

Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes

Remedios González Barrón, Inmaculada Montoya Castilla, María. M. Casullo y Jordi Bernabéu Verdú
Universidad de Valencia

Las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes pueden incidir en su desarrollo psicológico. En el presente trabajo se estudió la relación entre el afrontamiento y el bienestar psicológico, así como la incidencia de la edad y el género sobre estas variables. La muestra está formada por 417 adolescentes entre 15 y 18 años. Las estrategias de afrontamiento se evaluaron con el ACS (Frydenberg y Lewis, 1996a) y el bienestar psicológico con el BIEPS (Casullo y Castro, 2000). Los resultados señalan una escasa relación de la edad con el afrontamiento y el bienestar psicológico. En cuanto al género, las mujeres poseen mayor repertorio de estrategias de afrontamiento y menos habilidad para afrontar los problemas que los varones. El nivel de bienestar psicológico establece diferencias más claras respecto a las estrategias de afrontamiento utilizadas que la edad y el género.

Relationship between coping strategies and psychological well-being in adolescents. Coping strategies used by adolescents may have an effect on their psychological development. This piece of research studied the relationships between coping and psychological well-being and the effect that age and gender had on these variables. The sample was made up of 417 adolescents between 15 and 18 years old. Coping strategies were evaluated by using ACS (Frydenberg & Lewis, 1996a) and well-being by means of the BIEPS (Casullo & Castro, 2000). The results showed that the relationship between age and coping and psychological well-being was not a close one. As to gender, adolescent women used a greater variety of coping strategies and were less skilful in coping with problems than men. Clearer differences with regard to the coping strategies used were established by the level of psychological well-being than by age and gender.

La adolescencia es considerada una etapa del desarrollo caracterizada por continuos cambios, que pueden ocasionar estrés. Las exigencias psicosociales derivadas de este proceso evolutivo pueden repercutir en el desarrollo psicológico, influyendo en la confianza en sí mismo, la timidez, la ansiedad (Frydenberg y Lewis, 1991), el sentimiento de eficacia, la autoestima (Frydenberg y Lewis, 1996b), o el desarrollo de estrategias de afrontamiento (Frydenberg y Lewis, 1996b, 1999; Aunola, Stattin y Nurmi, 2000). El afrontamiento en los adolescentes se relaciona con un conjunto de acciones y cogniciones que lo capacitan para tolerar, evitar o minimizar los efectos producidos por un evento estresante (Plancherel y Bolognini, 1995).

En el modelo de *Afrontamiento* transaccional propuesto por Lazarus y Folkman (1984) lo definió como los esfuerzos cognitivos-conductuales continuamente cambiantes que realiza el sujeto para manejar las demandas internas y/o externas, que son evaluadas como que agotan o exceden los recursos personales. El afrontamiento estaría determinado por la persona, el ambiente y por su interacción (Frydenberg, 1994).

Folkman y Lazarus (1985) propusieron dos estilos de afrontamiento: el focalizado en el problema (modificar la situación problemática para hacerla menos estresante) y en la emoción (reducir la tensión, la activación fisiológica y la reacción emocional) (Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis y Gruen, 1986; Frydenberg y Lewis, 1991; Plancherel y Bolognini, 1995). A partir de este modelo se han desarrollado instrumentos (Patterson y McCubbin, 1987; Spirito, Stark y Williams, 1988; Fanshawe y Burnett, 1991; Frydenberg y Lewis, 1996a) para evaluar el afrontamiento en adolescentes (Frydenberg, 1997). Las estrategias consideradas tienen un denominador común, al evaluar los dos estilos propuestos por Folkman y Lazarus (1985) y un tercer estilo, el Improductivo, propuesto por Frydenberg y Lewis (1996a), permitiendo relacionar los resultados proporcionados (Frydenberg, 1997). En el adolescente las estrategias de afrontamiento parecen ser el resultado de aprendizajes realizados en experiencias previas, que constituyen un estilo estable de afrontamiento, que determina las estrategias situacionales (Frydenberg y Lewis, 1994; Frydenberg, 1997; Donaldson, Prinstein, Danovsky y Spirito, 2000).

