

Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina)

María Inés Figueroa^{1*}, Norma Contini¹, Ana Betina Lacunza², Mariel Levín¹ y Alejandro Estévez Suedan¹

¹Universidad Nacional de Tucumán (Argentina), ²Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino (Argentina)

Resumen: La adolescencia es un período de importantes cambios físicos y psicológicos. Se investigaron las estrategias de afrontamiento en adolescentes de contexto socioeconómico bajo, en relación con el nivel de Bienestar Psicológico.

Desde un modelo de la salud se analizó cómo los jóvenes afrontan de un modo más eficiente y adaptativo las demandas que se les presentan.

Se fundamenta la importancia atribuida al tema por considerar las estrategias de afrontamiento como posibles factores protectores de la salud.

Objetivos: 1) Identificar y analizar las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes. 2) Indagar el nivel de Bienestar Psicológico del grupo estudiado. 3) Determinar las estrategias que emplean los adolescentes con alto nivel de bienestar y si son diferentes a las utilizadas por los que presentan bajo nivel de bienestar.

Metodología: a) Diseño: estudio cuantitativo de tipo descriptivo; b) Muestra: incidental; c) Participantes: 150 adolescentes escolarizados de 13 a 18 años de edad, de San Miguel de Tucumán (Argentina), nivel socioeconómico bajo; d) Instrumentos: Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS), versión castellana editada por TEA y Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes adaptación Casullo (BIEPS-J).

Resultados: Se hallaron diferencias significativas en el empleo de estrategias de afrontamiento en adolescentes con alto y bajo nivel de bienestar psicológico, así como también entre estrategias de afrontamiento y sexo.

Palabras claves: Estrategias de afrontamiento; bienestar psicológico; factores protectores; adolescencia.

Title: The coping strategies and its relation with the level of psychological well-being. A research with adolescents of low socioeconomic level of Tucumán (Argentina).

Abstract: Adolescence is a period in which happen physical and psychological changes. Coping strategies of adolescents in a low socioeconomic context were researched, related to psychological well-being level.

How young people confront in an efficient and adaptive way the demands introduce to them was analyzed from a health model.

The importance given to this subject is based on fact that coping strategies can be considered as possible factors of health protection.

Objectives: 1) to identify and analyze coping strategies used by adolescents; 2) to search deeply the psychological well-being level of the studied group; 3) to resolve the strategies used by adolescents with high psychological well-being level, and if this strategies are different of the ones used by adolescents with low psychological well-being level.

Methodology: 1) Design: comparative – descriptive study; 2) Sample: incidental; 3) Subjects: 150 adolescents between 13 and 18 years old of San Miguel de Tucumán (Argentina) and low socioeconomic level; 4) Techniques: Adolescent Coping Strategies (ACS) and Adolescent Well Being Scale (BIEPS-J) under Casullo adaptation.

Results: Significant differences were found between coping strategies of adolescents with high and low psychological well-being level, so as between coping strategies and gender.

Key words: Coping strategies; psychological well-being; protection factors; adolescence.

Introducción

Estrategias de afrontamiento en la adolescencia

La adolescencia es una etapa especialmente importante puesto que en ella se producen sustanciales transformaciones en la personalidad, al mismo tiempo que se define la identidad y se lleva a cabo la elaboración de un proyecto de vida. (Castro Solano, 2000; Casullo y Fernández Liporace, 2001; Muuss, 1995; Millon, 1994, 1998; Obiols y Obiols, 2000).

El logro de la identidad, la elección de la pareja y de una profesión o trabajo exigen al joven la puesta en marcha de recursos que hagan posible enfrentar tan diversas cuestiones.

Al respecto Ávila Espada, Jiménez-Gómez y González Martínez (1996) reconocen dos grandes líneas de pensamiento sobre este período: una, caracterizada como una fase de crisis, concebida como patológica, en la que se reestructura la personalidad; otra, para la cual la inestabilidad emocional observada en los adolescentes es el resultado de cambios propios del proceso de crecimiento que serán paulatinamente

resueltos, y que no deben ser entendidos como psicopatológicos.

Algunas consideraciones sobre el adolescente y el contexto ecocultural

Si bien algunos grupos permiten el tránsito de la niñez a la adultez de un modo armónico, otros, propios de los contextos de pobreza suelen generar síntomas psicológicos en el adolescente, problemas de comportamiento en el ámbito escolar, familiar o en las interacciones sociales.

Los estilos de vida y las oportunidades de salud, bienestar y desarrollo de los jóvenes tienen una relación muy estrecha con el contexto sociocultural, facilitando u obstaculizando este tránsito hacia la edad adulta. La definición cultural de estos procesos varía de una sociedad a otra, según las personas y a lo largo del tiempo, transmitiendo cada grupo social un particular modo de ser adolescente (Salazar Rojas, 1995).

