

# TFM-Silvia González Lorenzo

*por* Silvia González Lorenzo

---

ARCHIVO	17377_SILVIA_GONZALEZ_LORENZO_TFM-SILVIA_GONZALEZ_LORENZO_1651689_302112903.PDF (755.58K)		
HORA DE LA ENTREGA	11-MAY.-2020 02:28P. M. (UTC+0200)	NÚMERO DE PALABRAS	10598
IDENTIFICADOR DE LA ENTREGA	1321634609	SUMA DE CARACTERES	57802

Silvia  
González  
Lorenzo



Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

**INFLUENCIA DEL FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y EL BIENESTAR SUBJETIVO EN LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD PONTIFICIA DE COMILLAS.**

Autor/a: Silvia González Lorenzo

Director/a Profesional: Roncesvalles Ibarra Larión

Director/a Metodológico/a: María Cortés Rodríguez

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO, FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y BIENESTAR SUBJETIVO EN ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA.**



MADRID | Mayo 2020

## **Resumen**

En el presente estudio se analiza la influencia que tiene el bienestar subjetivo y el funcionamiento familiar en las estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología de la Universidad Pontificia Comillas de Madrid, así como las diferencias entre las variables en función del curso de los alumnos, la convivencia con la familia y el sexo. La muestra está compuesta por 159 sujetos (83% mujeres y 17% hombres), con edades entre los 18 y 24 años, que cursan en la actualidad algún curso del grado, el 81.8% vive con sus familias mientras que un 18.2% no. Los instrumentos empleados han sido, el Cuestionario de Afrontamientos del Estrés (CAE), la Escala Breve de Funcionamiento Familiar (FACES-20Esp), la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y la escala de afecto positivo y negativo (PANAS). Los resultados corroboran la relación entre estrategias de afrontamiento y bienestar subjetivo presente en la literatura, el mayor empleo de estrategias adaptativas, más notable según avanzan los cursos y las diferencias en el uso de estrategias en función del sexo (solución de problemas en hombres y reevaluación positiva en mujeres); en cuanto al funcionamiento familiar predominan las familias con exceso de cohesión, en las que hay menor expresión emocional. Concluyéndose que existen diferencias en las estrategias de afrontamiento en función del curso y del sexo y que existe un estilo familiar característico en esta muestra que sería interesante seguir investigando, ya que puede tener relación con la elección de estudios y futura profesión e influir directamente en esta.

*Palabras clave:* estrategias de afrontamiento, bienestar subjetivo, funcionamiento familias, estudiantes de psicología.

## **Abstract**

This study analyzes the influence of subjective well-being and family functioning on coping strategies in psychology students at the Pontifical University of Comillas, as well as the differences between variables depending on the students' course, coexistence with family and sex. The sample is made up of 159 subjects (83% women and 17% men), with ages between 18 and 24 years old, who are currently studying a grade course and 81.8% live with their families while 18.2% do not. The instruments used have been the Coping Strategies Questionnaire (CAE), the Brief Scale of Family Functioning (FACES-20Esp), the Satisfaction With Life Scale (SWLS) and the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). The results corroborate the relationship between coping strategies and

subjective well-being present in the literature, the greater use of adaptive strategies, more notable as the courses progress and the differences in the use of strategies based on sex (problem solving in men and positive reevaluation in women); regarding family functioning, families with excess cohesion predominate, in which there is less emotional expression. Concluding that there are differences in coping strategies depending on the course and sex and that there is a characteristic family style in this sample that it would be interesting to continue investigating, since it may be related to the choice of studies and future profession and directly influence on the job performance.

*Keywords:* coping strategies, subjective well-being, family functioning, psychology students.

## **1. Introducción**

### **A) Estrategias de afrontamiento.**

Según Lazarus y Folkman (1986) el afrontamiento se compone de determinadas cogniciones y conductas que se ponen en marcha como respuesta a situaciones estresantes concretas. Estos autores plantean el modelo transaccional en el que identifican dos estilos de afrontamiento, por una parte aquellos que se centran en el problema, cuyo objetivo es solucionar o modificar la situación estresante y los que se centran en la emoción, que procuran reducir el malestar emocional generado por la situación, afirmando que estos no son estilos de personalidad constantes, sino que pueden variar en función de la circunstancia.

Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez (2003) afirman que el afrontamiento tiene una función reguladora a nivel emocional, por lo que, si es llevado a cabo de manera efectiva no se presentará malestar o perturbación emocional en la persona pero si el afrontamiento no resulta efectivo, puede tener un efecto negativo sobre el bienestar y salud de la persona. De manera que, se puede entender el afrontamiento como la suma de esfuerzos tanto cognitivos como conductuales, cuyo fin es el manejo de las demandas internas y externas que supone una situación estresante. Y partiendo de una revisión de la literatura hasta el momento establecen dos tipos de afrontamiento similares a los propuestos por Lazarus y Folkman, el estilo aproximativo o de lucha en el que la persona se enfrenta al problema y el estilo evitativo o de huida, que permite retirarse o eludir tanto el problema en sí como las emociones negativas que trae consigo.

A raíz de esta primera diferenciación entre estilos de afrontamiento, Carver, Scheier y Weintraub (1989) consideran que el afrontamiento no consta solo de dos estilos, sino que se trata de un proceso más complejo que se compone también de estrategias, en concreto de quince estrategias: afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades competitivas, postergación del afrontamiento, soporte instrumental y emocional, reinterpretación positiva, aceptación, negación, acudir a la religión, expresión emocional, alcohol y drogas y no comprometerse conductual y cognitivamente.

Como consecuencia a la definición del afrontamiento y a los términos de estilos y estrategias, aparecen estudios sobre el afrontamiento como los llevados a cabo por Carver y Scheier en 1994 o Fernández-Abascal, Palmero, Chóiz y Martínez en 1997 (como se citó en Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez, 2003) que coinciden en la existencia de una

diferencia entre estilos de afrontamiento y estrategias. De manera que los estilos son predisposiciones propias de cada individuo a la hora de enfrentarse a unas circunstancias determinadas y son los que tienen la capacidad de determinar que estrategias se han de emplear, así como la estabilidad temporal y situacional de estas; entendiendo las estrategias de afrontamiento como los procesos concretos que se llevan a cabo en cada momento específico (Cassaretto et al., 2003).

Aunque en la actualidad existen diversos cuestionarios que miden diferentes subescalas que componen el afrontamiento, tras el curso de los años se han ido estudiando y midiendo hasta obtener cuestionarios con alta fiabilidad y validez como el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE) de Sandín y Chorot que logra medir el afrontamiento extrayendo siete dimensiones o estilos: focalizado en la solución del problema, autofocalización negativa, reevaluación positiva, expresión emocional abierta, evitación, búsqueda de apoyo social y religión (Sandín y Chorot, 2003).

Contreras-Torres, Espinosa-Méndez y Esguerra-Pérez (2009) hacen referencia a la diferencia entre los estilos de afrontamiento favorables, focalizados en la solución de problemas, que se caracterizan por ser estilos racionales y activos que conllevan un adecuado manejo de las emociones, y los estilos disfuncionales que se componen de estilos pasivos, que se desbordan por la emoción y evitativos. Bajo esta premisa, realizaron un estudio para describir y analizar la correlación entre personalidad y afrontamiento en estudiantes universitarios de primer año de psicología, en el que encontraron un uso frecuente de estrategias de tipo pasivo, o desfavorables para el bienestar del individuo. Algo que se puede entender debido al proceso de adaptación a la vida universitaria al encontrarse en primer curso ya que en contraposición también hicieron uso de estrategias activas como búsqueda de apoyo social y reevaluación positiva. Pudiendo observar también, una relación inversa entre los estilos de afrontamiento activos y el Neuroticismo y una directa de estos con los rasgos de Extraversión, Amabilidad y Responsabilidad del NEO-FFI.

