare nuove esperienze (Arnett., 2007).

Per quanto concerne la seconda ipotesi, i dati raccolti confermano quanto ipotizzato precedentemente. Infatti, emerge una correlazione tra intolleranza all’incertezza, stile di attaccamento e tratti di personalità osservabile in entrambi i gruppi coinvolti. In primo luogo, notiamo come nei “Single” le dimensioni che riguardano lo stile di attaccamento insicuro sia

correlato a maggiore intolleranza all'incertezza. Ciò potrebbe essere dovuto al fatto che le persone con uno stile di attaccamento insicuro possono avere difficoltà a regolare le loro emozioni in situazioni incerte, e possono perciò sviluppare maggiore intolleranza all'incertezza e strategie disfunzionali di gestione di tali situazioni (Koerner et al., 2014).

Inoltre, tutti i tratti di personalità sono risultati essere collegati positivamente a maggiore intolleranza all'incertezza. La correlazione tra i tratti di personalità e l'intolleranza all'incertezza può essere spiegata dal modo in cui i tratti di personalità influenzano il modo in cui le persone percepiscono e affrontano l'incertezza. Infatti, secondo uno studio di Carleton e colleghi (2007), i tratti di personalità come l'ansia, il nevroticismo, il bisogno di controllo, la rigidità e l'evitamento delle emozioni negative erano positivamente correlati all'intolleranza dell'incertezza (Carleton et al., 2007). Le persone che presentano un alto livello di nevroticismo (o instabilità emotiva) tendono ad essere più vulnerabili alle emozioni negative, come la paura e l'ansia, e possono quindi trovare difficoltà a tollerare l'incertezza e l'imprevedibilità del futuro. Secondo lo stesso studio (Carleton et al., 2007), l'ansia e il nevroticismo sono i tratti di personalità che possono portare le persone a reagire in modo emotivo e negativo alle situazioni di incertezza (Carleton et al., 2007).

Altri tratti di personalità, come il bisogno di controllo, la rigidità e la rigidità cognitiva, possono anche influenzare la capacità delle persone di tollerare l'incertezza, poiché tendono a cercare di eliminare o prevenire l'incertezza attraverso il controllo delle circostanze o l'adesione a schemi di pensiero rigidi. Carleton insieme ai colleghi, ha evidenziato che il bisogno di controllo e la rigidità tra i tratti di personalità possono rendere le persone meno capaci di tollerare l'incertezza poiché tendono a cercare di controllare le circostanze e ad attenersi a schemi di pensiero rigidi (Carleton et al., 2007). Tuttavia, è importante sottolineare che la correlazione tra i tratti di personalità e l'intolleranza dell'incertezza non è una relazione di causa-effetto diretta, ma piuttosto una relazione complessa che dipende da una vasta gamma di fattori, come l'ambiente, le esperienze passate e le risorse disponibili. Inoltre, la correlazione tra i tratti di personalità e l'intolleranza dell'incertezza può variare tra le persone a seconda di come reagiscono alle situazioni di incertezza.

In aggiunta, si osserva che nel gruppo di coloro che sono impegnati in una relazione sentimentale emergono risultati simili a quello che avviene nei “Single”; è interessante evidenziare, però, che emerge una relazione anche tra attaccamento sicuro e maggiore intolleranza all’incertezza. Questo potrebbe essere spiegabile attraverso uno studio condotto da Mikulincer e Shaver (2019), in cui emerge che l’attaccamento sicuro può influenzare l’ansia dell’incertezza, aumentando la percezione di minaccia dell’ambiguità e diminuendo la capacità di affrontare le situazioni incerte (Mikulincer & Shaver, 2019). Inoltre, uno studio di Talmor e collaboratori (2019) ha mostrato un collegamento tra l’attaccamento sicuro e la sensibilità alle situazioni incerte, dimostrando che i partecipanti con un attaccamento sicuro manifestano più frequentemente un senso di ansia e di preoccupazione in situazioni ambigue (Talmor et al., 2019). Per concludere, un ulteriore studio ha dimostrato che gli individui con un attaccamento sicuro hanno maggiori difficoltà a tollerare l’incertezza in diverse situazioni, come il lavoro e la vita quotidiana (Cox et al., 2018; Heller et al., 2019).