El contexto es un factor interviniente y determinante en el comportamiento por lo que resulta conveniente tomar en cuenta los ambientes percibidos por el sujeto (Leibovich de Figueroa, Schufer y Muiños, 1998).

Desde esta línea, nos interesa reflexionar acerca de cómo influye el contexto de pobreza en el que vive el adolescente de Tucumán de NES bajo-objeto de este estudio- en la defi-

* Dirección para correspondencia [Correspondence address]: María Inés Figueroa. Juan XXIII 259 CP (4107) Yerba Buena. Tucumán (Argentina). E-mail: inesfig44@yahoo.com.ar

nición de la identidad, en el logro de la autonomía de las figuras parentales y en la inserción en el mundo laboral, tareas propias de esta etapa del desarrollo.

Kliksberg (1995) señala que, según datos del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, PNUD, la pobreza tiene consecuencias devastadoras sobre la población, siendo las principales la desnutrición – que ha padecido el adolescente desde temprana edad –, altas tasas de mortalidad infantil y escolaridad pública deteriorada con altos índices de problemas académicos y deserción escolar.

El adolescente suele estar incluido en un grupo familiar caracterizado por la inestabilidad en su configuración y en los vínculos. Tal situación se presenta asociada a factores económicos, ya que los jefes de familia afectados por agudos problemas de desempleo no llegan a constituir familias estables, o bien, abandonan el grupo familiar, quedando éste a cargo de mujeres. Por eso se ha hablado de un debilitamiento del tejido social (PNUD, 1993, 1994) El adolescente abandona tempranamente el sistema escolar, y debe asumir roles adultos para los cuales no tiene la madurez suficiente ni está preparado psicológicamente (Picco y Galende, 2001). No existe o es muy limitada la socialización primaria que ofrece la familia; el adolescente se socializa no en el ámbito del hogar y la escuela, sino en la calle, como hábitat predominante y como un medio para sobrevivir.

El informe del PNUD agrega que bajo estas condiciones aumentan los índices de homicidios, violaciones, delitos relacionados con drogas, suicidios y porcentajes de jóvenes en las poblaciones reclusas.

Gasparini (2002) sostiene que la economía Argentina, crónicamente inestable y estancada desde 1999, entró en franca depresión en 2001. “La pobreza... ha aumentado drásticamente en la Argentina en los últimos 20 años” (p.6). Se sumó a estos hechos, el déficit importantísimo del estado, en tanto institución que debiera proveer de servicios sociales adecuados, tales como educación y salud.

En suma, las condiciones histórico-sociales bajo las cuales crece este adolescente hacen complejo el proceso de tránsito de la niñez a la adultez y desafían al joven a buscar estrategias de afrontamiento de adversas circunstancias.

Acerca del afrontamiento

Frydenberg y Lewis (1997) afirman que el psicólogo necesita conocer los modos de afrontamiento del adolescente, ya que tal información es útil para poder interpretar sus sentimientos, ideas y conductas. Definen al afrontamiento como “las estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y una adaptación efectivas” (p.13).

Casullo y Fernández Liporace (2001) entienden a la capacidad de afrontamiento como el conjunto de respuestas (pensamientos, sentimientos, acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan.

Desde el modelo de Lazarus y Folkman (1986) no son las situaciones en sí mismas las que provocan una reacción

emocional, sino la interpretación que el sujeto realiza de tales situaciones.

Frydenberg y Lewis (1997) afirman que es posible hacer una distinción entre afrontamiento general y específico, es decir el modo con el que el adolescente encara cualquier situación (general) y una problemática particular (específico). En este trabajo se hará referencia al afrontamiento general. En sus investigaciones identificó 18 estrategias: buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, acción social, ignorar el problema, autoinculparse, reservarlo para sí, buscar apoyo espiritual, fijarse en lo positivo, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes y distracción física.

Siguiendo a Olson y Mc Cubbin (1989) se destacan dos aspectos básicos en la literatura sobre el tema: por un lado, el afrontamiento como un proceso y por el otro, la eficacia del mismo. El afrontamiento sería entonces, un proceso que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes; no siempre la puesta en marcha de este proceso garantiza su éxito. Si al hacerlo el individuo tiene éxito para solucionar la situación problemática presente, repetirá el mismo ante situaciones similares; en caso contrario buscará otro recurso. Así, y según Fernández-Abascal (1997), estaríamos ante una situación de aprendizaje por ensayo y error.

El afrontamiento del estrés desde el modelo salugénico

Es posible estudiar los modos de afrontamiento desde un modelo salugénico. Dicho modelo, desarrollado ampliamente por Antonovsky (1979, 1988) se contrapone al clásico paradigma psicopatológico y a partir de aquel se analiza al adolescente – no al paciente- en un *continuum* salud / enfermedad, tratando de responder a la pregunta de cuáles factores protectores promueven que el joven se sitúe en el extremo positivo de ese *continuum*.