Cassaretto et al. (2003) se centran también en el estudio del afrontamiento en estudiantes universitarios debido a que estos se encuentran en una etapa vital caracterizada por cambios a nivel académico y personal que pueden conllevar estrés. Y concretamente en estudiantes de psicología puesto que se trata de una profesión de ayuda y relación directa con las personas que se considera estresante, ya que pone en contraposición los valores humanistas de la persona en un sistema imperante

deshumanizado. En su estudio, estos autores encuentran que el uso de estilos de afrontamiento es mixto (centrados en la emoción y en el problema), siendo más común en las mujeres el centrado en la emoción. Primando las estrategias adaptativas de carácter activo como la reinterpretación positiva, la búsqueda de soporte social emocional y la planificación y siendo menos empleadas las pasivas (negación, desentendimiento conductual y religión) que aportan un alivio temporal pero a largo plazo pueden originar problemas en la personas. Por otra parte, vieron que a mayor edad de los estudiantes, se encontraban menores niveles de estrés debido a la adquisición de estrategias de afrontamiento, principalmente centradas en el problema, aunque también incrementaba el uso de la negación como estrategia, se cree que por la evaluación primaria del estresor como algo desbordante.

En los últimos años, Barrios, Sánchez y Salamanca (2013) ponen de manifiesto el creciente interés por el estudio de las estrategias de afrontamiento y centran su estudio en la relación de estas con los patrones de personalidad patológica en estudiantes de psicología. Llegando a la conclusión de que la correlación entre ambas variables era poco significativa, pero obteniendo datos sobre las estrategias empleadas con mayor frecuencia en estudiantes de psicología que fueron la solución de problemas, la evitación cognitiva, la búsqueda de apoyo profesional y social, estrategias relacionadas con una mayor adaptación al medio. Estos resultados son similares a los de otras investigaciones también con estudiantes de psicología como la de Cornejo y Lucero (2005) que muestra que las estrategias más utilizadas son la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social y la realizada por Castellanos, Guarnizo y Salamanca (2011), que destaca la solución de problemas, la reevaluación positiva, la búsqueda de apoyo social y la evitación cognitiva como las principales estrategias de afrontamiento, en este orden. Siendo estos resultados estrechamente similares a los anteriormente citados en el trabajo de Cassaretto et al. (2003) y que por ende los avalan, ya que se encuentran las mismas estrategias.

En esta misma línea Sierra, Güichá-Duitama y Salamanca (2014) encontraron que las estrategias empleadas por los estudiantes de psicología de una universidad de Colombia eran en su mayoría adaptativas, es decir, que tienden a reducir los resultados negativos que genera una situación estresante, pero no encontraron una inclinación hacia alguna particular sino varias a la vez (solución de problemas, apoyo social y reevaluación positiva); apareciendo las estrategias menos adaptativas en un porcentaje bastante bajo, en el que la evitación cognitiva fue la más elevada. En cuanto al sexo hallaron un mayor

porcentaje de búsqueda de apoyo social y religión en mujeres y reevaluación positiva en hombres.

Pese a todo lo mencionado hasta ahora y la homogeneidad de resultados sobre el mayor uso de estrategias de afrontamiento adaptativas en los estudiantes de psicología, cabe destacar la investigación de Barrios et al. (2013) que muestra que la expresión de la dificultad es la estrategia de afrontamiento menos empleada por los estudiantes de psicología estudiados, que tienden a evitar la expresión de las distintas emociones que generan las situaciones de estrés. Siendo cierto que, aunque la gran mayoría emplean la búsqueda de apoyo social/profesional, la autonomía es una de las estrategias más utilizadas de resolución de problemas, en la que no se cuenta con el apoyo de amigos, familiares y o profesionales. Por lo que, se puede extraer un perfil de estudiantes de psicología que pese a estudiar una profesión caracterizada por favorecer la expresión emocional y brindar apoyo, para sí mismos no recurren a la expresión emocional ni al apoyo en el otro.

### **B) Bienestar Subjetivo**

En los últimos años se ha producido un progresivo aumento del interés por el estudio de las estrategias de afrontamiento, ya que, como ya afirmaban Cassaretto et al. (2003) estas juegan una papel muy importante en la adaptación de la persona al medio y definen en gran parte el nivel de bienestar y salud de los individuos (Barrios et al., 2013).

Contreras-Torres et al. (2009) ponen de manifiesto en su revisión literaria que los estilos de afrontamiento favorables están relacionados con un mayor bienestar psicológico y estados afectivos positivos y los estilos disfuncionales, por el contrario, están relacionados con estados afectivos negativos y a una percepción de pérdida de control de la situación que suele ser predictor de depresión o ansiedad. Viendo a su vez que los estilos optimistas se relacionan con mayor salud mental y calidad de vida frente a un afrontamiento pesimista con tendencia a lo catastrófico que afecta al bienestar psicológico del individuo.

A la hora de medir el bienestar nos encontramos con dos dimensiones que componen este concepto, que son el bienestar subjetivo (Subjective Well-being, SWB) que estudia los afectos y la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico (Psychological Well-being, PWB) que abarca el desarrollo de capacidades de la persona y su crecimiento personal (Díaz et al., 2006).



Para Diener (1994) el bienestar psicológico se compone de tres elementos que lo definen: la subjetividad, la presencia de factores positivos así como la ausencia de negativos y la valoración global de la vida, de manera que un nivel elevado de bienestar se relaciona con una consideración positiva de la vida persistente en el tiempo y por el contrario, un nivel de bienestar bajo se vincula a una discordancia expectativas-logros. Por otra parte, para Sánchez Cánovas (como se citó en Cornejo y Lucero, 2005) este bienestar hace referencia al sentimiento y significado de felicidad o bienestar que tenga la persona y que es una percepción subjetiva, lo que delimita un constructo basado en la evaluación de una persona de su propia vida.

Autores como Lucas, Diener y Suh (1996) afirman que la estructura de bienestar subjetivo se compone de tres factores, la satisfacción con la vida, el afecto positivo y el afecto negativo. Y dicha estructura ha sido confirmada a lo largo de los años en la literatura por numerosos estudios como afirman Díaz et al. (2006) en su artículo de revisión y adaptación de las escalas de bienestar psicológico.

Recientemente la psicología positiva ha mostrado un gran interés en el conocimiento del bienestar subjetivo, es decir en la evaluación que las personas hacen de sus vidas, creyéndose que la satisfacción con la vida y las frecuentes emociones positivas están relacionadas con un alto bienestar subjetivo y que la insatisfacción con la misma y las frecuentes emociones negativas están ligadas a niveles bajos de bienestar subjetivo (Verdugo-Lucero et al., 2013).

El constructo de bienestar subjetivo se conforma por tanto por dos componentes, uno emocional compuesto a su vez por dos subcomponentes (los afectos positivos y negativos) y otro cognitivo denominado satisfacción con la vida (Atienza, Pons, Balaguer y Merita, 2000). El componente cognitivo de satisfacción con la vida es entendido como la evaluación global que la persona hace de su vida, sopesando lo bueno y malo que hay en ella y comparándolo con el criterio adquirido previamente de satisfacción para llegar a un juicio sobre su nivel de satisfacción con la vida. Es decir que el juicio se realiza de manera subjetiva partiendo de un criterio de satisfacción autoimpuesto por el propio sujeto (Pavot, Diener, Colvin, y Sandvik, 1991; Shin y Johnson, 1978 como se citó en Atienza et al., 2000).

En cuanto al componente emocional del constructo de bienestar subjetivo, parece existir un consenso sobre la existencia de dos dimensiones hedónicas en la estructura del

afecto, la positiva y la negativa, que emergen siempre en la persona independientemente del instrumento que se utilice, el formato y la lengua o la cultura en la que se evalué (López-Gómez, Hervás y Vázquez, 2015). Aunque sí que existe una controversia reflejada en el artículo de Medrano, Kanter, Trógolo, Curarello y González (2015) sobre la estructura de las emociones, encontrando un modelo como el de Bradburn que afirma que el afecto se compone de dos dimensiones unipolares e independientes entre sí, la de afecto positivo que incluye emociones como la alegría, el entusiasmo o el interés y la de afecto negativo que engloba emociones tales como la tristeza, el miedo y la ira. Frente a otro modelo propuesto por Padrós, Soriano-Mas y Navarro que concibe una única dimensión bipolar del afecto en la que se oscilaría entre el polo positivo o negativo (como se citó en Medrano et al., 2015).