Los resultados de investigaciones sobre las estrategias de afrontamiento en función de la edad y el género en adolescentes son contradictorios (Mullis y Chapman, 2000). En cuanto a la edad, los adolescentes más jóvenes utilizan con mayor frecuencia el estilo focalizado en la emoción, mientras que los mayores, el focalizado en el problema (Stern y Zevon, 1990; Groer, Thomas y Shoffner, 1992; Gamble, 1994). Otros estudios señalan lo opuesto,

que con la edad los adolescentes utilizan con más frecuencia el estilo focalizado en la emoción (Compas, Orosan y Grant, 1993), así como el estilo improductivo (Frydenberg y Lewis, 1993) y con menor frecuencia estrategias focalizadas en el problema (Spirito, Stark, Grace y Stamoulis, 1991; Brodzinsky, Elias, Steiger, Simon, Gill y Hitt, 1992). Parece haber acuerdo en que la utilización de ambos estilos (focalizado en el problema y en la emoción) se incrementa con la edad, y que los adolescentes de mayor edad poseen un repertorio de respuestas de afrontamiento más amplio (Seiffge-Krenke, 1990; Eisenberg, Fabes y Guthrie, 1997; Donalson et al., 2000; Williams y McGillicuddy, 2000).

Respecto al género los resultados en el estilo focalizado en el problema son contradictorios. Frydenberg y Lewis (1991) señalaron la ausencia de diferencias, y posteriormente (Frydenberg y Lewis, 1999) observaron que los varones utilizaban la búsqueda de diversiones relajantes y la distracción física más que las mujeres (Recklitis y Noam, 1999). En el estilo focalizado en la emoción parece haber acuerdo, relacionándose con las mujeres adolescentes en la búsqueda de apoyo social (Frydenberg y Lewis, 1991; Plancherel y Bolognini, 1995; Parsons, Frydenberg y Poole, 1996; Plancherel, Bolognini y Halfon, 1998; Frydenberg y Lewis, 1999; Recklitis y Noam, 1999; Washburn, 2000). Cuando esta última estrategia es utilizada por los varones mejora sus logros académicos y mantiene su bienestar psicológico (Parsons et al., 1996). Con la edad aumenta el uso de estrategias del estilo improductivo en ambos géneros, especialmente en las mujeres (Plancherel y Bolognini, 1995; Plancherel et al., 1998; Frydenberg y Lewis, 1999).

Las estrategias de afrontamiento pueden repercutir, como se ha señalado, sobre el bienestar psicológico (Parsons et al., 1996). El *Bienestar Psicológico* es considerado un constructo que no tiene un marco teórico claro, relacionándolo con el grado que un individuo juzga su vida «como un todo» en términos favorables y satisfactorios (Veenhoven, 1991; Diener, 1994), y asociándolo con estados de humor positivos, alta autoestima y baja sintomatología depresiva (Eronen y Nurmi, 1999). Dentro de este marco se sitúa el modelo multidimensional de Bienestar Psicológico de Ryff (1989) con seis dimensiones (autoaceptación, dominio del ambiente, sentimiento de realización en la vida, compromiso vital, autonomía y vínculos), que constituyen la referencia teórica a este constructo (Ryff y Keyes, 1995). Respecto a la estabilidad del bienestar en el tiempo no existe acuerdo, considerándolo no estable a largo plazo (Veenhoven, 1991) o estable aunque con variaciones en función de las experiencias (Diener, 1994).

El bienestar psicológico se ha relacionado con variables como la personalidad (Schmutte y Ryff, 1997; Sun, Cheung y Fung, 1998), la calidad de las interacciones sociales (Makino y Tagami, 1998a), las relaciones familiares positivas (Shek, 1997, 1998; DeGoede, Spruijt y Maas, 1999; Shek, 2000), el autoconcepto/autoestima (Makino y Tagami, 1998b; Byrne, 2000; Fickova y Korcova, 2000) y con síntomas clínicos (Casullo y Castro, 2000). Se ha estudiado el bienestar a través de la ansiedad, el humor depresivo y los problemas de sueño, observándose que la expresión de sentimientos negativos estaba asociada con menor bienestar para las mujeres, en los varones, sólo la ansiedad se relacionaba con bajo bienestar (Plancherel y Bolognini, 1995); a través de la satisfacción en la vida (Atienza, Pons y García-Merita, 2000); con el autoconcepto positivo, que se relaciona con el estilo focalizado en el problema en las mujeres y con el focalizado en la emoción en los varones (Ficková, 1998); y con el ajuste al estresor y bajos niveles

de ansiedad, relacionándolo positivamente con el afrontamiento de aproximación (Griffith, Dubow e Ippolito, 2000).