Antonovsky (1988) afirma para hacer frente a un estímulo perturbador se genera un estado de tensión con el cual el sujeto debe luchar. El grado de adecuación en el manejo o control de la tensión determinará que el resultado sea psicopatológico, neutral o salugénico.

Desde la perspectiva del autor el estudio de los factores que hacen posible el manejo de la tensión es la clave de las ciencias de la salud. Nuestra pregunta de investigación gira en torno a cómo afronta el adolescente el estrés que implica la vida cotidiana.

En suma, el adecuado control de la tensión frente a los estresores parece determinar un afrontamiento exitoso y un concomitante estado de bienestar.

Bienestar psicológico y estrés. algunas consideraciones

Para la Psicología, desde un enfoque salutogénico, es de particular interés dilucidar por qué algunos sujetos se sienten satisfechos con la vida, mientras que otros, no; así también le preocupa determinar qué factores inciden en el logro de tal estado de bienestar.

Según el estudio de Castro Solano y Casullo (2000) con adolescentes argentinos "Las variables género, edad y contexto sociocultural no parecen afectar la percepción subjetiva del bienestar en la adolescencia" (p.62). Siguiendo la línea de pensamiento arriba planteada, el adolescente es más vulnerable -por la dinámica evolutiva y por las exigencias del entorno- a presentar desajustes entre él y su medio; tales desajustes producen estrés y ponen en marcha recursos para enfrentarlos; si esto no se logra pueden ocasionar conflictos en cada sujeto, los cuales no deben ser generalizados a todos los coetáneos (Ávila Espada y otros, 1996).

Durante mucho tiempo se creyó que el bienestar psicológico estaba relacionado sólo con variables objetivas como la apariencia física y la inteligencia, pero hoy se sabe que está más vinculado con otras de nivel individual y subjetivo (Diener, Suh y Oishi, 1997). Así, diferentes estudios han resalta-do que aquellos individuos más felices y satisfechos sufren menor malestar, tienen mejores apreciaciones personales, un mejor dominio del entorno y un manejo de los vínculos interpersonales más saludable (Veenhoven, 1991, 1995; Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995; Argyle y Martín, 1987).

El bienestar psicológico es un concepto complejo que ha sido empleado de un modo impreciso en relación con otros como *satisfacción vital* y *calidad de vida*. Horley y Little (1985) diferencian el bienestar psicológico, definiéndolo como percepción subjetiva, estado o sentimiento positivo; la satisfacción es entendida como la gratificación proporcionada por los proyectos personales; mientras que la calidad de vida es el grado en que ésta es percibida favorablemente. Consideran que se puede evaluar el bienestar psicológico a través de algunos de sus componentes, afectos y cognición, los cuales tienen que ser examinados en diferentes contextos tales como familia y trabajo.

Para Diener (1994) la definición del bienestar va a estar relacionada con su medición. Reconoce tres características: subjetividad, presencia de indicadores positivos - y no solo la ausencia de factores negativos -, y una valoración global de la vida

Un alto bienestar depende de una apreciación positiva de aquélla que perdura a lo largo del tiempo, y el bajo bienestar depende del desajuste entre expectativas y logros.

El bienestar psicológico se presenta como un concepto multidimensional (Ryff y Keyes, 1995). Ryff logró identificar en sus investigaciones seis dimensiones del bienestar psicológico: a) una apreciación positiva de sí mismo (autoaceptación); b) capacidad para controlar en forma efectiva el medio y la propia vida (dominio); c) capacidad para manejar con eficiencia los vínculos personales (afectos positivos); d) la

creencia de que la vida tiene propósito y significado (desarrollo personal); e) sentimientos positivos hacia el crecimiento y la madurez (autonomía); e) sentido de autodeterminación.

Con respecto al estrés, parece tratarse de un componente normal de la vida (Lazarus, 2000; Lazarus y Launier, 1978, Antonovsky, 1988), y es definido como "la ambivalencia entre la percepción que el sujeto tiene de las demandas que se le plantean y su disposición para afrontar dichas demandas (Frydenberg y Lewis, 1997, p.13).

Leibovich de Figueroa (2000) señala que es más apropiado concebir al bienestar psicológico como productor tanto de efectos positivos como negativos. En el imaginario colectivo se suele asociar el estrés con éstos últimos; sin embargo es posible observar que puede ser motor para el afrontamiento de una situación, con lo que su efecto sería positivo. Desde esta línea de pensamiento Ávila Espada y otros (1996) plantean la importancia de considerar los estresores dentro de la psicología del desarrollo, en tanto existen numerosos hechos que desequilibran la interacción del adolescente y su entorno. Lo que cuenta como importante es la valoración que realiza el sujeto de las demandas y los recursos disponibles. Tanto las demandas del medio como la dinámica evolutiva del adolescente son estresores que aquél debe enfrentar desarrollando recursos personales, que se han denominado estrategias de afrontamiento.