Velásquez et al. (2008) en su estudio apuntan la importancia de los sentimientos de bienestar subjetivo en la población universitaria, puesto que se encuentran ante las exigencias académicas y sociales que el mundo, fuertemente competitivo, les demanda y que en ocasiones superan las propias capacidades de estos jóvenes que están continuamente bajo la evaluación de maestros, autoridades e iguales. Esto les obliga a prepararse para afrontar sentimientos negativos que puedan venir asociados a posibles fracasos. Por ello, es importante que puedan experimentar un bienestar subjetivo que les aporte tranquilidad y optimismo suficientes para desarrollar estrategias de afrontamiento adaptativas para enfrentarse a los problemas de su día a día.

González, Montoya, Casullo y Bernabéu (2002) estudiaron la relación entre el bienestar psicológico y las estrategias y estilos de afrontamiento en adolescentes en España, llegando a la conclusión de que están relacionados, independientemente del género, empleándose distintas estrategias de afrontamiento en función del nivel de bienestar, por encima de otras variables como la edad o el género. De manera que, un alto bienestar está relacionado con estilos centrados en la solución de problemas, de relación con los demás y con la estrategia de la propia preocupación ante el uso de un estilo de afrontamiento improductivo, por lo que estilos improductivos de afrontamiento están relacionados con un bajo bienestar.

Verdugo-Lucero et al. (2013) afirman que existe relación entre el nivel de bienestar subjetivo y los estilos de afrontamiento al estrés en jóvenes y adolescentes de México. Observando que aquellos que puntuaban alto en bienestar subjetivo poseen una

mayor variedad en el uso del afrontamiento, empleando seis de las ocho estrategias que plantea la escala de evaluación, y a su vez los niveles más bajos están relacionados con el uso de tan solo tres de estas ocho estrategias. Si bien la edad no indicaba diferencias importantes en cuanto al nivel de bienestar subjetivo, sí que se pudo observar que los adolescentes recurren más a la estrategia de afrontamiento `búsqueda de apoyo´ que los jóvenes, y que la más empleada por ambos es la aceptación de la responsabilidad y la menos la de huida-evitación.

Viñas, González, García, Malo y Casas (2015) realizaron un estudio con adolescentes para analizar la relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y el bienestar personal, encontrando que existe una relación entre el bienestar personal y afrontamiento productivo aunque las correlaciones son bajas. Encontraron también diferencias en cuanto al sexo, observando que las chicas con mayor preocupación tenían un mayor bienestar mientras que los chicos alcanzaban los mayores niveles con una preocupación media y preocuparse en exceso en ellos estaba asociado con menos nivel de bienestar.

Vuyk (2013) realizó un estudio acerca de la esperanza y la satisfacción con la vida (dimensión cognitiva del bienestar subjetivo) en estudiantes de psicología de Paraguay, encontrando, a diferencia de otros estudios, que no existe una relación significativa entre las subescalas, aunque es rescatable que en las medidas de satisfacción con la vida se obtuvieron puntuaciones similares a las de los universitarios de otros países, equivalentes a Australia y España, menores que los de Canadá francesa y mayores que los estudiantes de Taiwán, Japón, Corea, Bielorrusia y minorías raciales de Estados Unidos.

Cornejo y Lucero (2005) realizaron un estudio acerca de las preocupaciones vitales en estudiantes de primero de psicología relacionado con el bienestar psicológico y modalidades de afrontamiento. Encontrando niveles de bienestar psicológico similares a los de trabajos con muestra española realizados por Cánovas, en los que se muestra un nivel medio de satisfacción con la vida, que se corresponden con las estrategias de afrontamiento empleadas (solución de problemas y búsqueda de apoyo social) que promueven estados satisfactorios de bienestar. En cuanto a los problemas principales que afectan a los estudiantes estos son personales, de adaptación a la nueva etapa académica y familiares.

### ***C) Funcionamiento familiar.***

La funcionalidad de la familia o el funcionamiento familiar es definido por algunos autores como la libertad que muestran los miembros de la familia para comunicar lo que sienten de forma clara y directa, de manera que puedan planificar y ser capaces de hacer ajustes que permitan resolver muchos de los problemas que se manifiestan en la vida cotidiana (Long y Ponzetti, 1989; Mansouri y Soni, 1986; Satir, 1992 y Pérez, 2008 como se citó en Guadarrama, Marquez, Veytia y León, 2011). La familia es un factor contenedor de las ansiedades propias de la evolución de cada miembro, que tiene un efecto en la formación de la autoestima y autoimagen de la persona y que desempeña un papel protector del bienestar emocional de los jóvenes. Además, diversos estudios demuestran que la dinámica familiar es decisiva en el desarrollo de las competencias y características de una persona (Rodrigo et al., 2004; Gómez-Bustamante y Cogollo, 2010; Díaz-Loving, 2011 como se citó en Peñaherrera-Vélez, Moscoso, Dávila, Vélez-Calvo y Seade, 2018).

Ante la necesidad por parte de las escuelas sistémicas de encontrar un instrumento que permita estudiar el funcionamiento familiar surge el modelo circunplejo desarrollado por Olson, Sprenkle y Russell (1979) que consta de dos dimensiones: adaptabilidad y cohesión. Según Olson como se citó en Martínez-Pampliega, Iraurgi, Galíndez y Sanz (2006) la cohesión se entiende como la unión emocional que existe entre las personas que componen un sistema y la adaptabilidad como la destreza que posee el sistema para modificarse; ambas dimensiones se constituyen por diferentes variables y conceptos. Los vinculados a la cohesión son: lazos familiares, implicación familiar, coaliciones padres-hijos, fronteras internas y externas; y los relacionados con la adaptabilidad son: liderazgo, disciplina, negociación, roles y reglas (Martínez-Pampliega et al., 2006).

Como se aprecia en la Figura 1, tanto la cohesión como la adaptabilidad son curvilíneas, lo que significa que ambos extremos de las dimensiones indican disfuncionalidad, encontrándose el buen funcionamiento familiar en los niveles más centrales o moderados. Cada dimensión se divide en cuatro niveles; en la cohesión: familias apegadas (cohesión muy alta), familias conectadas (cohesión moderada-alta), familias separadas (cohesión moderada-baja) y familias desapegadas (cohesión baja); y en la adaptabilidad familias rígidas (adaptabilidad muy baja), familias estructuradas (adaptabilidad moderada-baja),

familias flexibles (adaptabilidad moderada-alta) y familias caóticas (adaptabilidad alta) (Martínez-Pampliega et al., 2006).

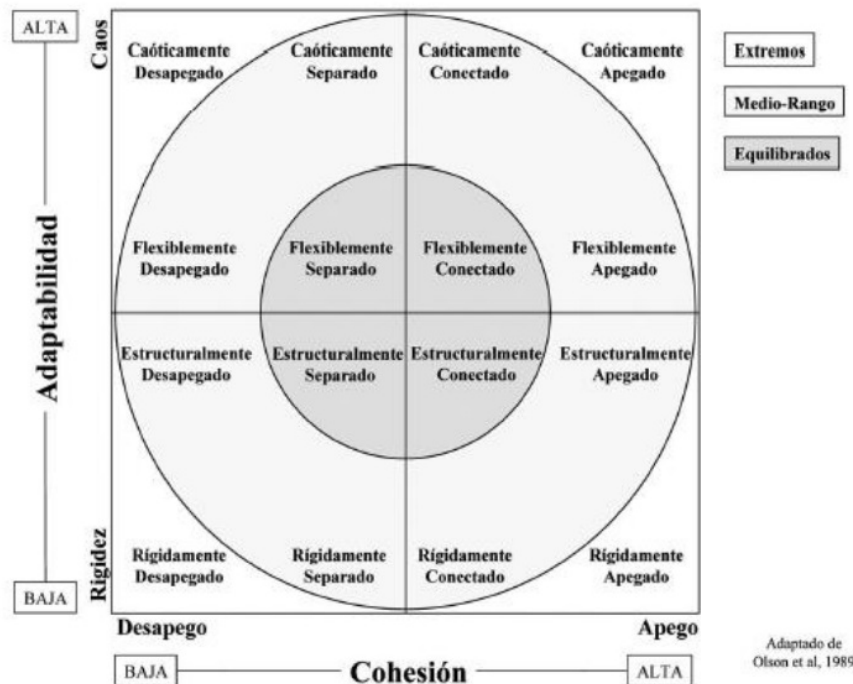


Figura 1. Modelo circumplejo de funcionamiento familiar (Olson 1989).

