

Estrategias de afrontamiento en desempleados de larga duración: un enfoque de género

Sara Menéndez Espina, Julio Rodríguez Suárez, Rosana Sáiz Villar y Esteban Agulló Tomás

Abstract: El actual contexto socio-económico derivado de la crisis financiera y del avance en modelos de trabajo afines al neoliberalismo, caracterizados por la flexibilidad y precariedad laboral, ha hecho incrementar en los últimos años las cifras de desempleo a una gran velocidad. La situación se agrava en un perfil concreto que tras la crisis económica ha cobrado gran protagonismo, como son las personas en situación de desempleo de larga duración. El objetivo de este trabajo es analizar y conocer las diferentes estrategias y estilos de afrontamiento presentes en varios perfiles de personas que lleven más de 2 años sin trabajar. Se parte de las hipótesis de que tanto el sexo como la edad arrojan diferentes resultados en cuanto a las estrategias de afrontamiento puestas en marcha en situaciones generadoras de malestar. Se estudia una muestra de mujeres y hombres en situación de desempleo con más de 2 años sin actividad laboral, y de diferentes grupos de edad: menores de 30 años, entre 30 y 45 años, y mayores de 45 años. Se emplea como instrumento de medida el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) de Tobin, prueba que posee una estructura dimensional jerárquica formada por 8 estrategias primarias, 4 estrategias secundarias y 2 estrategias terciarias. Se compara la puntuación en cada uno de los tres niveles entre hombres y mujeres, y entre cada grupo de edad. De los resultados obtenidos se deriva una serie de conclusiones contextualizadas en la realidad social de cada grupo. La trayectoria personal se ve claramente diferenciada entre géneros debido a las desigualdades sociales, teniendo las mujeres especial presencia en las tasas de desempleo. Por ello, se constata la hipótesis de que existen diferentes estrategias primarias y secundarias en ambos sexos. También se observan distintas estrategias entre el grupo de mayores de 45 años y los otros dos rangos de edad, un grupo poblacional con especial dificultad para acceder a nuevos trabajos y que, a raíz de ello, presenta mayores tasas de desempleo de larga duración en España y en el total europeo.

Keywords: Desempleo de larga duración, estrategias de afrontamiento, género, estudio comparativo

Introducción

El Instituto Nacional de Estadística y Eurostat definen el desempleo de larga duración como aquella situación en la que la persona se encuentra en paro y buscando empleo de manera activa durante, al menos, un año. Así mismo, cobra cada vez más protagonismo el concepto de desempleo de *muy* larga duración, haciendo referencia a una situación de desempleo mayor a dos años. Según los datos de la Encuesta de Población Activa del primer trimestre de 2016 (INE, 2016), la tasa de paro en España se sitúa en el 21%. Además, a medida que se prolonga en el tiempo, la proporción de desempleado va aumentando. Así, el porcentaje global de personas que llevan entre uno y dos años en paro es del 14% si han trabajado antes, y del 19,3% si buscan su primer empleo. Si hablamos de más de 2 años de ausencia de trabajo, la cifra aumenta al 44% y al 35,6%, respectivamente. Acudiendo a los datos europeos de 2015, el 11,4% de la población activa española era desempleada de larga duración, la segunda tasa más grande de la Unión Europea.

La realidad del desempleo de larga duración hace necesario un abordaje profundo y contextualizado de las consecuencias de esta situación y cómo se pueden aminorar mediante la intervención. Entre estas consecuencias se encuentra el deterioro de la salud mental. La investigación de los efectos psicológicos del desempleo viene siendo un clásico desde los estudios de Jahoda (1982), aunque comenzaron ya en los años treinta (Eisenberg & Lazarsfeld, 1938). Sin embargo, en los últimos años ha proliferado la focalización de este tipo de investigaciones en desempleados de larga duración, mostrando un mayor deterioro de la salud mental, y también física, en comparación con las personas que llevan desempleadas menos tiempo (Brown et al., 2003; Whitehead et al., 2005; Paul, 2008; Herbig et al., 2013). También hay investigaciones que relacionan este tipo de desempleo con el suicidio (Milner et al., 2013).