Factores protectores y de riesgo en adolescentes

Con el advenimiento relativamente reciente de la atención de la salud del adolescente en forma diferenciada, se comenzó a emplear el enfoque de riesgo (Donas Burak, 1998). En el campo de la salud mental cobraron relevancia temas tales como el uso de drogas, los trastornos afectivos, la depresión y el suicidio.

Se entiende como *factor de riesgo*, a aquellas características detectables en un individuo, familia, grupo o comunidad que "señalan" una mayor probabilidad de sufrir daño o estar especialmente expuesto a un proceso mórbido. (Fletcher, Flechter y Wagner, 1989; Donas Burak, 1998; Pita Fernández, Vila Alonso y Carpena Montero, 1997). Igualmente se comenzó a hacer mención a los *factores protectores*, definidos como aquellas características detectables en un individuo, familia grupo o comunidad que favorecen el desarrollo humano, el mantenimiento de la salud o la recuperación de la misma y que pueden contrarrestar los posibles efectos de los factores de riesgo. (Donas Burak, 1998, p.1). Los expertos coinciden en que el proceso de identificación de los factores de riesgo tienen que complementarse, necesariamente, con el conocimiento de los factores de protección (Castro Solano, 2000; Castro Solano y Casullo, 2000); actualmente el énfasis está focalizado en éstos últimos.

Los factores protectores operan como barreras evitando que las situaciones estresantes afecten al joven; por medio de la identificación de las estrategias de afrontamiento que se corresponden con un elevado nivel de bienestar psicológico se podrían hacer inferencias sobre los factores protectores de

la salud con los que cuenta el joven. Como contrapartida, las estrategias que se correlacionan con un bajo nivel de bienestar podrían orientar acerca de los factores de riesgo y del concomitante nivel de vulnerabilidad que presenta el adolescente.

El concepto de *resiliencia* permite hacer articulaciones interesantes con los conceptos antes desarrollados (factores de riesgo / protectores). El término “resiliente” es una denominación utilizada para caracterizar la capacidad de adaptación de determinados materiales en circunstancias extremas (Melillo y Suárez Ojeda, 2001; García Bocarande, 2002). Aplicado al campo de las ciencias de la salud, se utiliza para referir al potencial de adaptación y superación del sujeto ante las diversas situaciones de riesgo que afronta a lo largo de la vida. García Bocarande *et al.* (2002) afirman que el adolescente del siglo XXI parece ser capaz de identificar a tiempo las situaciones de riesgo que se le presentan día a día y utilizar, efectivamente, los factores de protección a su disposición, no solo para adaptarse adecuadamente a las mismas, sino para superarlas a fin de sacar provecho de ellas.

Objetivos

- Identificar y analizar las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes de 13 a 18 años escolarizados de nivel sociocultural bajo de S. M. de Tucumán, según el género.
- Indagar el nivel de bienestar psicológico de los adolescentes de la muestra, según género.
- Determinar qué estrategias emplean los adolescentes que presentan un alto nivel de bienestar psicológico y si son diferentes de las utilizadas por los que presentan un bajo nivel de bienestar.

Método

Muestra

El diseño corresponde a un estudio cuantitativo de tipo descriptivo para evaluar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes de nivel socioeconómico bajo escolarizados de Tucumán y su relación con el bienestar psicológico. Para definir el Nivel socioeconómico (NES) bajo se consideraron las variables educación y ocupación del jefe del hogar y tipo de vivienda en la que habitan. Se trabajó con una muestra incidental.

Participantes

150 estudiantes de nivel socioeconómico bajo de entre 13 a 18 años, de ambos sexos, residentes en la ciudad de Tucumán, que concurrían a instituciones educativas. Los grupos se seleccionaron de manera intencional, dado que no era posible, en virtud de razones presupuestarias, organizativas e institucionales, efectuar una selección al azar. Los adolescentes respondieron a las pruebas voluntariamente, con previa autorización de los padres de los mismos. Como criterio de exclusión de casos, se decidió eliminar los protocolos incompletos.

Instrumentos

Se administró la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) en la versión castellana editada por TEA (1997), en su forma general. Esta técnica consta de 79 ítem, con una escala tipo Likert con cinco opciones, de la cual se pueden extraer 18 estrategias (ver Tabla 1).

Además se solicitó la realización de la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes, adaptación Casullo (BIEPS -J). Consta de 13 ítem que los adolescentes deben responder en tres opciones.