Los estilos de interacción y el clima social familiar tienen un papel importante en la adquisición de habilidades, repertorios sociales, competencias comunicativas y emocionales en los hijos. Observándose que un correcto funcionamiento familiar se define por constar de unos límites claros entre subsistemas y presentar una moderada cohesión y adaptabilidad. Considerándose el modelo ideal de familia aquella que está conectada en cuanto a la cohesión y flexible en su adaptación (Isaza y Henao, 2015; Muñoz y Sánchez, 2006; Martínez-Pampliega et al., 2006 como se citó en Peñaherrera-Vélez et al., 2018).

González-Pineda et al. (2003) en su estudio sobre la adaptabilidad, la cohesión familiar y la implicación parental en conductas autorregulatorias de los hijos concluyen que a mayor adaptabilidad y cohesión familiar mayor conciencia hay en los hijos de los comportamientos de autorregulación (modelado, estimulación, facilitación y refuerzo)

empleados por los padres; viendo además que tener dicha percepción sobre los padres influía significativamente en su autoconcepto.

Padilla y Díaz (2011) encontraron en su investigación con estudiantes de psicología de primer curso de una universidad privada de México la correlación entre el locus de control y el funcionamiento familiar, observando que los jóvenes con locus de control interno manifestaban sentido de pertenencia a sus familias mientras que los que tenían el locus externo las vivían como disfuncionales.

Guadarrama et al. (2011) investigaron el funcionamiento familiar en estudiantes universitarios de diferentes licenciaturas, encontrando que un 27% de los alumnos perciben a su familia como disfuncional, aunque no es el caso de los estudiantes de psicología, puesto que en ellos se puede observar factores característicos de la funcionalidad familiar (sentirse parte de la familia, atención en caso de enfermedad y dolor ante el sufrimiento de otro miembro de la familia). Por otra parte se observan factores de disfuncionalidad, como tener una familia indiferente a las necesidades afectivas, tener vergüenza a expresar emociones en la familia y la no expresión de problemas, siendo lo más característico la alusión al no atreverse a llorar ante otros miembros de la familia. Estos autores destacan la importancia de conocer la percepción familiar de los estudiantes, ya que las formas de interacción familiar negativas no superadas tienden a repetirse, continuando con el desempeño de patrones que dificultaran su desarrollo personal y por ende profesional, algo que llama la atención en los estudiantes de psicología al estar todas las percepciones de disfuncionalidad familiar relacionadas con la dificultad para la expresión emocional.

Matalinares-Calvet et al. (2019) realizaron un estudio para establecer la relación entre los estilos parentales disfuncionales y la empatía existente en los estudiantes de enfermería, medicina y psicología de la universidad de Lima, llegando a la conclusión de que los estudiantes de medicina han experimentado un mayor nivel de familias disfuncionales frente a las otras dos, aunque la figura del padre es bastante disfuncional en todas las carreras. En cuanto a la empatía, se encontró un mayor porcentaje de estudiantes de Psicología con un nivel bajo de empatía personal, dato que llama la atención debido a la necesidad de esta para el desempeño de la profesión.

Los resultados del estudio anterior son similares a los de Peñaherrera y Moscoso (2016) que al estudiar la personalidad y el funcionamiento familiar en estudiantes de

medicina y psicología hallaron que ambos pertenecen a familias disfuncionales, concretamente predominan las familias aglutinadas- caóticas, seguidas de las aglutinadas-flexibles, encontrándose en tercer lugar por ende con un menor porcentaje, las conectadas-flexibles, que serían la más funcionales, ya que se encuentran en niveles medios de adaptabilidad y cohesión, mientras que las aglutinadas-caóticas están en ambos extremos y las aglutinadas-flexibles en el extremo de cohesión, lo que es considerado como factor de riesgo para presentar algún trastorno psiquiátrico en el futuro según algunos autores. En cuanto a los rasgos de personalidad ambos son similares a excepción del retraimiento-comunicación siendo los psicólogos más comunicativos y los médicos más retraídos. En relación con el tipo de familia y la elección de estudios es interesante cómo los sujetos provenientes de familias aglutinadas-caóticas, escogen estas carreras que exigen un trato constante con problemas de índole psicológico, algo que podría deberse a que, en sus familias, han estado inmersos en constantes conflictos y ocupando el rol de mediadores, desarrollando así, aptitudes y su interés al respecto.

Un estudio posterior realizado por Peñaherrera-Vélez et al. (2018) sobre funcionamiento familiar en estudiantes de psicología, encuentran de nuevo la misma disposición de familias (mayor prevalencia de aglutinadas-caóticas, seguidas de las aglutinadas-flexibles y tercer lugar conectadas-flexibles) sin encontrar ninguna diferencia de género, lo que corrobora lo visto en otros estudios que afirman que la mayoría de los estudiantes de psicología tienen una relación muy estrecha con su familia (aglutinada) y que la mayoría perciben a su familia como disfuncional, como se ve en los dos estilos mayoritarios, (Molina, 1988; Guadarrama, Márquez, Veyita y León, 2011 como se citó en Peñaherrera-Vélez et al., 2018) aunque también estos autores hacen referencia a la flexibilidad del sistema familiar que es sensible a cambios en su estructura y dinámica, por lo que los datos obtenidos pueden cambiar a lo largo de la vida de los individuos.

#### Objetivos

- Objetivo principal:
  - Comprobar la influencia que tienen el bienestar subjetivo y el funcionamiento familiar sobre las estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología.
- Como objetivos específicos se propone:
  - Corroborar la relación existente y vista en la literatura, de las estrategias de afrontamiento en relación bienestar subjetivo.

- Conocer las diferencias significativas en las puntuaciones de estas variables en los estudiantes de psicología en función del curso en el que están, la convivencia con la familia y el sexo.

### Hipótesis

H1: En los estudiantes de psicología priman más las estrategias de afrontamiento adaptativas frente a otras más disfuncionales.

H2: Las estrategias de afrontamiento se vuelven más adaptativas a medida que avanzan los estudios universitarios.

H3: Las mujeres tienden más a usar estrategias centradas en la emoción que los hombres.

H4: Un mayor nivel de bienestar subjetivo, correlaciona con estrategias de afrontamiento adaptativas.

H5: El nivel de bienestar subjetivo aumenta a medida que avanzan los estudios universitarios.

H6: La composición familiar que prima en los estudiantes de psicología es la de familias aglutinadas-caóticas.

H7: Pertener a familias aglutinadas-caóticas conlleva un menor uso de la expresión emocional abierta como estrategia de afrontamiento.

H8: Los estudiantes que no conviven con sus familias tienen una percepción más funcional de estas.

H9: Existe mayor nivel de bienestar subjetivo en aquellos estudiantes que pertenecen a familias funcionales.

H10: Los estudiantes que pertenecen a familias funcionales hacen mayor uso de estrategias de afrontamiento adaptativas.

### Justificación del trabajo

El interés por este trabajo radica esencialmente en la necesidad de un mayor conocimiento sobre la población universitaria; los estudiantes universitarios se encuentran en una etapa de cambio, en la que realizan una importante transición de la vida escolar a la vida adulta, en la que pasan a formar parte del mercado laboral. Particularmente, son de especial interés los estudiantes de psicología, puesto que se preparan para una profesión de ayuda que se puede considerar estresante por estar en



continuo contacto con las emociones y sus conflictos o partes que se desean sanar. Concretamente, el estudio se centra en las estrategias de afrontamiento al estrés, ya que los universitarios requieren de ellas para afrontar dicha etapa de preparación para su futuro laboral. Por otra parte, cabe estudiar estas estrategias en relación al nivel de bienestar subjetivo ya que, la literatura demuestra que existe una relación entre ambas, de manera que a mayor empleo de estrategias favorables, mayores niveles de bienestar subjetivo. Y por último, resulta esencial estudiar el funcionamiento familiar en esta muestra ya que, conocer si existe una mayor percepción disfuncional de la familia que pueda repercutir en las otras dos variables, aporta un conocimiento novedoso hasta la fecha.