Como conclusión, las investigaciones consultadas muestran que el adolescente utiliza una jerarquía de estrategias para enfrentarse a los problemas específicos (Frydenberg y Lewis, 1994) y que con la edad aumenta su repertorio (Williams y McGillicuddy, 2000). Se señala la existencia de diferencias de género, en el estilo focalizado en la emoción que estaría asociado a las mujeres (Frydenberg y Lewis, 1991; Plancherel y Bolognini, 1995; Plancherel et al., 1998), relacionándose con un mayor bienestar psicológico en los varones (Parsons et al., 1996; Ficková, 1998). El estilo focalizado en el problema parece estar asociado a un mayor bienestar en ambos sexos (Seiffge-Krenke, 1990; Donalson et al., 2000; Williams y McGillicuddy, 2000).

Los estudios que relacionan afrontamiento y bienestar psicológico han sido realizados con algunas dimensiones del constructo de bienestar. No se han encontrado estudios que relacionen un índice general de bienestar con estilos y estrategias de afrontamiento. En este contexto, el presente estudio tiene como objetivo estudiar la incidencia de la edad, el género y el nivel de bienestar sobre los estilos y estrategias de afrontamiento, así como la relación entre el constructo de bienestar y afrontamiento.

Método

Muestra

La muestra está formada por 417 adolescentes, con edades comprendidas entre los 15 y los 18 años, que están realizando sus estudios secundarios (de 2º de BUP/4º ESO a COU/2º BACHILLER) en institutos públicos de la Comunidad Valenciana.

La muestra está constituida por 190 varones (46%) y 227 mujeres (54%). Aproximadamente el 70% tiene entre 16 años (n= 72; varones= 31; mujeres= 41) y 17 años (n= 147; varones= 72; mujeres= 75). El 30% restante se distribuye entre los adolescentes de 15 años (n= 72; varones= 31; mujeres= 41) y 18 años (n= 46; varones= 24; mujeres= 22). La edad media es de 16.4 años.

Instrumentos de medida y procedimiento

Los *estilos y estrategias de afrontamiento* fueron evaluadas con las *Escalas de Afrontamiento para Adolescentes* (ACS. Frydenberg y Lewis, 1996a), que tiene buena consistencia interna ($\alpha = .75$) y aceptable coeficiente de fiabilidad test-retest ($r_{xx} = .68$). La escala está formada por 80 elementos, uno abierto (otras estrategias que utiliza) y 79 cerrados que puntúan en una escala Likert de cinco puntos («No me ocurre nunca o no lo hago» -1-, a «Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia» -5-). Existe una Forma Específica (estrategias situacionales) y una Forma General del cuestionario (jerarquía estable de estrategias). Se aplicó la Forma Específica, el adolescente señalaba su preocupación principal, en base a la que contestaba el cuestionario.

El ACS evalúa 18 estrategias que corresponden a tres estilos (Afrontamiento dirigido a la Resolución del Problema, en Relación con los Demás y el Improductivo) señalados por Frydenberg y Lewis (1996b). En un estudio posterior, Frydenberg y Rowley (1998) propusieron las estrategias consideradas en cada estilo, y que se presentan en las tablas de resultados. Cada estrategia se obtiene aplicando un coeficiente de corrección en función del número de elementos (Frydenberg y Lewis, 1996a).

La *Escala de Bienestar Psicológico* (BIEPS; Casullo y Castro, 2000) ha sido elaborada basándose en las seis dimensiones propuestas por Ryff (1989). El BIEPS evalúa una dimensión global y cuatro específicas: control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí mismo. Está formada por 13 ítems con tres opciones de respuesta (de «En desacuerdo» -1-, a «De acuerdo» 3). La fiabilidad de la puntuación total es de .74. El criterio que se utilizó para agrupar a los sujetos en alto y bajo bienestar general fue ± 1 desviación típica ($M = 33.54$; $DT = 3.87$), omitiendo los sujetos con puntuaciones medias.

La evaluación se realizó por un licenciado en Psicología. Los cuestionarios se administraron en una única sesión y en grupo durante el horario escolar. La participación fue voluntaria y anónima.

Los resultados se estudiaron a través de pruebas descriptivas, correlaciones de Pearson, la Z de Fisher (Z Fisher significativa ≥ 1.64) (Cohen y Cohen, 1983) y pruebas t de Student para muestras independientes. El procesamiento estadístico se realizó con el paquete SPSS versión 8.

Resultados

Las *Preocupaciones Principales* se centraron en problemas educativos (27.8%), las pérdidas afectivas (17.7%), los problemas personales (16.1%) y los familiares (15.1%). Las preocupaciones en problemas legales, sexuales y paternos fueron simbólicas (4.4%). El 18.9% de la muestra no contestó esta pregunta. El 56% de las mujeres refieren pérdidas afectivas, personales y familiares, frente al 40.5% de los varones, que señalaron mayores problemas educativos (35.8%) que sus pares femeninos (21.1%).