Procedimiento

- En la recolección de los datos se siguieron los siguientes pasos:
- Entrevistas a directivos de las escuelas seleccionadas para la muestra. Solicitud de autorización de los padres para la participación consentida y voluntaria de los adolescentes.
 - Entrevista grupal a los alumnos seleccionados a fin de explicar los objetivos de la presente investigación y motivar su participación para lograr la mejor productividad posible.
 - Autoadministración de los instrumentos elegidos para la recolección de los datos: Escalas BIEPS -J y ACS en grupos de 15 a 30 alumnos.
 - Luego de la administración de las pruebas se realizó el procesamiento estadístico de los datos. Se identificó el nivel de bienestar psicológico, los estilos de afrontamiento y se correlacionaron los resultados de ambas pruebas.

Resultados y discusión

El total de casos muestreados fue de 150 varones y mujeres escolarizados de 13 a 18 años. Se analizaron las estrategias de afrontamiento según género y el nivel de Bienestar Psicológico según género y edad. Posteriormente, se correlacionaron ambos estudios.

Estrategias de Afrontamiento y su relación con el género

Se analizaron las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes de la muestra (ver Tabla 1).

Se observó que los adolescentes de 13 a 18 años de NES bajo presentaron las siguientes estrategias de afrontamiento como las más representativas del grupo (se citan en orden decreciente de acuerdo a la frecuencia de uso): 1) preocuparse, 2) buscar diversiones relajantes, 3) fijarse en lo positivo, 4) buscar pertenencia, 5) distracción física. A partir de estos resultados podríamos afirmar que los adolescentes estudiados enfrentan sus dificultades presentando temor por el futuro sin lograr soluciones, buscando la opinión de los demás sobre lo que le acontece; en otros casos recurriendo a diversiones relajantes como escuchar música y leer, o distracción física como hacer deportes; también algunos adolescentes buscan atentamente el aspecto positivo de la situación, el lado bueno de las cosas.

Tabla 1: Estrategias de afrontamiento del ACS correspondientes a adolescentes de 13 a 18 años de la muestra NES bajo de S. M. de Tucumán.

Estrategia	Media	Desviación estándar
preocuparse	72.1	16
buscar diversiones relajantes	69.1	19.9
fijarse en lo positivo	68.8	16.2
buscar pertenencia	68.4	14.9
distracción física	67.3	26.4
buscar apoyo social	62.6	18.9
concentrarse en resolver el problema	65.7	17.8
esforzarse y tener éxito	64.7	16.8
invertir en amigos íntimos	64.9	19
hacerse ilusiones	64.7	16.7
falta de afrontamiento	50.5	15.1
reducción de la tensión	40.3	16.3
acción social	35.7	13.9
ignorar el problema	43.3	17.4
autoinculparse	56.5	19.2
reservarlo para sí	56.4	18.8
buscar apoyo espiritual	59.1	17.5
buscar ayuda profesional	68.8	19.8

Se encontraron diferencias significativas entre varones y mujeres en cuanto a las siguientes estrategias de afrontamiento utilizadas: buscar apoyo social, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, ignorar el problema, autoinculparse, buscar apoyo espiritual y distracción física (Ver Tabla 2).

Tabla 2: Estrategias de afrontamiento del ACS y género correspondientes a adolescentes de la muestra NES bajo de S. M. de Tucumán.

Estrategia	Varones Media	Mujeres Media
preocuparse	69.9	73.5
buscar diversiones relajantes	71.2	67.7
fijarse en lo positivo	70.1	68
buscar pertenencia	67.7	68.9
distracción física	77.7	60.4**
buscar apoyo social	55.7	67.4**
concentrarse en resolver el problema	65.1	66.1
esforzarse y tener éxito	66.8	63.3
invertir en amigos íntimos	64.9	65.2
hacerse ilusiones	60.3	67.7**
falta de afrontamiento	46.3	53.2**
reducción de la tensión	35.3	43.7**
acción social	37.2	34.7
ignorar el problema	47.5	40.6*
autoinculparse	50.4	60.6**
reservarlo para sí	53.2	58.6
buscar apoyo espiritual	55.4	61.5*
buscar ayuda profesional	48.9	45.4

Nota: * significativo al nivel .01; ** significativo al nivel .05

Las estrategias que distinguen a las adolescentes mujeres para enfrentar sus problemas son: hacerse ilusiones, buscar apoyo social, buscar apoyo espiritual, autoinculparse, falta de afrontamiento, reducción de la tensión. Esto implica el uso de elementos basados en la esperanza y en la anticipación de

una salida positiva, así como la creencia de la ayuda de un líder o de Dios; las mujeres tienden a compartir el problema con los otros y buscar apoyo para su resolución; otras, se ven como responsables de sus problemas o preocupaciones; en tanto que otro grupo presenta dificultad personal para tratar el problema y desarrollan síntomas psicósomáticos; por su parte algunas jóvenes buscan sentirse mejor y relajar la tensión por medio del consumo de tabaco y abuso de sustancias.