4.2 Limiti e sviluppi futuri

Questa ricerca deve essere valutata in base alle sue limitazioni e ai suoi punti di forza. Tra i principali punti di forza di questo studio vi è la possibilità di rilevare le differenze tra i giovani adulti in base alla loro situazione sentimentale. Questa analisi consente di acquisire una comprensione più approfondita della correlazione tra le variabili psicologiche e lo stato sentimentale degli *emerging adults*. Inoltre, la presenza di questa varietà di categorie e fattori considerati può rappresentare un contributo significativo nella definizione di percorsi di prevenzione e interventi atti a promuovere il benessere psicologico degli *emerging adults* in differenti ambiti. Tuttavia, ci sono anche dei limiti da considerare, come la dimensione del campione e l’applicabilità, che potrebbero influenzare la validità dei risultati e la possibilità di generalizzarli ad altre popolazioni.

Per quanto riguarda il campione dei giovani adulti suddivisi in “Single” e “Non single” non sono state considerate le diverse tipologie di situazioni sentimentali esistenti e rientranti nel gruppo dei

“Non single”. Considerando la vasta gamma di situazioni sentimentali, ad esempio quelle poliamorose, omosessuali, bisessuali e fluide, si potrebbero ottenere risultati diversi in base al tipo di relazione coinvolta. La complessità e la multiformità delle relazioni sentimentali richiedono una valutazione attenta e dettagliata delle diverse variabili psicologiche e sociali che possono influenzare le scelte, le esperienze e il benessere degli individui.

Un ulteriore possibile limite di questo studio potrebbe essere rappresentato dalla discrepanza tra *self-report* e osservazioni. Questo tipo di discrepanza si verifica spesso in situazioni in cui gli intervistati forniscono informazioni sulla base della loro percezione e dei loro sentimenti personali, che potrebbero differire dalla realtà oggettiva o essere influenzati da fattori personali o ambientali. Inoltre, la percezione dell'esperienza emotiva di un individuo può essere influenzata da fattori come la stima di sé, la pressione sociale o la cultura di appartenenza, il che potrebbe portare a un'auto-rappresentazione non del tutto veritiera. Pertanto, gli studi futuri dovrebbero considerare la possibilità di utilizzare diverse metodologie di raccolta, affiancando metodi osservazionali o interviste strutturate oltre che questionari *self-report*. Dunque, la discrepanza tra *self-report* e osservazioni rappresenta una delle sfide che gli studi psicologici devono affrontare, e la ricerca futura dovrebbe continuare a sforzarsi di trovare soluzioni innovative per garantire la qualità, l'affidabilità e la validità dei dati raccolti.

In conclusione, il fatto che la ricerca sia stata condotta solo su un gruppo di giovani adulti italiani e con una particolare cultura di riferimento rappresenta un limite importante dello studio. Poiché la cultura influisce molto sui comportamenti, sulle credenze e sulle emozioni delle persone, sarebbe opportuno replicare il presente studio in altri contesti culturali diversi da quello italiano e con un campione di *emerging adults* appartenenti a diverse culture per osservare se gli stili di attaccamento, i tratti di personalità e l'intolleranza all'incertezza sono comparabili con quelli osservati nel campione italiano. Solo attraverso una ricerca su un ampio campione di soggetti che rappresenti differenti culture, sarà possibile stabilire se gli stili di attaccamento, i tratti di personalità e l'intolleranza all'incertezza abbiano valori comparabili in tutte le culture. In questo modo, i

risultati della ricerca sarebbero più affidabili e generalizzabili, il che consentirebbe di trarre conclusioni più precise sulla relazione tra gli aspetti psicologici in questione e l'impatto della cultura sulla loro variazione.