La relación entre *edad* (en años), afrontamiento y bienestar (puntuación en Bienestar Psicológico General) se analizó considerando el género (Tabla 1). Los resultados muestran escasa relación entre la edad y las variables consideradas. Se observaron relaciones positivas y significativas entre la edad y el estilo improductivo en estrategias como culparse a sí mismo e intentar reducir la tensión. En las mujeres (Tabla 1), se han obtenido relaciones negativas y significativas en la estrategia de hacerse ilusiones (estilo improductivo) y buscar pertenencia (estilo en relación con los demás).

La edad y el bienestar psicológico no presentaron relaciones significativas, observándose que con la edad los varones manifestaron menor bienestar, invirtiéndose esa relación en las mujeres.

Las estrategias utilizadas según *género* (Tabla 2) muestran que los varones destacan en la distracción física, ignorar el problema y reservar el problema para sí. Las mujeres (Tabla 2) lo hacen en los estilos de relación con los demás y el improductivo. Se observan diferencias significativas a favor de las mujeres en buscar diversiones relajantes, fijarse en lo positivo y concentrarse en resolver el problema (estilo dirigido a resolución del problema); en todas las estrategias del estilo en relación con los demás, a excepción de buscar ayuda profesional; y del estilo improductivo, en autoinculparse, hacerse ilusiones, preocuparse y reducción de la tensión. En ambos géneros el estilo más utilizado es el dirigido a resolver el problema. La pregunta abierta del ACS sobre otras estrategias (contestan el 60%) muestra que las más utilizadas por ambos géneros fueron la búsqueda de recompensas alternativas y de orientación y apoyo.

El Índice de Bienestar Psicológico General es semejante en ambos géneros. Los varones destacan significativamente en la aceptación de sí mismos, y las mujeres en el establecimiento de vínculos y en el control de la situación.

La *relación entre Afrontamiento y Bienestar* (Tabla 3) es positiva y significativa, en ambos géneros, con el estilo dirigido a la resolución del problema y sus estrategias, a excepción de la búsqueda de diversiones relajantes en las mujeres.

Las diferencias entre géneros se obtuvieron en la relación entre el bienestar y el estilo de relación con los demás, observándose relaciones positivas y significativas en los varones con dicho estilo y sus estrategias, a excepción de la búsqueda de apoyo espiritual y la acción social. En las mujeres sólo se observó una relación significativa y positiva, en la búsqueda de apoyo social.

Por último, se observa una relación significativa y negativa del bienestar con el estilo improductivo, a excepción de la estrategia de hacerse ilusiones en los varones y preocuparse en ambos géneros. La Z de Fisher indica que las correlaciones obtenidas por ambos géneros no difieren entre sí.

Se analizó el afrontamiento según el nivel de bienestar, para profundizar en su relación (Tabla 4). Ambos subgrupos fueron estudiados según género, observándose que las mujeres con bajo bienestar utilizaban más que los varones el estilo de relación con los demás (Varones, $M = 44.7$, $DT = 12.2$; Mujeres, $M = 55.3$, $DT = 9.0$; $t = -3.77$, $p = .000$).

Existe una clara diferencia entre los estilos y las estrategias utilizadas por ambos grupos (Tabla 4). Los adolescentes con alto bienestar utilizan los estilos dirigidos a la resolución del problema, y sus estrategias, y el de relación con los demás, a excepción de las

Tabla 1
Correlaciones entre la edad (en años) con afrontamiento y bienestar en cada género

Estilos y Estrategias de Afrontamiento	Varones N= 190	Mujeres N= 227
Dirigido a la resolución del problema		
Buscar diversiones relajantes	-.007	-.079
Esforzarse y tener éxito	.012	-.092
Distracción física	-.074	-.05
Fijarse en lo positivo	-.061	-.113
Concentrarse en resolver el problema	.004	-.039
	.119	.104
Afrontamiento en relación con los demás	.063	-.019
Buscar apoyo espiritual	-.006	-.067
Invertir en amigos íntimos	.121	-.054
Buscar ayuda profesional	-.011	.058
Buscar apoyo social	.100	.102
Buscar pertenencia	-.004	-.213**
Acción social	.048	.070
Afrontamiento improductivo	.131	-.045
Autoinculparse	.167*	.051
Hacerse ilusiones	.032	-.234**
Ignorar el problema	.001	-.057
Falta de afrontamiento	.073	-.008
Preocuparse	.106	.051
Reservarlo para sí	.035	-.053
Reducción de la tensión	.147*	.067
Dimensiones del Bienestar Psicológico		
Bienestar general	-.008	.091
Aceptación	.027	.107
Control	-.069	-.019
Proyecto	-.036	.099
Vínculos	.079	.055

Nota. * $p < .05$; ** $p < .001$

estrategias de búsqueda de pertenencia y la acción social. Los adolescentes con bajo bienestar muestran un estilo improductivo, excepto en la estrategia de preocuparse, utilizada por los adolescentes con alto bienestar.