Las estrategias que permiten caracterizar a los adolescentes varones fueron: distracción física e ignorar el problema. La primera implica hacer deportes, mantenerse en forma mientras que ignorar el problema supone el rechazo consciente de la existencia del problema.

Nivel de Bienestar Psicológico y su relación con el género y la edad

Se calculó una puntuación promedio para el análisis de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J). A partir de esta puntuación se dividió la muestra en dos grupos: a) Alto Bienestar: adolescentes que presentaron en sus puntuaciones un percentil mayor o igual a 75; b) Bajo Bienestar: puntuaciones con un percentil menor o igual a 25. El 23 % de los adolescentes presentó un alto bienestar y el 45% obtuvo un bajo nivel de bienestar psicológico.

En relación con el nivel de bienestar psicológico de la muestra estudiada, se encontró que predominan los sujetos con un bajo bienestar. Siguiendo los trabajos de Castro Solano y Casullo (2002) cabe señalar que los adolescentes de NES bajo de 13 a 18 años de S. M. de Tucumán presentarían insatisfacción en la mayoría de sus áreas vitales: familia, estudio, amigos, aceptación de sí y proyectos personales. El joven de este contexto sociocultural esta inserto en un grupo familiar con serias limitaciones para cumplir con sus funciones centrales de sostén del crecimiento, y núcleo orientador del sujeto en proceso de desarrollo; está más expuesto a factores de riesgo tales como las condiciones de pobreza, falta de oportunidades, frustraciones en el ámbito personal, educativo, y sociocultural.

Se analizó el nivel de Bienestar Psicológico en relación al género. El promedio en el grupo de varones fue mayor (34.52) que en el de mujeres (32.67) (ver Tabla 3).

Estrategias de Afrontamiento y su relación con el nivel de Bienestar Psicológico

Se analizó la correlación entre la escala BIEPS-J y las estrategias evaluadas por el ACS (ver Tabla 4).

El empleo de las estrategias: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos y distracción física se correlaciona positiva y significativamente con un alto bienestar psicológico en la escala BIEPS-J. Por lo tanto se podría afirmar que los adolescentes de 13 a 18 años de NES bajo de S. M. de Tucumán con alto bienestar psicológico tienen una percepción de con-

trol y de autocompetencia, que les permite actuar sobre el entorno en función de sus necesidades; con proyectos y metas de vida; que se aceptan a sí mismos y que tienen capacidad para relacionarse con los demás ante las situaciones problemáticas que les toca enfrentar; cuando ello ocurre, lo hacen empleando estrategias que podríamos caracterizar como activas ya que implican una actitud de compromiso y esfuerzo por parte del sujeto. Estos adolescentes buscan resolver el problema analizándolo desde diferentes puntos de vista y actúan en consecuencia. Se preocupan por el futuro y lo gran comprometerse en sus relaciones interpersonales.

Tabla 3: Distribución de media aritmética y desvíos de puntajes BIEPS-J correspondientes a adolescentes de la muestra NES bajo de S. M. de Tucumán.

Sexo	N	media	desvío
Varones	60	34.52	3.09
Mujeres	90	32.67	4.05
Total	150	33.41	3.80

Tabla 4: Correlación entre nivel de bienestar psicológico y utilización de estrategias de afrontamiento del ACS correspondientes a adolescentes de la muestra NES bajo de S. M. de Tucumán.

Estrategia	Correlación	Significativa
preocuparse	0.25	**
buscar diversiones relajantes	0.07	
fijarse en lo positivo	0.15	
buscar pertenencia	0.12	
distracción física	0.21	**
buscar apoyo social	0.12	
concentrarse en resolver el problema	0.29	**
esforzarse y tener éxito	0.25	**
invertir en amigos íntimos	0.19	*
hacerse ilusiones	-0.02	
falta de afrontamiento	-0.17	*
reducción de la tensión	-0.26	**
acción social	-0.00	
ignorar el problema	-0.13	
autoinculparse	-0.24	**
reservarlo para sí	-0.09	
buscar apoyo espiritual	-0.02	
buscar ayuda profesional	0.07	

Nota: **p< .01 *p< .05

Asimismo, los adolescentes con bajo bienestar emplearon estrategias como falta de afrontamiento, reducción de la tensión y autoinculparse que, a diferencia del grupo anterior, son del tipo pasivo ya que no implican empeño por parte del sujeto, sino más bien una evitación del problema y el alivio de la tensión. La falta de afrontamiento supone la ausencia de recursos para enfrentar las dificultades, lo que se relacionaría con las otras dos estrategias; así, la reducción de la tensión supone, por ejemplo, el uso de alcohol o drogas, y autoinculparse conlleva a sentirse culpable por una situación que genera conflicto, lo que no implica un intento de resolución. La carencia de estrategias más efectivas se vincularía

con el bajo concepto de sí mismo, con dificultades para hacer frente a las situaciones que le demanda el entorno y las propias necesidades. Igualmente se asociaría con la falta de metas y confianza en sí mismos que caracterizan a los adolescentes con bajo nivel de bienestar.