## **2. Método**

### **A) Muestra:**

El presente estudio constaba de una muestra de 159 sujetos (83% mujeres y el 17% hombres) todos ellos estudiantes de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad Pontificia de Comillas en Madrid. Las edades estaban comprendidas entre los 18 y los 24 años. La media de edad de la muestra total fue de 19,86 años, con una desviación típica de 1,38. En cuanto al curso, 44 sujetos cursaban primero (27.7%), 42 segundo (26.4%), 34 tercero (21.4%) y 39 cuarto (24.5%). Y 130 (81.8%) de ellos convivían con sus familias mientras que 29 (18.2%) no convivían.

### **B) Instrumentos:**

- *Datos sociodemográficos:* edad, sexo, curso actual y si conviven con familia nuclear o están emancipados.
- *Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)* de Sandín y Chorot (2003): es una escala constituida por 7 subescalas diseñadas para evaluar los siete estilos básicos de afrontamiento: 1) Focalizado en la Solución del Problema: estudiar el origen, programar y llevar a cabo soluciones para enfrentarse a la circunstancia. 2) Autofocalización Negativa: dirigir la culpa hacia uno mismo, sentirse indefenso, incapaz, resignado, pesimista y dependiente, experimentando una sensación de pérdida de control. 3) Reevaluación Positiva: acepta la situación como generadora de estrés, sin embargo se concentra en los aspectos positivos que hay en ella. 4) Expresión Emocional Abierta: se libera del mal humor proyectándolo en los otros, mediante insultos, hostilidad, muestra de irritación y desahogándose con otros. 5) Evitación: pone el foco de atención en otros

asuntos ya que desea no pensar en el problema 6) Búsqueda de Apoyo Social: identifica y reconoce a personas y redes de apoyo que le permitan realizar desenvolverse correctamente en la situación que causa estrés. 7) Religión: recurre a creencias religiosas con el fin de afrontar la situación, y tener la sensación de recuperar el control que ha perdido (Contreras-Torres et al., 2009). La escala completa está compuesta por 42 ítems que describen las formas de pensar y comportarse que la gente suele emplear para afrontar problemas o situaciones estresantes de la vida. La estructura factorial de la escala es bastante consistente, posee unos coeficientes de fiabilidad de Cronbach para las 7 subescalas de entre 0,64 y 0,92 (con una media = 0,79) y existe correlaciones bajas o moderadas entre factores. A su vez, un análisis factorial de segundo orden puso en evidencia una estructura de dos factores, el estilo de afrontamiento racional y el focalizado en la emoción, con un alpha de Cronbach de 0,91 y 0,79, respectivamente.

- *Escala breve de funcionamiento familiar (FACES- 20Esp)*: instrumento que constituye una versión abreviada de la escala estadounidense realizada por Olson, Portner y Bell, (1982) *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale (FACES II)*, realizada y adaptada al español por Martínez-Pampliega et al., (2006). Consta de 20 ítems que miden las dos dimensiones, cohesión y adaptabilidad en un reparto equitativo de 10 ítems para cada una. Los ítems de la escala son tipo Likert del 1 al 5, donde 1 significa “nunca o casi nunca” y 5 “casi siempre”. Se encontraron adecuados índices de fiabilidad o consistencia interna con un alpha de Cronbach de 0,82 para la cohesión y de 0,79 para la dimensión de adaptabilidad, así como una buena validez de constructo, lo que demuestra una gran solidez psicométrica del instrumento (Martínez-Pampliega, Iraurgi y Sanz, 2010).

- *Escala de satisfacción con la vida (SWLS)*: traducción del instrumento original Satisfaction With Life Scale de Diener et al. (1985). La escala cuenta con 5 ítems que evalúan el juicio que hacen las personas de la satisfacción con su vida de forma global, las opciones de respuesta van del 1 al 5, siendo el 1 “muy desacuerdo” y el 5 “muy de acuerdo”. En cuanto a las propiedades psicométricas Atienza, et al. (2000) afirman que el instrumento posee una gran consistencia interna, que se puede comparar a la propia de la versión original en inglés, encontrando que no hay ningún ítem que de ser eliminado consiga aumentar dicha consistencia.

• *Escala de afecto positivo y negativo (PANAS)*: la escala *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS) de Watson, Clark y Tellegen (1988) incluye dos subescalas de 10 ítems cada una, afecto positivo (AP) y afecto negativo (AN). Esta realizada en formato Likert del 1 al 5 (1= *nada o muy ligeramente* a 5= *mucho*) y aportan información sobre las veces que la persona ha sentido cada afecto en una escala durante un periodo temporal especificado previamente. El instrumento ha sido traducido y adaptado a una muestra general española por López-Gómez et al. (2015) y su corrección se lleva a cabo en cada subescala con el sumatorio de la puntuación otorgada en los 10 ítems que la conforman, que oscila entre 10 y 50 puntos, de manera que una mayor puntuación indica mayor presencia del afecto concreto. El coeficiente alfa de Cronbach fue de 0,92 para la subescala AP y de 0,88 para la subescala AN. Los análisis factoriales exploratorio y confirmatorio revelaron una estructura bifactorial de la escala PANAS y los análisis de invarianza factorial confirmaron la invarianza de esta adaptación en función del sexo y la edad.

#### **C) Procedimiento:**

En primer lugar, se llevó a cabo un muestreo de tipo incidental con el fin de recoger los datos que posteriormente serían analizados para responder a los objetivos planteados. Se preguntó a los profesores de diferentes asignaturas de Psicología sobre la posibilidad de llevar a cabo la evaluación durante su clase. Una vez conseguido el permiso, se pactó una hora en la que se llevó a cabo informando a los estudiantes del propósito de dicho estudio. Incluyendo en la prueba un consentimiento informado en el que se garantizaba la confidencialidad y el anonimato de los datos recogidos. Tras la recogida de datos, estos se pasaron a formato digital y se excluyeron las pruebas que no estaban completas, en las que había algún ítem sin responder.

#### **D) Análisis de datos:**

Para realizar los análisis pertinentes para este estudio, se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 26.0. Con este se calcularon los estadísticos descriptivos para las variables cualitativas (frecuencias, porcentajes y tablas cruzadas) y cuantitativas (medias y desviaciones típicas). Para analizar las relaciones entre las variables se realizaron los análisis de correlaciones  $r$  de Pearson y Chi cuadrado de Pearson, así mismo, para las diferencias entre variables se llevaron a cabo las pruebas  $t$  de Student para muestras independientes y relacionadas, ANOVA unifactorial, de medidas repetidas y MANOVA.

### 3. Resultados

#### *Diferencias en el uso de estrategias de afrontamiento.*

Para comprobar si entre los estudiantes de psicología prima más el uso de estrategias adaptativas frente a otras menos funcionales, se ha realizado la prueba t de Student para muestras relacionadas, encontrando que existe una diferencia significativa entre la media de las estrategias ( $t(158)=16.095, p<.001$ ) con un tamaño del efecto  $d$  de 1.73 indicando un efecto alto. Observando que es mayor el uso de las estrategias adaptativas ( $M=14.15, DS= 2.79$ ) que de las desadaptativas ( $M= 9.01, DS=3.14$ ).