Discusión

Los resultados obtenidos muestran que afrontamiento y bienestar están relacionados. Aunque no se puede señalar qué variable influye sobre la otra, se ha observado que los adolescentes utilizan distintas estrategias según el nivel de bienestar. El alto bienestar estaría relacionado con los estilos dirigido a la resolución del problema y de relación con los demás (excepto la búsqueda de pertenencia y la acción social) y con la estrategia de preocuparse del estilo improductivo. La estrategia de preocuparse no se consideraría improductiva puesto que se asocia a un alto bienestar.

En general, las preocupaciones de los adolescentes se centran en problemas educativos, afectivos, personales y familiares. La relación obtenida entre edad, afrontamiento y bienestar es escasa, como se observa en otros estudios (Casullo y Castro, 2000; Mullis y Chapman, 2000). Estos resultados pueden ser debidos a la homogenización de la edad (15 a 18 años). Con la edad, las mujeres se hacen menos ilusiones y buscan menos pertenencia. Los varones, con la edad, incrementan la utilización de las estrategias de autoinculparse y de reducción de la tensión (estilo improducti-

Tabla 2
Diferencias medias según género en afrontamiento y bienestar psicológico

Estilos y Estrategias de Afrontamiento	Varones (N= 190) M (DT)	Mujeres (N= 227) M (DT)	t
Dirigido a resoluc. problema	66.76 (11.29)	68.60 (10.07)	-1.75
Buscar diversiones relajantes	72.98 (17.03)	77.55 (14.90)	-2.88*
Esforzarse y tener éxito	64.88 (14.39)	67.33 (13.18)	-1.81
Distracción física	70.66 (22.30)	67.78 (24.36)	3.45**
Fijarse en lo positivo	60.37 (15.79)	64.54 (14.46)	-2.79*
Concentrarse en resolver el problema	64.92 (14.73)	70.78 (12.97)	-4.27**
Afr. relación con los demás	49.23 (10.80)	56.84 (8.70)	-7.82**
Buscar apoyo espiritual	37.87 (13.74)	43.41 (13.16)	-4.18**
Invertir en amigos íntimos	59.41 (17.98)	69.20 (14.08)	-6.10**
Buscar ayuda profesional	43.00 (19.02)	46.25 (16.48)	-1.87
Buscar apoyo social	56.42 (17.09)	73.50 (14.67)	-10.83**
Buscar pertenencia	65.20 (14.63)	72.63 (12.53)	-5.51**
Acción social	33.50 (11.35)	36.06 (12.38)	-2.20*
Afrontamiento improductivo	49.85 (9.64)	52.23 (8.97)	-2.60*
Autoinculparse	50.08 (18.47)	55.75 (18.66)	-3.11*
Hacerse ilusiones	58.25 (16.57)	61.66 (15.63)	-2.14*
Ignorar el problema	39.92 (14.23)	36.45 (13.01)	2.57*
Falta de afrontamiento	39.83 (13.18)	41.94 (12.38)	-1.68
Preocuparse	69.52 (14.90)	77.23 (12.22)	-5.71**
Reservarlo para sí	54.29 (15.50)	47.57 (16.69)	4.25**
Reducción de la tensión	37.03 (14.52)	45.04 (14.88)	-5.55**
<i>Dimensiones del Bienestar Psicológico</i>			
Bienestar general	33.31 (4.09)	33.72 (3.69)	-1.06
Aceptación	2.51 (.46)	2.30 (.50)	4.38**
Control	2.58 (.42)	2.68 (.34)	-2.80*
Proyecto	2.46 (.50)	2.54 (.48)	-1.66
Vínculos	2.70 (.42)	2.82 (.32)	-3.21**

Nota. *p<.05; **p<.001. M= media; DT= Desviación típica

Tabla 3
Correlaciones entre afrontamiento y bienestar psicológico general según género y prueba de diferencias significativas