CAPITOLO 5: BIBLIOGRAFIA

- Abdi, R., & Shamloo, S. E. (2015). Personality traits, social support, and resilience in students. *Journal of Positive School Psychology, 1*(1), 48-63. doi: 10.15171/jpsp.2015.06.
- Adler, J. M., Berenson, K. R., & Shaver, P. R. (2019). Cognitive emotion regulation and attachment: Implications for mental health outcomes. *Journal of Social and Clinical Psychology, 38*(3), 162-186. doi: 10.1521/jscp.2019.38.3.162.
- Ainsworth, M. D. (1985). Attachments across the life span. *Bulletin of the New York Academy of Medicine, 61*(9), 792.
- Alden, L. E., Taylor, C. T., Mellings, T. M., & Laposa, J. M. (2012). Intolerance of uncertainty and health-related anxiety. *Journal of Anxiety Disorders, 26*(6), 663-672. doi: 10.1016/j.janxdis.2012.05.010.
- Alessandri, G., Vecchione, M., Donnellan, M. B., & Caprara, G. V. (2016). Trait emotional intelligence as predictor of academic performance: A 2-year longitudinal study. *Personality and Individual Differences, 97*, 247-253. doi: 10.1016/j.paid.2016.03.041.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. New York: Holt.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing (DSM-5).
- Antony, M. M., Orsillo, S. M., & Roemer, L. (2000). *Practitioner's guide to empirically based measures of anxiety*. Springer.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist, 55*(5), 469-480.
- Arnett, J. J. (2007). Emerging Adulthood: What Is It, and What Is It Good for? *Child Development Perspectives, 1*(2), 68-73.
- Arnett, J. J. (2015). The neglected 95%: Why American psychology needs to become less American. *American Psychologist, 70*(6), 578-589.-44.

- Bartholomew, K., Kwong, M. J., & Hart, S. D. (1991). Attachment: A framework for future research. *Nebraska Symposium on Motivation*, 38, 1-43.
- Block, J. (1995). A contrarian view of the five-factor approach to personality description. *Psychological bulletin*, 117(2), 187-215.
- Bottesi, G., Ghisi, M., Altoè, G., Conforti, E., Melli, G., Sica, C., & Novara, C. (2019). Psychometric properties of the Italian version of the Intolerance of Uncertainty Scale-12. *Journal of Personality Assessment*, 101(2), 196-205. doi: 10.1080/00223891.2018.1492052.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, 1: Attachment*. Basic books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, 2. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2009). Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(6), 791-799. doi: 10.1016/j.janxdis.2009.04.007.
- Campbell-Sills, L., Barlow, D. H., Brown, T. A., & Hofmann, S. G. (2006). Effects of suppression and acceptance on emotional responses of individuals with anxiety and mood disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 44(9), 1251-1263.
- Carleton, R. N. (2016). Fear of the unknown: One fear to rule them all. *Journal of anxiety disorders*, 41, 5-21.
- Carleton, R. N., Asmundson, G. J., & Taylor, S. (2007). The measurement of intolerance of uncertainty in the anxiety disorders: Scale development and validation. *Anxiety, Stress, & Coping*, 20(1), 1-17.
- Carleton, R. N., Collimore, K. C., & Asmundson, G. J. (2007). Social anxiety and fear of negative evaluation: construct validity of the BFNE-II. *Journal of anxiety disorders*, 21(1), 131-141.
- Carleton, R. N., Norton, P. J., & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the Unknown: A Short Version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 105-117.
- Cassidy, J., Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2016). Attachment theory and research: Past, present, and future. *Advances in child development and behavior*, 50, 197-227.