Conclusión

Este trabajo ha centrado su interés en identificar las estrategias de afrontamiento que utilizaron los adolescentes de nivel socioeconómico bajo y su relación con el nivel de bienestar psicológico.

Los jóvenes de este contexto, por sus condiciones de vida, deben postergar la satisfacción de sus necesidades por falta de oportunidades estando más expuestos a factores de riesgo, por el alto nivel de frustración que deben soportar. De ello dan cuenta los resultados en el que el 45% presenta un bajo nivel de bienestar psicológico y emplearon estrategias tales como: falta de afrontamiento, reducción de la tensión y autoinculparse. Estas respuestas frente a las situaciones de estrés los conducen a evitar pensar en el problema, buscar recompensas alternativas, sintiendo culpa, lo que, indudablemente puede resultar de riesgo para el joven, ya que la resolución exitosa de cualquier hecho vital, implica poner en marcha estrategias cognitivas y afectivas que, con principio de realidad conduzcan a modificar la situación problemática planteada.

La incapacidad del joven para enfrentar el problema, desde una posición pasiva suele presentarse asociada con síntomas psicossomáticos. Los que emplearon la estrategia “reducción de la tensión”, pone de manifiesto el intento de sentirse mejor por medio de actividades que disminuyan el estrés. Una modalidad es la ingesta excesiva de alcohol, de sustancias psicoactivas o fumar; como así también comportamientos de huida temporaria de la casa o de la escuela (hacerse “la rabona”), recursos éstos de carácter evasivo y en los cuales el adolescente no asume un rol activo, se refugia en la fantasía, en el mundo interno, aislándose y negándose a participar de relaciones afectivas gratificantes y duraderas.

Los adolescentes que presentaron alto nivel de bienestar psicológico representan un 23% de los varones y mujeres muestreados. Utilizaron estrategias de afrontamiento dirigidas a la resolución de los problemas: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos y distracción física. Estas dan cuenta de que estos jóvenes presentan flexibilidad cognitiva, enfrentan las situaciones de manera positiva, se esfuerzan por satisfacer sus necesidades vitales, emocionales y sociales, invirtiendo parte de su tiempo en relaciones interpersonales, especialmente con sus pares, haciendo deportes y manteniéndose en forma. Así, fortalecen el concepto que tienen de sí, de su imagen corporal, pueden lograr mayor aceptación de los demás, ganando prestigio y reforzando su autoestima.

Desde un enfoque salutogénico consideramos que el adecuado manejo y control de un estímulo perturbador o generador de estrés por parte del adolescente disminuye los sig-

nos emocionales negativos como la ansiedad o la depresión, entre otros y promueve un alto nivel de bienestar psicológico.

Los factores protectores identificados de su salud resultarían insuficientes como para contrarrestar los efectos de un proceso mórbido, al no contar con los recursos necesarios para resolver las situaciones que se le presentan, afrontándolas con eficacia, comprometiendo así, su bienestar psicológico y su calidad de vida.

Es la apreciación subjetiva de la situación y de los recursos con que cuenta el joven lo que incide en el empleo de es-

trategias de afrontamiento, todo lo cual puede generar problemas transitorios o duraderos en aquél.

Finalmente consideramos que este trabajo aporta herramientas para la elaboración de programas de prevención a partir de la identificación de estrategias saludables de afrontamiento del estrés por parte de nuestros adolescentes dado que no existen, con población local, investigaciones sobre el estado de bienestar psicológico en relación con las estrategias que más utilizan los jóvenes de NES bajo para abordar los situaciones problemáticas que a diario se le presentan.