Para conocer si hay diferencias en el uso de las estrategias a medida que avanzan los estudios universitarios, en primer lugar hemos realizado un MANOVA con las medias de las estrategias adaptativas y desadaptativas y el curso para ver si había diferencias en cuanto a este, determinando que hay diferencias estadísticamente significativas en las desadaptativas, que disminuyen según avanzan los estudios ( $F(3, 155)=5.59, p=.001$ ), sin embargo, no se encuentran diferencias significativas en las adaptativas, manteniéndose su uso a lo largo de todos los estudios. Con el fin de saber la tendencia de uso de ambas estrategias, se efectúa un ANOVA de un factor con la diferencia entre la media de estrategias adaptativas y desadaptativas en relación con los diferentes cursos. Observando que hay diferencias significativas entre la diferencia de las medias en función del curso ( $F(3, 155)= 2.98, p=.033$ ) de manera que, (Ver Figura 2) al principio de los estudios la diferencia en el uso de estrategias adaptativas y desadaptativas es menor, pero a medida que avanzan esta se hace mayor, con una diferencia de medias significativa de 2.46 y una significación de  $p=.05$  entre el primer y cuarto curso.

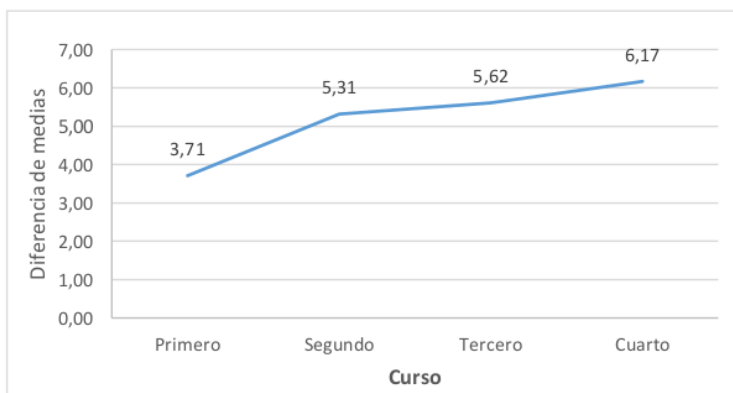


Figura 2. Diferencia de medias estrategias adaptativas y desadaptativas.

En cuanto a la variable “sexo”, debido al bajo porcentaje de hombres (17%), se comprueba si existen diferencias en el uso de estrategias entre hombres y mujeres, para lo que se ha realizado la prueba t de Student para muestras independientes, evaluando las diferentes estrategias de afrontamiento en relación al sexo. Demostrando que la única diferencia estaría en la estrategia “Focalizado en la solución del problema” (FSP) más empleada por los hombres ( $M=16.63$ ,  $DS=4.56$ ) que por las mujeres ( $M=14.80$ ,  $DS=4.23$ ) con una  $t(157)=.61$ ,  $p=.045$  y en la estrategia “Reevaluación Positiva” (REP) usada en mayor medida por las mujeres ( $M=15.10$ ,  $DS=3.37$ ) que por los hombres ( $M=13$ ,  $DS=4.34$ ) con una  $t(157)=4.42$ ,  $p=.024$ . Sin embargo el tamaño del efecto es bajo y moderado respectivamente ( $d=-0.42$ ,  $d=0.59$ ). Por lo que, al constatar que en la mayoría de estrategias no se encuentran diferencias en el sexo, que las encontradas tiene un tamaño del efecto bajo y que los hombres son poco numerosos en la muestra total, se decidió realizar un análisis global para comprobar que estrategias son las más utilizadas por hombres y mujeres en conjunto. Para lo que se calcula la prueba ANOVA de medias repetidas que muestra que hay diferencias significativas entre el uso de las diferentes estrategias ( $F(6, 948)= 129.86$ ;  $p<.001$ ) y al compararlas por parejas en las medidas post hoc, vemos que existen diferencias estadísticamente significativas en el uso de algunas de las estrategias, siendo la Religión (RLG) la menos empleada, seguida de la Autofocalización negativa (AFN) y la Expresión emocional abierta (EEA) entre las que no hay diferencias estadísticamente significativas, después la Evitación (EVT), seguida de la Focalizada en la solución del problema (FSP) y la Reevaluación positiva (REP) en igual medida, ya que tampoco hay diferencias estadísticamente significativas entre ellas y siendo la más utilizada la Búsqueda de apoyo social (BAS) como se puede ver en el gráfico (Ver figura 3).

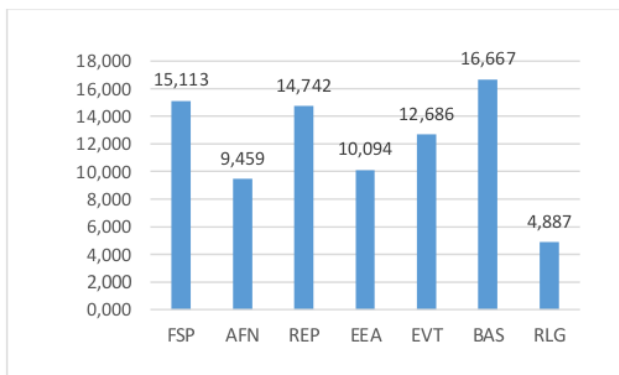


Figura 3. Media de uso de las estrategias de afrontamiento.

### *Niveles de bienestar subjetivo*

Para determinar si el nivel de bienestar subjetivo correlaciona con el uso de estrategias de afrontamiento adaptativas se ha realizado el Coeficiente de correlación de Pearson con las tres variables que componen el bienestar subjetivo y la media de estrategias adaptativas, encontrando que estas últimas correlacionan de manera moderada con los afectos positivos (AP) ( $r(157) = .38, p < .001$ ) y con la Satisfacción con la vida (SWLS) ( $r(157) = .35, p < .001$ ), aunque el tamaño del efecto es bajo ( $R^2 = .14, R^2 = .12$  respectivamente) y que no correlaciona con los afectos negativos (AN).

Con el fin de encontrar si existen diferencias en el bienestar subjetivo en función del curso se ha realizado un análisis de varianza unifactorial (ANOVA de un factor) entre cada una de las tres escalas que componen el bienestar subjetivo y los diferentes cursos. Encontrando que no había diferencias estadísticamente significativas en función del curso en ninguna de las variables.

### *Funcionamiento familiar.*

Con el objetivo de analizar cuál es el tipo de familias que priman en esta muestra se ha realizado una tabla cruzada con las variables que componen el funcionamiento familiar, adaptabilidad y cohesión familiar. Observando que en primer lugar estarían las aglutinadas-flexibles, seguidas de las aglutinadas-caóticas y de las conectadas-estructuradas casi en la misma frecuencia (Ver Tabla 1). Llevándose a cabo la prueba estadística Chi cuadrado de Pearson ( $X^2$ ), que muestra que hay una asociación significativa entre las variables ( $X^2(9, N=159) = 150.01, p < .001$ ) y que esta es moderada-alta puesto que el Coeficiente de contingencia es de .697.

Tabla 1.

*Funcionamiento Familiar*

	Desligada	Separada	Conectada	Aglutinada
Rígida	17	10	5	0
Estructurada	4	20	25	3
Flexible	0	2	15	32
Caótica	0	0	0	26

*Nota.* En las filas aparecen las subescalas que componen la variable adaptabilidad y en las columnas las de la cohesión.

Para comprobar si los alumnos que perciben su funcionamiento familiar como aglutinado-caótico hacen menor uso de la estrategia de afrontamiento (EEA) se ha calculado la prueba ANOVA de medidas repetidas, con las puntuaciones de las estrategias de afrontamiento de los estudiantes que pertenecen a estas familias. Viéndose la existencia de diferencias significativas entre el uso de las diferentes estrategias ( $F(6, 150) = 29.94, p < .001$ ), pero evidenciando que la media de uso de esta estrategia (EEA) está entre las posiciones más bajas ( $M = 9.57, SD = 0.70$ ), únicamente por delante de (RLG), la menos empleada ( $M = 5.61, SD = 1.33$ ).

Con el propósito de ver si no convivir con la familia de origen influye en la percepción esta, se ha realizado una prueba Chi cuadrado de Pearson ( $X^2$ ) con las escalas que componen el funcionamiento familiar de los estudiantes que no conviven en la actualidad con sus familias. A través de la cual se obtiene que existe una asociación significativa entre las variables de funcionamiento familiar en estos estudiantes ( $X^2(9, N=29) = 31.56, p < .001$ ) y que esta asociación es alta, con un coeficiente de contingencia de .72. Primando las familias aglutinadas-caóticas, seguidas de aglutinadas-flexibles, una tendencia similar a la de todos los estudiantes en su conjunto, por lo que la no convivencia con la familia no influye en la percepción de esta.