Estilos y Estrategias de Afrontamiento	Bienestar general			p
	Varones	Mujeres	Z Fisher	
Dirigido a resol. problema	.360**	.356**	0	.500
Buscar diversiones relajantes	.197**	.112	.939	.184
Esforzarse y tener éxito	.239**	.321**	-.878	.198
Distracción física	.263**	.182**	.767	.227
Fijarse en lo positivo	.301**	.229**	.767	.227
Concentrarse en resolver el problema	.215**	.312**	-.979	.171
Afr. relación con los demás	.259**	.123	1.464	.074
Buscar apoyo espiritual	.051	-.048	0	.500
Invertir en amigos íntimos	.177*	.111	.727	.242
Buscar ayuda profesional	.236**	.103	1.464	.074
Buscar apoyo social	.258**	.206**	.535	.309
Buscar pertenencia	.164*	-.010	.171	.440
Acción social	.128	.064	.717	.242
Afront. improductivo	-.273**	-.312**	.444	.345
Autoinculparse	-.157*	-.223**	.636	.274
Hacerse ilusiones	-.122	-.175**	.616	.274
Ignorar el problema	-.286**	-.188**	-1.080	.147
Falta de afrontamiento	-.206**	-.330**	1.313	.097
Preocuparse	.095	.127	-.313	.382
Reservarlo para sí	-.346**	-.277**	-.777	.227
Reducción de la tensión	-.189*	-.207**	.212	.421

Nota. *p<.05; **p<.001. Z Fisher significativa > 1.64

Tabla 4
Diferencias medias en afrontamiento en función del nivel de bienestar psicológico

Estilos y Estrategias de Afrontamiento	Bajo bienestar psicológico (N= 60) M (DT)	Alto bienestar psicológico (N= 53) M (DT)	t
Dirigido a resoluc. problema	61.83 (12.60)	73.23 (9.20)	-5.54**
Buscar diversiones relajantes	71.40 (19.49)	78.72 (14.26)	-2.9*
Esforzarse y tener éxito	59.20 (14.10)	71.25 (10.23)	-5.24**
Distracción física	58.92 (25.85)	73.57 (22.75)	-3.20**
Fijarse en lo positivo	57.08 (18.46)	68.58 (14.02)	-3.75**
Concentrarse en resolver el problema	62.53 (14.28)	74.04 (13.76)	-4.36**
Afr. relación con los demás	49.46 (12.04)	56.22 (9.15)	-3.38**
Buscar apoyo espiritual	37.50 (12.06)	42.17 (12.54)	-2.01*
Invertir en amigos íntimos	61.80 (20.44)	67.70 (14.74)	-1.74
Buscar ayuda profesional	39.67 (18.46)	51.23 (19.76)	-3.25*
Buscar apoyo social	57.40 (19.72)	69.51 (15.32)	-3.67**
Buscar pertenencia	66.80 (17.07)	71.55 (13.56)	-1.62
Acción social	33.58 (11.50)	35.19 (9.90)	-.79
Afrontamiento improductivo	56.77 (10.80)	48.26 (9.22)	4.52**
Autoinculparse	60.75 (21.19)	49.63 (17.48)	3.06*
Hacerse ilusiones	64.40 (17.69)	56.75 (14.47)	2.52*
Ignorar el problema	44.67 (15.40)	34.53 (12.94)	3.80**
Falta de afrontamiento	47.73 (15.27)	36.91 (13.28)	4.03**
Preocuparse	71.40 (15.79)	77.13 (12.01)	-2.18*
Reservarlo para sí	61.00 (15.43)	44.43 (16.43)	5.50**
Reducción de la tensión	47.47 (17.34)	38.42 (14.15)	3.05*

Nota. *p<.05; **p<.001. M= media; DT= Desviación típica

vo), como señalaron Frydenberg y Lewis (1993). Se ha observado, aunque no significativamente, que en ambos géneros con la edad disminuye la utilización de estrategias focalizadas en el problema, que respondería a lo planteado por unos autores (Spirito et al., 1991; y Brodzinsky et al., 1992), pero no por otros (Seiffge-Krenke, 1990; Eisenberg et al., 1997; Williams y McGillicuddy, 2000). Se observa que con la edad el repertorio de estrategias aumenta, como en otros estudios (Seiffge-Krenke, 1990; Eisenberg et al., 1997; Donalson et al., 2000; Williams y McGillicuddy, 2000).