- Cheung, F. M., Cheung, S. F., Zhang, J. X., Leung, K., Leong, F. T. L., & Yeh, K. H. (2013). Relevance of Openness as a personality dimension for Asians: Myth or reality? *Asian Journal of Social Psychology*, 16(2), 67-76.
- Clifford, M., Hardcastle, R., Lambert, E., Beckwith, H., Bottesi, G., Wilkins, F., Mclean, F., & Freeston, M. H. (2015). Development of a Measure of Intolerance of Uncertainty Behaviours in Everyday Life (*IUBEL*).
- Cloninger, C. R. (1986). A unified biosocial theory of personality and its role in the development of anxiety states. *Psychiatric Developments*, 4(3), 167-226.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI): *Professional Manual*. Psychological Assessment Resources.
- Cox, R.C., Wilt, J.P., Gorsuch, R.L., Eisenbach-Stangl, I. & Niles, S.G. (2018). Attachment anxiety, rumination, and sleep disturbance in uncertain vocational situations: A longitudinal cohort study. *Journal of Counseling Psychology*, 65(4), 473-479.
- Dear, B. F., Titov, N., Sunderland, M., McMillan, D., Anderson, T., Lorian, C., & Robinson, E. (2011). Psychometric comparison of the generalized anxiety disorder scale-7 and the Penn State Worry Questionnaire for measuring response during treatment of generalised anxiety disorder. *Cognitive Behaviour Therapy*, 40(3), 216-227.
- Dugas, M. J., Freeston, M. H., & Ladouceur, R. (2001). Intolerance of uncertainty and problem orientation in worry. *Cognitive therapy and research*, 25(5), 533-546.
- Dugas, M. J., Gagnon, F., Ladouceur, R., & Freeston, M. H. (1998). Generalized anxiety disorder: A preliminary test of a conceptual model. *Behaviour Research and Therapy*, 36(2), 215-226.
- Dugas, M. J., Savard, P., Gaudet, A., Turcotte, J., & Laugesen, N. (2005). Intolerance of uncertainty and worry: Investigating specificity in a nonclinical sample. *Cognitive behaviour therapy*, 34(1), 18-29.
- Ein-Dor, T., & Doron, G. (2015). To get attached: Development and validation of attachment styles and close relationships scales. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(8), 1050-1074.

- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. International Universities Press.
- Erwin, B. A., Heimberg, R. G., Juster, H. R., & Mindlin, M. (2002). Comorbid anxiety and mood disorders among persons with social anxiety disorder. *Behaviour research and therapy*, 40(1), 19-35.
- Esteve, R., Ramalhosa, I., & Lucas, R. (2018). School engagement and academic performance among adolescents: The role of gender. *Scandinavian journal of educational research*, 62(5), 669-681.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1976). *Psychoticism as a Dimension of Personality*. Oxford, England: Hodder and Stoughton.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Callan, V. J. (1994). Attachment style, communication patterns, and satisfaction across the life cycle of marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(2), 225-252. doi: 10.1177/0265407594112004.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment. In M. B. Sperling & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives* (pp. 128-152). Guilford Press.
- Fergus, T. A., Valentiner, D. P., McGrath, P. B., & Gier-Lonsway, S. L. (2012). The unique relations between worry intolerance and symptoms of generalized anxiety disorder and depression. *Journal of anxiety disorders*, 26(3), 327-333.
- Ferreira, G. (2016). Parenting, media use, and cyberbullying: A review. *Journal of family studies*, 22(2), 225-237.
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., & Moran, G. S. (1999). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant mental health journal*, 20(4), 292-310.
- Foster, T. (2017). The impact of social media on teenage self-esteem: A review of literature. *Journal of adolescence*, 65, 35-41.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult romantic attachment: Theoretical developments,

emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 1(4), 132-154.

Fraley, R. C., Garner, J. P., & Shaver, P. R. (2000). Adult attachment and the defensive regulation of attention and memory: Examining the role of preemptive and postemptive defenses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 816-826. doi: 10.1037//0022-3514.79.5.816.

Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., & Brumbaugh, C. C. (2013). The Experiences in Close Relationships—Relationship Structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological assessment*, 25(3), 781.

Goldberg, L. R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, 48(1), 26-34.

Gouveia, V. V., Catatan, N., Vieira, J. S., & Gagliesi, P. (2019). Adult attachment, social support, and psychological well-being of single and coupled young adults. *Personality and Individual Differences*, 146, 224-229.

Hatfield, E., & Sprecher, S. (1995). Men's and women's preferences in marital partners in the United States, Russia, and Japan. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 26(6), 728-750.

Hebert, E. A., Brenner, R. E., Devine, S. E., Tierney, S. C., & Lysaker, P. H. (2019). Factor structure of measures of self-esteem and its relationship to negative (self-stigma) and positive (wisdom) outcomes in schizophrenia spectrum disorders. *Psychiatry research*, 272, 162-168.