Referencias

- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress and coping: new perspectives on mental and Physical Well-Being*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1988). *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Argyle, M. & Martín, M. (1987). *The psychological causes of happiness*. Londres: Methuan.
- Ávila-Espada, A., Jiménez-Gómez, F. & González Martínez, M. (1996). Aproximación psicométrica a los patrones de personalidad y estilos de afrontamiento del estrés en la adolescencia: perspectivas conceptuales y técnicas de evaluación. En M. Casullo (Comp.), *Evaluación psicológica en el campo de la salud*. Barcelona: Paidós-Ibérica.
- Castro Solano, A. (2000). *Estilos de personalidad, objetivos de vida y satisfacción vital. Un estudio comparativo con adolescentes argentinos*. Tesis Doctoral inédita. Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Psicología.
- Castro Solano, A. (2002). Investigaciones Argentinas sobre el bienestar psicológico. En M. Casullo (Comp.), *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. (pp. 31-54). Buenos Aires: Paidós.
- Castro Solano, A. & Casullo, M. M. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú, XVIII, (2), 35-68.
- Casullo, M. & Fernández Liporace, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Revista del Instituto de Investigaciones*. Buenos Aires, Facultad de Psicología, 6, (1), 25-49.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective Well-Being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 43, 307-334.
- Diener, E., Suh, E. & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective Well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*. [En red]. Disponible en: En internet: Base de datos PsychInfo 96-97.
- Donas Burak, S. (1998). *Protección, riesgo y vulnerabilidad. Sus posibles aplicaciones en la promoción, prevención, tratamiento y rehabilitación de la salud integral de los/las adolescentes*. Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2ª versión preliminar. [En red]. Disponible en <http://www.biblio.ucaldas.edu.co/docs/donas.htm>
- Fernández - Abascal, E. G. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. En E.G. Fernández-Abascal, F. Palmero, M. Chóiz & F. Martínez (Eds.), *Cuadernos de práctica de motivación y emoción*. Madrid: Pirámide.
- Fletcher, R. Fletcher, S. & Wagner, E. (1989). *Epidemiología clínica*. Barcelona: Ed. Consult.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1997). *ACS. Escalas de Afrontamiento para adolescentes*. Manual Madrid: TEA, adaptación Española.
- García Bocarande, B. (2002). *Adolescentes listos para superar riesgos. Mujeres del 3er milenio*, Venezuela, Caracas. Manual [En red]. Disponible en <http://www.mujeleslegendarias.org.ve>
- Gasparini, L. & otros (2002). *Características demográficas y pobreza en la Argentina*. Departamento de economía de la Universidad Nacional de la Plata. Argentina. [En red]. Disponible en: <http://www.depeco.econo.unlp.edu.ar/cedlas/pdfs/trabajobid.pdf>
- Holmes, T. H. & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Horley, J. & Little, B. R. (1985). Affective and cognitive components of global subjective Well-Being measure. *Social Indicators Research*, 17, 189-197.
- Kliksberg, B. (1995). *Pobreza, el drama cotidiano: clave para una nueva gerencia social eficiente*. Buenos Aires: Norma S. A.
- Lazarus, & Launier, . (1978). Stress-related transactions between person and environment. En A. Pervin & M. Lewis (Eds), *Perspectives in International Psychology* (pp. 287-322). New York: Plenum.
- Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. España, Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Leibovich de Figueroa, N. (2000). Algunas consideraciones acerca del estrés. Ficha N 059-018, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires
- Leibovich de Figueroa, N, Schufer, M & Muiños, R. (1998). *Ecoevaluación Psicológica. Las figuras humanas en contextos familiar y escolar*. Buenos Aires: EUDEBA.
- Melillo, A. & Suárez Ojeda, E. (Comps.) (2001). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós.
- Millon, T. (1994) *Millon Adolescent Clinical Inventory (MACI)*. Minneapolis: National Computer Systems.
- Millon, T. (1998). *Los trastornos de la personalidad más allá del DSM IV*. Barcelona: Masson.
- Muuss R. E. (1995). *Teorías de la Adolescencia*. México: Paidós Studio.
- Obiols, G. A. & Obiols, S. (2000). *Adolescencia, posmodernidad y escuela secundaria*. Buenos Aires: Kapelusz Editora S.A.
- Olson, D. H. & Mc Cubbin, H. I. (1989). *Families, what makes them work*. California: Sage.
- Picco, E. & Galende, B.(2001). Trabajo infantil su impacto en la constitución subjetiva. En *Kairós*, 5, (8), 2º semestre. [En red]. Disponible en: <http://www.fices.unsl.edu.ar/kairós/k8-07.htm>
- Pita Fernández, S., Vila Alonso, M. T & Carpente Montero, J. (1997). Cad Atención Primaria, 4: 75-78. [En red]. Disponible en: http://www.fisterra.com/material/investiga/3f_de_riesgo.htm
- PNUD (1995). Informe del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (1993-1994). En B. Kliksberg (Ed.), *Pobreza, el drama cotidiano: clave para una nueva gerencia social eficiente*. Buenos Aires: Norma S. A.
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The structure of Psychological Well-Being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, (4), 719-727.
- Ryff, C.(1989). Happiness is everything, or is it?. Exploration on the meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, (6), 1069-1081.
- Salazar Rojas, D. (1995). Adolescencia, cultura y salud. En *Salud del adolescente y del joven*. Organización Panamericana de la Salud (OPS). Publicación científica 552.
- Veenhoven, R.(1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Veenhoven, R.(1991). Questions on happiness: classical topics, modern answers, blind spots. En F. Stuck, M. Argyle & N. Schwartz (Eds), *Subjective Well-Being*. England: Pergamon Press.
- Veenhoven, R.(1995). Developments in Satisfaction Research. *Social Indicators Research*, 37, 1-46.

(Artículo recibido: 11-8-2003, aceptado: 9-8-2004)