Para saber si los estudiantes que pertenecen a familias funcionales tienen un mayor nivel de bienestar subjetivo, se ha realizado una prueba t para muestras independientes con cada una de las variables que componen el bienestar subjetivo y con la funcionalidad de la familia, llegando a la conclusión de que no hay diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las dimensiones del bienestar subjetivo, según la pertenencia a una familia funcional (conectada-flexible) o no.

Por último, para comprobar si existían diferencias en el de estrategias adaptativas en función del tipo de familia al que se pertenece, se realizó una prueba t para muestras independientes con las variables de estrategias adaptativas y desadaptativas y la funcionalidad familiar, mostrando que no existen diferencias significativas en el uso de estrategias según la pertenencia a familias consideradas funcionales o no.

#### **4. Discusión**

La finalidad del presente estudio fue comprobar la influencia que tienen el bienestar subjetivo y el funcionamiento familiar sobre las estrategias de afrontamiento en la población universitaria de psicología, concretamente en alumnos de grado de la Universidad Pontificia de Comillas. Además, se revisó la relación entre estrategias de afrontamiento y bienestar subjetivo presente en la literatura y se estudiaron las diferencias significativas entre las tres variables mencionadas en función del curso, la convivencia con la familia de origen y el sexo.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, Contreras-Torres et al. (2009) establecieron la distinción entre estilos de afrontamiento favorables como aquellos que están focalizados en la solución y tienen un carácter activo por parte de la persona y los estilos disfuncionales que son pasivos y conllevan desbordamiento o evitación. Con esta distribución se procedió a establecer la diferencia en este estudio entre estrategias de afrontamiento adaptativas (focalizado en la solución de problemas, búsqueda de apoyo social reevaluación positiva y expresión emocional abierta) y desadaptativas (evitación, autofocalización negativa y religión). Según los resultados mencionados en el apartado anterior, se comprobó que los estudiantes de psicología ejercen un mayor uso de las estrategias adaptativas que las desadaptativas, siendo significativo que aunque desde el comienzo de los estudios hay un uso elevado de las adaptativas, son las desadaptativas las que se reducen con el paso de los cursos. Algo que concuerda con la investigación realizada por Casaretto et al. (2003) que constata que en los estudiantes de psicología, el uso de estrategias adaptativas prima sobre el de las desadaptativas; que por su carácter pasivo aportan un alivio temporal pero pueden originar problemas a largo plazo, y que una mayor edad de los estudiantes se relacionaba con una reducción del estrés debido a la incorporación de las estrategias de afrontamiento. En esta línea temporal, se encuentran los resultados de Contreras-Torres et al. (2009) que descubren que en estudiantes de primero de psicología es frecuente el uso de estrategias de carácter pasivo o desadaptativas, lo que concuerda con los resultados obtenidos en este estudio. Este uso mayoritario de las estrategias adaptativas en estudiantes de psicología se encuentra también en otros países como Colombia, en el que un estudio realizado por Sierra et al. (2014) pone de manifiesto que estos estudiantes empleaban en su mayoría este tipo de estrategias, aunque no encontraron inclinación hacia alguna estrategia en particular.



Nuestros resultados arrojan algo de luz sobre qué estrategias concretas son las más empleadas, encontrando que las tres más utilizadas serían adaptativas, siendo la primera la búsqueda de apoyo social, seguida de la focalizada en la solución de problemas y la reevaluación positiva casi en igual medida y que después de estas se emplea la evitación, siendo las menos empleadas la expresión emocional abierta, la autofocalización negativa y por último la religión (Ver Figura 3). Estos resultados no distan de lo encontrado en diversas investigaciones como la de Cornejo y Lucero (2005) en la que las más utilizadas son la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social; unos años más tarde Castellano et al. (2011) destacan la solución de problemas en primer lugar, seguida de la reevaluación positiva, la búsqueda de apoyo social y la evitación; por otro lado Barrios et al. (2013) establecen un orden similar, solución de problemas, evitación cognitiva y búsqueda de apoyo profesional y social, aunque llama la atención el segundo puesto que tiene la evitación. Aunque queda constado por el presente artículo y los mencionados, lo hallado por Sierra et al. (2014), que la evitación es la estrategia desadaptativa más empleada.

En relación a las diferencias en el uso de las estrategias en función del sexo, los resultados ponen de manifiesto que los hombres utilizan más la estrategia focalizada en solución del problema y las mujeres la reevaluación positiva, aunque cabe destacar el bajo porcentaje de hombres que componen la muestra (17%). Estos resultados distan de los encontrados en otras investigaciones como la de Casaretto et al. (2003) en la que las mujeres recurren en mayor medida a estilos centrados en la emoción, o la de Sierra et al. (2014) que afirma que las mujeres hacen un mayor uso de la búsqueda de apoyo social y la religión, mientras que los hombres recurren con mayor frecuencia a la reevaluación positiva, resultado contrario a lo encontrado en nuestro estudio.

Bajo la premisa encontrada en la revisión literaria de la relación existente entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar subjetivo, se intentó comprobar en este estudio si existe relación entre el uso de las estrategias adaptativas y el bienestar subjetivo de la persona. Hallando que efectivamente, existe una correlación entre el uso de estrategias adaptativas y dos de las dimensiones del bienestar subjetivo (los afectos positivos y la satisfacción con la vida). Sin embargo, no hay relación entre el uso de estrategias adaptativas y los afectos negativos, por lo que puede que el uso de estrategias adaptativas repercute en la representación positiva de los afectos y la satisfacción con la vida del sujeto, pero no afecte a la percepción de afectos negativos. De manera que el bienestar es

mayor a mayor uso de estrategias adaptativas pero a consecuencia del aumento de la percepción de lo positivo no de la disminución de lo negativo. Resultado que concuerda con el de Contreras-Torres et al. (2009) en el que se formula que los estilos de afrontamiento favorables están relacionados con un mayor bienestar psicológico y afectos positivos; y que no dista de los hallazgos de otras investigaciones (González et al., 2002; Cornejo y Lucero, 2005) que relacionan las estrategias de solución de problemas y búsqueda de apoyo social con niveles medios-altos de satisfacción con la vida.

En cuanto a las diferencias del bienestar subjetivo en función del curso, se analizaron los datos recogidos en este estudio, pero a diferencia del uso de estrategias adaptativas o desadaptativas en función del curso mencionadas al inicio, en el caso del bienestar subjetivo no se encuentran diferencias.

Centrándonos en el funcionamiento familiar de los estudiantes de psicología, podemos observar que la composición familiar que predomina en éstos es disfuncional. Encontrando en primer lugar la composición de aglutinadas-flexibles con treinta y dos familias, seguidas de las aglutinadas-caóticas con veintiséis y las conectadas-estructuradas con veinticinco. Estos resultados muestran que una buena parte de las familias tiene una cohesión familiar bastante elevada, ya que se encuentra en el extremo (aglutinada), aunque la adaptabilidad está en una posición intermedia en el primer modelo de familias, considerándose más funcional (flexible). Por tanto, la estructura más funcional de familia (conectada-flexible) se sitúa en el sexto puesto, con tan solo quince familias (Ver Tabla 1). Estos resultados son similares a los de Peñaherrera y Moscoso (2016) que situaron en primer lugar a las familias aglutinadas-caóticas, en segundo a las aglutinadas-flexibles y en tercer puesto a las más funcionales, las conectadas-flexibles, poniendo de manifiesto la elevada cohesión en las familias de los estudiantes de psicología, que está considerada como factor de riesgo de desarrollo de un trastorno psiquiátrico. Y en una revisión posterior de Peñaherrera-Veléz et al. (2018) se encontró la misma disposición familiar pero esta vez se hizo alusión a la flexibilidad del sistema familiar y la posibilidad de cambio que esto le aporta, aportando una visión más optimista en la que el cambio es posible a lo largo de la vida de los miembros del sistema.