En el presente estudio se proponen las estrategias de afrontamiento como una variable moderadora de estas consecuencias en salud mental. Lazarus & Folkman (1984) definen las estrategias de afrontamiento como los esfuerzos cognitivos y conductuales, constantemente cambiantes, puestos en marcha para manejar las demandas específicas internas y/o externas que se perciben como elementos que agotan o superan los recursos de la persona. Según encontraron estos autores en sus investigaciones, las estrategias de afrontamiento cumplen dos grandes funciones, una es mejorar las emociones negativas

derivadas de la situación de estrés , y otra es abordar el problema para solucionarlo (Lazarus & Folkman, 1986; Folkman & Moskowitz, 2004). Amplía Fernández-Abascal (1997), en la misma línea, al concretar que las estrategias de afrontamiento son puestas en marcha ante las situaciones concretas, dentro de su contexto, por ello son altamente cambiantes.

El estudio de las estrategias de afrontamiento en desempleados se relaciona frecuentemente con sus consecuencias en la salud mental. Los estudios más clásicos ya mostraban la relación entre las estrategias y la salud (Aldwin & Revenson, 1987; Silber et al., 1961). Concluían que el tipo de estrategias puestas en marcha ante los diferentes estresores que se presentan en el día a día median el efecto que estos tienen en el bienestar psicológico de las personas. En una revisión de la literatura elaborada más recientemente por Taylor & Stanton (2007), se observó cómo las estrategias orientadas a afrontar el problema tenían unos efectos psicológicos y físicos más positivos, y las que tienden a evitarlo pueden resultar efectiva en ciertos estresores de corta duración, pero que llevan a incrementar las situaciones de estrés negativo o distrés.

Esta variable ha sido y sigue siendo ampliamente estudiada en su relación con el desempleo (Pelzer et al., 2014; Hahn et al., 2015; Raito & Lahelma, 2015). Aun así, hay necesidad de enfocarla al desempleo de larga duración para actualizar los estudios más clásicos (Walsh & Jackson, 1985; Patton & Donohue, 1998).

Los objetivos de la presente investigación son: determinar qué estrategias de afrontamiento son más comunes en los hombres y mujeres en situación de desempleo de larga duración, ver en qué estrategias difieren ambos sexos, y si estas varían con la edad.

Método

Participantes

La muestra está formada por un total de 151 personas en situación de desempleo de larga duración, es decir, que llevan más de 1 año buscando empleo de manera activa. El 58,3% son hombres (n=88) y el 41,7% mujeres (n=63). La edad está comprendida entre los 20 y los 62 años, con una media de 45,09 años y una desviación típica de 10,11.

Material e instrumentos

Para medir las estrategias de afrontamiento se ha utilizado el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) de Tobin (Tobin et al., 1984). En su versión española (Martínez, 2007) el CSI está formado por 40 ítems en formato escala Likert de 5 puntos. Esta escala tiene una estructura jerárquica, según la cual da como resultado varios tipos de estrategias agrupadas en tres niveles: 8 estrategias primarias, 4 secundarias y 2 terciarias. Las estrategias primarias son resolución de problemas, autocrítica, expresión emocional, pensamiento desiderativo, apoyo social, reestructuración cognitiva, evitación de problemas y retirada social. Estas se agrupan en las secundarias: manejo adecuado centrado en el problema, manejo inadecuado centrado en el problema, manejo adecuado centrado en la emoción y manejo inadecuado centrado en la emoción. Por último, obtenemos dos estrategias terciarias: manejo adecuado y manejo inadecuado.

Procedimiento

Para llevar a cabo el estudio, se pasó el cuestionario CSI, junto a un conjunto de preguntas demográficas, a la muestra de desempleados. Para acceder a ella se colaboró con diferentes agencias de empleo y asociaciones. Se utilizaron dos métodos para pasar el cuestionario. Uno fue el formato papel y lápiz, es decir, un cuestionario impreso que los participantes debían rellenar. El otro fue online, mediante la plataforma digital Suvery Monkey, que registra las respuestas en una base de datos. Posteriormente, ambos tipos de respuestas fueron fusionados en una única base de datos.

Análisis de datos

Para realizar el análisis de datos se llevó a cabo la prueba estadística ANOVA. Esta herramienta mide las diferencias en las medias en la variable cuantitativa (resultado en la escala de estrategias de afrontamiento) para cada variable cualitativa o grupo estudiado (sexo y grupo de edad). Se pone a prueba la hipótesis nula de que las medias son iguales y que, por tanto, los grupos estudiados no difieren en los resultados de la variable. Las diferentes edades de los participantes fueron divididas en 3 grupos: menores de 30 años, entre 31 y 45 años, y mayores de 45 años.