Las mujeres utilizan más que los varones el estilo de relación con los demás, coincidiendo con otros autores (Frydenberg y Lewis, 1991; Plancherel y Bolognini, 1995; Plancherel et al., 1998), buscan menos ayuda profesional, muestran menos habilidad para enfrentarse a los problemas y utilizan un mayor repertorio de estrategias que los varones. Los varones utilizan la distracción física, ignorar el problema y reservarlo para sí con mayor frecuencia que las mujeres, como observaron Frydenberg y Lewis (1999). La

estrategia que más utilizan ambos géneros es buscar diversiones relajantes, predominando en las mujeres.

El género no parece afectar la percepción subjetiva del Bienestar Psicológico (Casullo y Castro, 2000). Los varones manifiestan mayor aceptación de sí mismos que las mujeres, como señaló Byrne (2000). Las mujeres centrarían su bienestar en el control de las situaciones y en el establecimiento de vínculos psicosociales.

La relación entre afrontamiento y bienestar muestra relaciones significativas intra-género. El estilo y estrategias dirigidos a la resolución del problema se relaciona con un alto bienestar, mientras el estilo improductivo se relaciona con un bajo bienestar, en ambos géneros. El estilo en relación con los demás mantiene una relación positiva con el bienestar en los varones. En las mujeres se relaciona con la estrategia de búsqueda de apoyo social, ya observado en otros trabajos (Parsons et al., 1996; Ficková, 1998). Estos resultados ponen de manifiesto que, en los adolescentes, el bienestar psicológico, más que la edad o el género, establece diferencias en los estilos y estrategias de afrontamiento que utilizan.

Referencias

- Atienza, F.A., Pons, D. y García-Merita, M. (2000). Propiedades Psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en Adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319.
- Aunola, K., Stattin, K. y Nurmi, J.E. (2000). Parenting styles and adolescents' achievement strategies. *Journal of Adolescence*, 23, 205-222.
- Brodzinsky, D.M., Elias, M.J., Steiger, C., Simon, J., Gill, M. y Hitt, J.C. (1992). Coping scale for children and youth: Scale development and validation. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 13, 195-214.
- Byrne, B. (2000). Relationships between anxiety, fear, self-esteem, and coping strategies in adolescence. *Adolescence*, 35(137), 201-215.
- Casullo, M.M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología. Pontificia Universidad Católica del Perú*, XVIII(1), 35-68.
- Cohen, J. y Cohen, P. (1983). *Applied Multiple Regression/Correlation Analysis for the Behavioral Sciences*. Second Edition. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Compas, B.E., Orosan, P.G. y Grant, K.E. (1993). Adolescent stress and coping: Implications for psychopathology during adolescence. *Journal of Adolescence*, 16, 331-349.
- DeGoede, M., Spruijt, E. y Maas, C. (1999). Individual and family factors and adolescent well-being: A multi-level analysis. *Social Behavior and Personality*, 27(3), 263-280.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 3, 103-157.
- Donaldson, D., Prinstein, M.J., Danovsky, M. y Spirito, A. (2000). Patterns of children's coping with life stress: Implications for clinicians. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70(3), 351-359.
- Eisenberg, N., Fabes, R.A. y Guthrie, I.K. (1997). Coping with stress: The roles of regulation and development. En S.A. Wolchik y N. Sandler (eds.), *Handbook of Children's coping: Linking Theory and Intervention* (pp. 41-70). New York: Plenum Press.
- Eronen, S. y Nurmi, J.E. (1999). Life events, predisposing cognitive strategies and well-being. *European Journal of Personality*, 13, 129-148.
- Fanshawe, J.P. y Burnett, P.C. (1991). Assessing school-related stressors and coping mechanisms in adolescents. *British Journal of Educational Psychology*, 61, 92-98.
- Ficková, E. (1998). Interacción de self-concept and coping strategies in adolescents. *Studia Psychologica*, 40(4), 297-302.
- Fickova, E. y Korcova, N. (2000). Psychometric relations between self-esteem measures and coping with stress. *Studia Psychologica*, 42(3), 237-242.
- Folkman, S. y Lazarus, R.S. (1985). If it changes it must be a process: A study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150-170.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A. y Gruen, J.R. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992-1003.
- Frydenberg, E. (1994). Adolescent concerns: The concomitants of coping. *Australian Journal of Educational and Developmental Psychology*, 4, 1-11.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent coping. Theoretical and Research Perspectives*. New York: Routledge.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1991). Adolescent coping: The different ways in which boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14, 119-133.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: Age gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16, 253-266.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1994). Coping with different concerns: Consistency and variation in coping strategies used by adolescents. *Australian Psychologist*, 29(1), 45-48.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1996a). *Manual: ACS. Escalas de Afrontamiento para Adolescentes*. Adaptado por J. Pereña y N. Seisdedos. Madrid: TEA (Orig. 1993).
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1996b). A replication study of the structure of the Adolescent Coping Scale: Multiple forms and applications of a self-report inventory in a counselling and research context. *European Journal of Psychological Assessment*, 12(3), 224-235.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1999). Things don't better just because you're older: A case for facilitating reflection. *British Journal of Educational Psychology*, 69, 81-94.
- Frydenberg, E. y Rowley, G. (1998). Coping with social issues: What Australian university students do. *Issues in Educational Research*, 8(1), 33-48.
- Gamble, W.C. (1994). Perceptions of controlability and other stressor event characteristics as determinants of coping among young adolescents and young adults. *Journal of Youth and Adolescence*, 23, 65-84.
- Griffith, M.A., Dubow, E.F. y Ippolito, M.F. (2000). Developmental and cross-situational differences in adolescents' coping strategies. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(2), 183-204.
- Groer, M.W., Thomas, S.P. y Shoffner, D. (1992). Adolescent stress and coping: A longitudinal study. *Research in Nursing and Health*, 15, 209-217.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.