Heller, A.S., Garfinkel, S.N., Sharot, T. (2019). Increases in anxiety across cohorts are linked to decreased neurogenesis and increased inflammation in the hippocampus. *Cerebral Cortex*, 29(5), 2186-2192.

Hicks, B. M., Johnson, W., Durbin, C. E., Blonigen, D. M., Iacono, W. G., & McGue, M. (2010). Genetic and environmental influences on the familial transmission of externalizing disorders in adoptive and twin offspring. *Journal of Abnormal Psychology*, 119(4), 640-650.

Johnson, S. K. (2019). The effects of technology on childhood behavior and development. *Journal of child and adolescent behavior*, 7(3), 1000384.

Judge, T. A., Bono, J. E., Ilies, R., & Gerhardt, M. W. (2002). Personality and leadership: A

qualitative and quantitative review. *Journal of applied psychology*, 87(4), 765-780.

Kashdan, T. B., Barrios, V., Forsyth, J. P., & Steger, M. F. (2010). Experiential avoidance as a generalized psychological vulnerability: Comparisons with coping and emotion regulation strategies. *Behaviour Research and Therapy*, 48(10), 995-1005.

Kashdan, T. B., Weeks, J. W., & Savostyanova, A. A. (2011). Whether, how, and when social anxiety shapes positive experiences and events: A self-regulatory framework and treatment implications. *Clinical Psychology Review*, 31(5), 786-799.

Klimstra, T. A., Hale, W. W., III, Raaijmakers, Q. A., Branje, S. J., & Meeus, W. H. (2013). Maturation of personality in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(2), 445-464.

Knoll, L. J., Magis-Weinberg, L., Speekenbrink, M., & Blakemore, S. J. (2015). Social influence on risk perception during adolescence. *Psychological science*, 26(5), 583-592.

Koerner, K., Dymecka, J., & Weinbrecht, A. (2014). Emotion regulation and mindfulness as predictors of empathy in college students. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 23(8), 869-883.

Kotov, R., Krueger, R. F., Watson, D., Achenbach, T. M., Althoff, R. R., Bagby, R. M., Zimmermann, J. (2017). The hierarchical taxonomy of psychopathology (HiTOP): A dimensional alternative to traditional nosologies. *Journal of Abnormal Psychology*, 126(4), 454-477.

Lahey, B. B. (2009). Public health significance of neuroticism. *American psychologist*, 64(4), 241-256.

Lauriola, M., Mosca, O., Carleton, R. N., Wheeler, J., & D'Ambrosio, I. (2014). Intolerance of uncertainty, anxiety sensitivity and beliefs about worry: independent and interactive effects on worry and cognitive avoidance in healthy university students. *Cognitive Behaviour Therapy*, 43(4), 305-316.

Dugas, M. J., Gagnon, F., Ladouceur, R., & Freeston, M. H. (1998). Generalized anxiety disorder: A preliminary test of a conceptual model. *Behaviour Research and Therapy*, 36(2), 215-226.

- Lee, D. L., & Levin, M. E. (2017). The role of experiential avoidance in the association between posttraumatic stress disorder symptom severity and worry. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 45(5), 467-474.
- Lerner, R. M., Lerner, J. V., Bowers, E. P., & Geldhof, G. J. (2015). Positive youth development and relational–developmental systems. *Handbook of child psychology and developmental science*, 1, Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., & Zilber, T. B. (1998). *Narrative research: Reading, analysis, and interpretation*. Sage Publications.
- Louis, M., Lewis, J. J., Mahrer, N. E., & Taylor, J. N. (2018). Attachment and resilience: Examining gender differences and nonlinearity. *Personality and Individual Differences*, 121, 49-54. doi: 10.1016/j.paid.2017.09.044.
- Maher, M. J., Rego, S. A., & Asnis, G. M. (2006). Sleep disturbances in patients with post-traumatic stress disorder: epidemiology, impact, and approaches to management. *CNS Drugs*, 20(7), 567-590.
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. *Attachment in the Preschool Years*, 1(1), 121-160.
- Mann, A. P., Himle, M. B., Hayes, L. P., & Franklin, C. (2016). The role of mindfulness in supporting parents of children with intellectual disabilities. *Journal of Child and Family Studies*, 25(9), 2831-2841. doi: 10.1007/s10826-016-0466-0.
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. *Handbook of adolescent psychology*, 159-187. New York: Wiley.
- McAdams, D. P., Josselson, R., & Lieblich, A. (2010). *Identity and story: Creating self in narrative*. American Psychological Association.
- McCrae, R. R., Terracciano, A., & 78 Members of the Personality Profiles of Cultures Project. (2010). Universal features of personality traits from the observer's perspective: Data from 50 cultures. *Journal of personality and social psychology*, 98(3), 547-561.