Se estudiaron las diferencias en estrategias primarias y terciarias para cada grupo, para ver, por un lado, en qué tipo de estrategias difiere cada uno de ellos y, por otro, la tendencia a emplear estrategias productivas o improductivas.

Resultados

No se observaron diferencias entre los grupos de edad para ninguna de las estrategias estudiadas. En cambio, sí en el sexo. La Tabla 1 recoge los estadísticos descriptivos de la muestra y los resultados para la prueba ANOVA de esta variable.

Tabla 1: Resultados del Anova y en la comparación por sexo de las estrategias de afrontamiento primarias, secundarias y terciarias

	Sexo	M	SD	F	p	d
Resolucion de problemas	Hombre	17,14	4,29	2,793	,097	0,18
	Mujer	18,33	4,41			
Autocritica	Hombre	12,23	5,00	,170	,681	0,01
	Mujer	12,59	5,68			
Expresion emocional	Hombre	11,68	4,11	15,95 ¹	,000**	0,103
	Mujer	14,75	5,00			
Pensamiento desiderativo	Hombre	16,98	5,32	6,605	,011*	0,042
	Mujer	19,17	4,98			
Apoyo social	Hombre	14,52	4,55	4,688	,032*	0,031
	Mujer	16,25	5,24			
Reestructuracion cognitiva	Hombre	12,99	3,75	1,376	,243	0,009
	Mujer	13,76	4,31			
Evitacion de problemas	Hombre	10,32	3,82	,078	,781	0,001
	Mujer	10,49	3,73			
Retirada social	Hombre	11,34	4,09	,276	,600	0,002
	Mujer	10,98	4,15			
Manejo adecuado centrado en el problema	Hombre	30,13	6,58	2,980	,086	0,2
	Mujer	32,10	7,37			
Manejo adecuado centrado en la emoción	Hombre	26,20	7,28	11,84 ¹	,001*	0,079
	Mujer	31,00	9,18			
Manejo inadecuado centrado en el problema	Hombre	27,30	6,25	5,018	,027*	0,033
	Mujer	29,67	6,64			
Manejo inadecuado centrado en la emoción	Hombre	23,57	7,81	,000	,998	0
	Mujer	23,57	8,48			
Manejo/Estilo adecuado	Hombre	56,33	12,04	9,872	,002*	0,062
	Mujer	63,10	14,34			
Manejo/Estilo inadecuado	Hombre	50,86	11,74	1,348	,247	0,062
	Mujer	53,24	13,25			

Corrección de Welch *p<,05 **p<,001 d=tamaño del efecto

Se han observado puntuaciones significativamente mayores en mujeres en las estrategias primarias expresión emocional (F corregida=15,975; p<.05), pensamiento desiderativo

($F=6,605$; $p>.05$) y apoyo social ($F=4.688$; $p<.05$). En estrategias secundarias, las mujeres puntúan más en manejo adecuado centrado en la emoción (Z corregida= $11,844$; $p<.05$) y en manejo inadecuado centrado en el problema ($Z=5,018$; $p<.05$). La estrategia terciara de manejo/estilo adecuado muestra diferencias significativas también en mujeres ($F=9,872$; $p<.05$).

Sí se ha encontrado interacción entre el sexo y el grupo de edad para la estrategia resolución de problemas ($F=3,276$; $p<.05$), cuyos resultados se ven reflejados en la Tabla 2. Las pruebas gráficas y estadísticas mostraron una mayor puntuación media para esta variables en los varones de entre 31 y 45 años con respecto al resto de grupos.