- Makino, Y. y Tagami, F. (1998a). Relation of social interactions to subjective well-being. *Japanese Journal of Psychology*, 46(1), 52-57.
- Makino, Y. y Tagami, F. (1998b). Subjective well-being and self acceptance. *Japanese Journal of Psychology*, 69(2), 143-148.
- Mullis, R.L. y Chapman, P. (2000). Age, gender and self-esteem differences in adolescent coping styles. *Journal of Social Psychology*, 140(4), 539-541.
- Parsons, A., Frydenberg, E. y Poole, C. (1996). Overachievement and coping strategies in adolescent males. *British Journal of Educational Psychology*, 66, 109-114.
- Patterson, J.M. y McCubbin, H.I. (1987). Adolescent coping style and behaviors: conceptualization and measurement. *Journal of Adolescence*, 10(2), 163-186.
- Plancherel, B. y Bolognini, M. (1995). Coping and mental health in early adolescence. *Journal of Adolescence*, 18, 459-474.
- Plancherel, B., Bolognini, M. y Halfon, O. (1998). Coping strategies in early and mid-adolescence: Differences according to age and gender in a community sample. *European Psychologist*, 3(3), 192-201.
- Recklitis, C.J. y Noam, G.G. (1999). Clinical and developmental perspectives on adolescent coping. *Child Psychiatry and Human Development*, 30(2), 87-101.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1.069-1.081.
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Schmutte, P.S. y Ryff, C.D. (1997). Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(3), 549-559.
- Seiffge-Krenke, I. (1990). Developmental processes in self-concept and coping behaviour. En H. Bosma y S. Jackson (eds.), *Coping and self-concept in adolescence* (pp. 49-68). Berlín: Springer-Verlag.
- Shek, D.T. (1997). The relation of family functioning to adolescent psychological well-being, school adjustment, and problem behavior. *Journal of General Psychology*, 158(1), 113-128.
- Shek, D.T. (1998). A longitudinal study of Hong Kong adolescents' and parents' perceptions of family functioning and well-being. *Journal of General Psychology*, 159(4), 389-403.
- Shek, D.T. (2000). Parental marital quality and well-being, parent-child relational quality, and Chinese adolescent adjustment. *American Journal of Family Therapy*, 28(2), 147-162.
- Spirito, A., Stark, J., Grace, N. y Stamoulis, D. (1991). Common problems and coping strategies in childhood and early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 20, 531-544.
- Spirito, A., Stark, L.J. y Williams, C. (1988). Development of brief coping checklist for use with pediatric populations. *Journal of Pediatric Psychology*, 13(4), 555-574.
- Stern, M. y Zevon, M.A. (1990). Stress, coping and family environment. The adolescent's response occurring stressors. *Journal of Pediatric Psychology*, 13, 555-574.
- Sun, S.Y.K., Cheung, S. y Fung, W. (1998). Sociotropy/autonomy and differential effects of coping styles on psychological well-being. *Psychologia*, 42, 16-27.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 20, 333-354.
- Washburn, J.M. (2000). The influence of gender, sex-role orientation, and self-esteem on adolescents' use of coping strategies. Dissertation Abstracts International Section A; *Humanities and Social Sciences*, 61(1-A), 88.
- Williams, K. y McGillicuddy, D.L.A. (2000). Coping strategies in adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 20(4), 537-549.