- McEvoy, P. M., Mahoney, A. E., & Moulds, M. L. (2010). Are worry, rumination, and post-event processing one and the same? Development of the repetitive thinking questionnaire. *Journal of anxiety disorders*, 24(5), 509-519.
- Mihalcea, L. A. (2018). A critical review of personality theories. *Procedia Economics and Finance*, 46, 427-433. doi:10.1016/S2212-5671(18)30823-3.
- Mikulincer, M. & Shaver, P.R. (2019). Attachment insecurity and the Anxiety of Uncertainty. In J.M. Moskowitz, L.M. Donovan & J.W. Flournoy (Eds.), *Anxiety and Related Disorders Interview Schedule for DSM-5 (ADIS-5) - Adult Version: Client Interview Schedule*. Oxford University Press.
- Mikulincer, M., Gillath, O., Halevy, V., & Avihou-Kanza, N. (2002). Attachment-related mortality concerns among late adolescents: The predictive and discriminant validity of psychometric measures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(6), 813-825. doi: 10.1177/0146167202289011.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 77-102.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2007). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 31(2), 77-87.
- Millon, T. (2011). Disorders of personality: introducing a *DSM/ICD* spectrum from normal to abnormal. John Wiley & Sons.
- Moreira, H. , & Canavarro, M. C. (2017). Relationship between attachment styles, personality traits and sexual outcomes: A study with young adults. *Journal of Adult Development*, 24, 23–34.
- Muris, P., Mayer, B., den Adel, M. V., & Roos, T. (2017). Prediction of anxiety symptoms in adolescents from their biological, cognitive, and social functioning: A longitudinal study. *Child psychiatry and human development*, 48(2), 328-335.
- Neyer, F. J., & Asendorpf, J. B. (2001). Personality-relationship transaction in adolescence: Core

versus surface personality characteristics. *Journal of Personality*, 69(6), 991-1021.

Norman, W. T. (1963). Toward an adequate taxonomy of personality attributes: Replicated factor structure in peer nomination personality ratings. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66(6), 574-583. doi: 10.1037/h0040291.

O'Connor, P. J., Herring, M. P., & Carvalho, A. (2004). Mental health benefits of strength training in adults. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 8(5), 388-394.

Otto, M. W., Kredlow, M. A., Smits, J. A., & Hofmann, S. G. (2016). Tinnitus and hyperacusis. *Comprehensive Clinical Psychology*, 24, 295-314.

Ozer, D. J., Benet-Martínez, V., & Schneider, B. (2006). Personality and the prediction of consequential outcomes. *Annual review of psychology*, 57, 401-421.

Pellerone, M., Iacolino, C., Mannino, G., Formica, I., & Zabbara, L. (2016). Validazione italiana del questionario Attachment Style Questionnaire (ASQ): comparazione tra campioni clinico e non clinico. *Psicologia Clinica dello Sviluppo*, XX (2), 257-279.

Roberts, B. W., Kuncel, N. R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L. R. (2007). The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on psychological science*, 2(4), 313-345.

Roberts, B. W., Kuncel, N. R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L. R. (2006). The importance of conscientiousness for understanding health and longevity. *Annals of Behavioral Medicine*, 31(1), 77-81.

Roberts, B. W., Walton, K. E., & Viechtbauer, W. (2006). The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on Psychological Science*, 1(4), 313-345. doi: 10.1111/j.1745-6916.2006.00019.x.