Tabla 2: Estadísticos descriptivos y resultados del Anova en la comparación por sexo y grupo de edad la estrategia de resolución de problemas

Sexo	Grupo de edad	M	SD	F	p	d
Varón	menor de 30	14,9091	3,88470	3,276	,0,41*	,043
	entre 31 y 45	15,8000	3,85285			
	mayor de 45	17,7015	4,30650			
Mujer	menor de 30	17,3333	4,24978			
	entre 31 y 45	20,5000	3,79473			
	mayor de 45	17,6857	4,49687			

* $p<.05$ d=tamaño del efecto

Discusión y conclusiones

El presente estudio ha encontrado algunas respuestas diferentes entre hombres y mujeres a la hora de enfrentarse a situaciones estresantes cuando se encuentran en situación de desempleo de larga duración. Hay tres estrategias primarias en las que destacan las mujeres. La primera es expresión emocional, y se refiere a conductas encaminadas a liberar las emociones experimentadas durante el proceso de estrés. La segunda es pensamiento desiderativo, referido a aquellas estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la situación estresante fuera diferente. La tercera es apoyo social, que es la búsqueda de apoyo emocional en otras personas. La expresión emocional y el apoyo social conforman la estrategia secundaria de manejo adecuado centrado en la emoción, lo cual explica las diferencias en la misma. Por su parte, el pensamiento desiderativo conforma la estrategia de manejo inadecuado centrado en el problema, explicando también este resultado. Las personas tendentes a este tipo de manejo inadecuado ponen

en marcha conductas desadaptativas que no llevan a resolver el problema, sino a evitarlo o a fantasear sobre su alternativa. Sin embargo, y pese a puntuar más que los hombres en estas escalas de manejo inadecuado, las mujeres en desempleo de larga duración muestran, en general, una tendencia activa y adaptativa para la resolución de problemas. Sus estrategias están muy focalizadas en la dimensión emocional. Este resultado concuerda con otras investigaciones que encontraban diferencias en las estrategias de afrontamiento entre hombres y mujeres. En ellas se encontraba que las mujeres ponen en marcha estrategias más pro-sociales que los hombres (Dunahoo et al., 1998), y utilizan más estrategias orientadas a la emoción, mientras que ellos tienden a utilizar aquellas orientadas al problema (Tamres et al., 2002; Matud, 2004; Rosenfield & Mouzon, 2013). Sin embargo, estos resultados hacen referencia a estudios de diferentes poblaciones, y pocos se centran en los desempleados de larga duración.

No se han encontrado diferencias en estrategias de afrontamiento con respecto al grupo de edad, pese a haber comparado tres grupos ampliamente diferenciados en la investigación en cuestiones de desempleo: jóvenes, adultos de entre 30 y 45 años, y mayores de 45. Los jóvenes y los mayores de 45 años son grupos de población en mayor riesgo de encontrarse sin trabajo, y estos segundos en situación de desempleo de larga duración. Respecto a esta variable no existe consenso. Hay autores que no han encontrado diferencias en el uso de unas diferentes estrategias según la edad (McCrae, 1982; Keefe & Williams, 1990), mientras que otros sí lo han hecho (Diehl et al., 1996; Al-Bahrani, et al., 2013). Sin embargo, generalmente las diferencias se estudian en la edad adolescente y juventud, o en poblaciones concretas no relacionadas con la de interés en el estudio.

En futuras investigaciones se propone y buscar la relación del uso de unas estrategias u otras con la salud mental en personas en situación de desempleo de larga duración. También resulta de interés el estudio más profundo del apoyo social, ya que se ha observado el importante papel que juega en el afrontamiento de situaciones estresantes, como el desempleo, en la población femenina. El objetivo es buscar la manera de dotar a las personas desempleadas de las herramientas para afrontar las situaciones estresantes de manera más productiva y reducir, por ello, el impacto de las mismas en su salud mental.

Una ampliación de la muestra permitirá en el futuro adentrarse en el desempleo de *muy* larga duración y determinar si el paso del tiempo arroja diferentes resultados en las estrategias de afrontamiento y sus consecuencias. Por otro lado, se remarca la importancia

de estudiar este grupo poblacional, las personas en situación de desempleo de larga duración, con un mayor énfasis en las investigaciones relativas a la salud mental y bienestar psicológico. Especial atención merecen las personas mayores de 45 años, con menores posibilidades de acceder a un nuevo empleo a raíz del contexto socio-económico actual y previsible en el futuro.