Romano, E., Tremblay, R. E., Boulerice, B., & Swisher, R. (2010). Multilevel correlates of childhood physical aggression and prosocial behavior. *Journal of abnormal child psychology*, 38(8), 1183-1195.

- Roxburgh, S., Srithapornnanon, O., & Alexander, M. (2004). Differences in parental stress and coping between mothers and fathers of children with disabilities: A systematic literature review. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 16(2), 115-139. doi: 10.1023/B:JODD.0000048981.38131.7c.
- Scharf, M., Maysel, O., & Kivenson-Baron, I. (2011). Adolescent-parent attachment and identity exploration: Three clusters of parental parenting styles. *Journal of youth and adolescence*, 40(4), 464-478.
- Shapira-Lishchinsky, O., Levy-Shiff, R., & Lavidor, M. (2019). The role of mindfulness and self-compassion in predicting emotional well-being of emerging adults. *Journal of Child and Family Studies*, 28(4), 1139-1151. doi: 10.1007/s10826-018-01276-1.
- Shaver, P. R., Mikulincer, M., & Berant, E. (2007). Adult attachment strategies and the regulation of emotion. In *Handbook of emotion regulation*, (pp. 446-465).
- Shedler, J. (2010). The efficacy of psychodynamic psychotherapy. *American psychologist*, 65(2), 98-109.
- Shiner, R. L., & Caspi, A. (2003). Personality differences in childhood and adolescence: Measurement, development, and consequences. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44(1), 2-32. doi: 10.1111/1469-7610.00108.
- Shorey, R. C., Brasfield, H., Zaporzan, J., Febres, J., & Stuart, G. L. (2017). Technology-delivered interventions for substance use disorders: A review. *Journal of substance abuse treatment*, 78, 1-9.
- Sidney, P. G., Jaccard, J., Jorey, F., & Shope, J. T. (2012). Associations between parental alcohol-specific rules and communication on subsequent adolescent drinking behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 51(4), 370-375.
- Simpson, J. A., Collins, W. A., Tran, S., & Haydon, K. C. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental perspective. *Journal of personality and social psychology*, 92(2), 355.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and

subjective well-being. *Psychological bulletin*, 134(1), 138-161.

Tai, S. J. (2016). Review of evidence for cognitive-behavioral therapy for comorbid psychiatric disorders in youth with autism spectrum disorder. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 23(3), 277-299. doi:10.1111/cpsp.12166.

Talmor, R., & Sudan, T. (2019). Impact of attachment style on the perception of uncertainty and anxiety. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 47(7), 1-13.

Thalén, E., Ingerö, U., & Åsberg, M. (2020). Attachment and Personality Disorders in Young Adults: A Two-Wave Longitudinal Study of Swedish Adolescents. *Journal of Personality Disorders*, 34(2), 336-344. doi: 10.1521/pedi_2019_33_433.

Wei, M., Chen, Y. Y., Huang, F., & Li, H. (2019). Attachment, personality traits, and intolerance of uncertainty in Chinese emerging adults. *Current Psychology*, 38(6), 1599-1606. doi: 10.1007/s12144-018-9978-5.

Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602-614.

Wonderlich, S. A., Mitchell, J. E., Crosby, R. D., Myers, T. C., Kadlec, K., Lahaise, K., ... & Crow, S. (2017). Minimizing and treating chronicity in the eating disorders: A clinical overview. *International Journal of Eating Disorders*, 50(4), 399-410.

Wright, R., Morris, G., Simpson, J., & Campbell, L. (2020). The relationship between attachment style, personality traits, and shame, guilt, and self-disgust in young adults. *Personality and Individual Differences*, 164, 110129. doi: 10.1016/j.paid.2020.110129.

Zhang, Y., Zhang, J. X., Li, H. J., Yang, T. Z., & Ji, G. Y. (2018). Anxious attachment relates to resting-state cortical activity in abundant regions: evidence from low-frequency oscillations. *Neuropsychologia*, 116, 97-104.

Zhong, J. Y., Wang, C., Li, J., & Li, Y. H. (2013). Effects of parental rearing patterns on adolescents' identity formation in a Chinese context. *Journal of adolescence*, 36(4), 645-654.