Referencias

- Al-Bahrani, M., Aldhafri, S., Alkharusi, H., Kazem, A., & Alzubiadi, A. (2013). Age and gender differences in coping style across various problems: Omani adolescents' perspective. *Journal of Adolescence, 36*(2), 303–309.
- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*(2), 337–348.
- Brown, D. W., Balluz, L. S., Ford, E. S., Giles, W. H., Strine, T. W., Moriarty, D. G., ... Mokdad, A. H. (2003). Associations between short- and long-term unemployment and frequent mental distress among a national sample of men and women. *Journal of Occupational and Environmental Medicine, 45*(11), 1159–1166.
- Diehl, M., Coyle, N., & Labouvie-Vief, G. (1996). Age and sex differences in strategies of coping and defense across the life span. *Psychology and Aging, 11*(1), 127–139.
- Dunahoo, C. L., Hobfoll, S. E., Monnier, J., Hulsizer, M. R., & Johnson, R. (1998). There's more than rugged individualism in coping. Part 1: Even the lone ranger had tonto. *Anxiety, Stress, & Coping, 11*(2), 137–165.
- Eisenberg, P., & F, P. (1938). The psychological effects of unemployment. *Psychological Bulletin, 35*(6), 358–390.
- Fernández-Abascal, E. G. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. In *Cuaderno de prácticas de motivación y emoción* (pp. 189–206). Ediciones Pirámide.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*(5), 992–1003.
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology, 55*, 745–774.
- Hahn, E., Specht, J., Gottschling, J., & Spinath, F. M. (2015). Coping With Unemployment: The Impact of Unemployment Duration and Personality on

- Trajectories of Life Satisfaction. *European Journal of Personality*, 29(6), 635–646.
- Herbig, B., Dragano, N., & Angerer, P. (2013). Health in the Long-Term Unemployed. *Deutsches Ärzteblatt International*, 110(23-24), 413–419.
- Instituto Nacional de Estadística (2016). Encuesta de Población Activa. 28 de abril de 2016.
- Jahoda, M. (1982). *Employment and Unemployment: A Social-Psychological Analysis*. CUP Archive.
- Keefe, F. J., & Williams, D. A. (1990). A Comparison of Coping Strategies in Chronic Pain Patients in Different Age Groups. *Journal of Gerontology*, 45(4), P161–P165.
- Martínez, J. G. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Esp Psiquiatr*, 35(1), 29–39.
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401–1415.
- McCrae, R. R. (1982). Age differences in the use of coping mechanisms. *Journal of Gerontology*, 37(4), 454–460.
- Milner, A., Page, A., & LaMontagne, A. D. (2013). Long-Term Unemployment and Suicide: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Plos One*, 8(1), e51333.
- Patton, W., & Donohue, R. (1998). Coping with long-term unemployment. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 8(5), 331–343.
- Paul, K. (2008). The impact of long-term unemployment on mental health: Meta-analytic evidence. *International Journal of Psychology*, 43(3-4), 365–366.
- Pelzer, B., Schaffrath, S., & Vernaleken, I. (2014). Coping with unemployment: The impact of unemployment on mental health, personality, and social interaction skills. *Work-a Journal of Prevention Assessment & Rehabilitation*, 48(2), 289–295.
- PhD, R. S. L., & PhD, S. F. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Raito, P., & Lahelma, E. (2015). Coping with unemployment among journalists and managers. *Work Employment and Society*, 29(5), 720–737.

- Rosenfield, S., & Mouzon, D. (2013). Gender and Mental Health. In C. S. Aneshensel, J. C. Phelan, & A. Bierman (Eds.), *Handbook of the Sociology of Mental Health* (pp. 277–296). Springer Netherlands. Retrieved from
- Silber, E., Da, H., Gv, C., Eb, M., M, R., & Li, P. (1961). Adaptive behavior in competent adolescents. Coping with the anticipation of college. *Archives of General Psychiatry*, 5, 354–365.
- Tamres, L. K., Janicki, D., & Helgeson, V. S. (2002). Sex Differences in Coping Behavior: A Meta-Analytic Review and an Examination of Relative Coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2–30.
- Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2007). Coping resources, coping processes, and mental health. *Annual Review of Clinical Psychology*, 3, 377–401.
- Tobin, D. L., Holroyd, K. A., & Reynolds, R. V. C. (1984). Coping strategies inventory. *CSI Manual*.
- Walsh, S., & Jackson, P. (1985). An Analysis of Coping with Long-Term Unemployment. *Bulletin of the British Psychological Society*, 38(NOV), A109–A109.
- Whitehead, M., Drever, F., & Doran, T. (2005). Is the health of the long-term unemployed better or worse in high unemployment areas? *Health Statistics Quarterly / Office for National Statistics*, (25), 12–7.