Los resultados obtenidos por Barrios et al. (2013) ponen de manifiesto que pese a emplear con bastante frecuencia la estrategia de afrontamiento de búsqueda de apoyo social, la expresión de la dificultad es la estrategia menos empleada por los estudiantes

de psicología, algo que llama la atención debido al componente emocional de la profesión, que fomenta esa expresión emocional en sus clientes como herramienta de trabajo. Por ello, se decidió comprobar en este estudio el uso de la estrategia expresión emocional abierta, en relación al funcionamiento familiar, y bajo esta premisa se encontró que las familias que pertenecen a la tipología aglutinadas-caóticas hacen un menor uso de la estrategia que el global de la muestra de estudiantes, quedando esta en el penúltimo puesto, solo por encima de la religión. Mientras que en el total de la muestra del estudio esta estrategia estaba un puesto más arriba, justo después de la evitación, por lo que, aunque es poco empleada por los estudiantes de psicología en general, se hace más evidente su escaso uso en los que perciben a sus familias de esta manera disfuncional al estar en los dos extremos de adaptabilidad y cohesión.

Como novedad al tema investigado se quiso comprobar si el hecho de no estar conviviendo con la familia de origen repercutía sobre la percepción que tenían sobre éstas hacia una representación más funcional. No obstante, se descubrió que la tendencia es similar a la de los estudiantes que conviven con la familia, alterándose solo el orden del primer y segundo puesto, es decir en primer lugar estarían las aglutinadas-caóticas y en segundo aglutinadas-flexibles, por lo que ha falta de confirmar la hipótesis inicial, esta se ve completamente desmentida, apuntando a lo contrario, puesto que en todo caso, la percepción de los estudiantes que no conviven con sus familias sería más disfuncional que la del total de la muestra.

De igual manera, se deseaba conocer si el pertenecer a una familia funcional aportaba un mayor nivel de bienestar subjetivo o un uso de estrategias adaptativas superior al de las familias consideradas disfuncionales, comprobando que no había ningún tipo de relación entre las variables.

En cuanto a las limitaciones de este estudio, hay que tener en cuenta que el tamaño reducido de la muestra y la procedencia de esta, ya que es toda de una sola universidad de carácter privado, suponen un problema a la hora de tratar de generalizar los resultados a la población universitaria general española. Pero a pesar de estas limitaciones, los resultados aportan un respaldo empírico a los datos concluidos en otras investigaciones sobre estudiantes de psicología, como son el mayor uso de estrategias adaptativas frente a las desadaptativas, la relación entre estrategias de afrontamiento y bienestar subjetivo, concretamente en la valoración que la persona hace de los aspectos positivos de su vida.

Se han aportado también datos nuevos sobre las diferencias en el uso de estrategias en función del sexo, diferentes a las de otros artículos, pese al bajo porcentaje de hombres, mencionado anteriormente. Y el hecho de haber incluido la variable del funcionamiento familiar, ha permitido contemplar la percepción del modelo familiar que predomina en estos estudiantes según el modelo circumplejo de Olson, Sprenkle y Russell (1979), algo esencial a la hora de comprender mejor a la población estudiada, puesto que ya Guadarrama et al. (2011) hacían referencia a un funcionamiento familiar caracterizado por brindar sentimiento de pertenencia y cuidado ante la enfermedad o sufrimiento físico, pero indiferente a los cuidados afectivos y con pudor para expresar emociones, sobre todo negativas, así como problemas. Siendo esencial conocer las dificultades que hay en el sistema familiar de estos estudiantes, ya que toda dinámica negativa que no superen está sujeta a poder volver a repetirse, dificultando su desarrollo personal y profesional, teniendo en cuenta que la psicología está relacionada directamente con la expresión y el manejo emocional, actitudes aparentemente carentes en las familias de los estudiantes de esta disciplina. Por lo que, sería de gran utilidad investigar la relación entre el tipo de familia y la elección de estudios, ya que como pusieron de manifiesto Peñaherrera y Moscoso (2016) es posible que las personas que provienen de familias aglutinadas-caóticas elijan esta carrera que requiere un trato constante con problemas psicológicos y emocionales a consecuencia de haber estado inmerso en dinámicas conflictivas en las que han adquirido el rol de mediador, desarrollando sus aptitudes e interés en torno a este.

Por último, se recomienda para futuras investigaciones, poder utilizar una muestra más amplia y representativa de la sociedad, que incluya población universitaria de carácter tanto público como privado. Y se propone la posibilidad de realizar un trabajo similar a modo de comparativa del perfil de estudiantes de psicología y otras carreras que no tengan un claro componente sanitario y social, como las relacionadas con economía y gestión de empresa o ingenierías.

## Referencias.

- Atienza, F. L., Pons, D., Balaguer, I. y Merita, M. G. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema*, 12(2), 314-319.
- Barrios, N. L., Sánchez, L. K. y Salamanca, Y. (2013). Patrones de personalidad patológica y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 7(2), 45-53.
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., y Valdéz, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista De Psicología*, 21(2), 363-392. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/68494>
- Castellanos, M. T., Guarnizo, C. A. y Salamanca, Y. (2011). Relación entre niveles de ansiedad y estrategias de afrontamiento en practicantes de psicología de una universidad colombiana. *International Journal of Psychological Research*, 4(1), 50-57.
- Carver, C.H., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Contreras-Torres, F. V., Espinosa-Méndez, J. C., y Esguerra-Pérez, G. A. (2009). Personalidad y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Universitas Psychologica*, 8(2), 311-322.
- Cornejo, M. y Lucero, M. C. (2005). Preocupaciones vitales en estudiantes universitarios relacionado con bienestar psicológico y modalidades de afrontamiento. *Fundamentos en Humanidades*, 6(12), 143-153.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., y Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. J. y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research* 31, 103-157.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. M. y Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14(2), 363-368.
- González-Pineda, J. A., Núñez, J. C., Álvarez, L., Rocés, C., González-Pumariega, S., González, P., Muñiz, R., Valle, A., Cabanach, R. G., Rodríguez, S. y Bernardo, A. (2003). Adaptabilidad y cohesión familiar, implicación parental en conductas autorregulatorias, autoconcepto del estudiante y rendimiento académico. *Psicothema*, 15 (3).
- Guadarrama, R., Marquez, O., Veytia, M. y León, A. (2011). Funcionamiento familiar en estudiantes de nivel superior. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2), 179-192.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca S.A.
- López-Gómez, I., Hervás, G. y Vázquez, C. (2015). Adaptación de la “Escala de afecto positivo y negativo” (PANAS) en una muestra general española. *Psicología conductual*, 23(3), 529-548.
- Lucas, R. E., Diener, E., y Suh, E. (1996). Discriminant validity of wellbeing measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616-628.
- Martínez-Pampliega, A., Iraurgi, I., Galíndez, E., y Sanz, M. (2006). Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale (FACES): desarrollo de una versión de 20 ítems en español. *International Journal of clinical and health psychology*, 6(2), 317-338.
- Martínez-Pampliega, A., Iraurgi, I. y Sanz, M. (2010). Validez estructural del FACES-20Esp: Versión española de 20 ítems de la Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar. *Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica*, 29(1), 147-165.

- Matalinares-Calvet, M.L., Díaz-Acosta, A.G., Rivas-Díaz, L.H., Arenas-Iparraguirre, C.A., Baca-Romero, D., Raymundo-Villalva, O. y Rodas-Vera, N. (2019). Dysfunctional parenting styles, empathy and socio-demographic variables in Nursing, Human Medicine and Psychology students. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(2), 99-111. Recuperado de <http://www.doi.org/10.14718/ACP.2019.22.2.6>
- Medrano, L. A., Kanter, E. F., Trógolo, M., Curerello, A., y González, J. (2015). Adaptación de la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS) para la población de Estudiantes Universitarios de Córdoba. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 2(1), 22-36.
- Olson, D.H., Sprenkle, D.H. y Russell, C.S. (1979). Circumplex model of marital and family systems, I: Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process*, 18, 3-28.
- Olson, D. H., Portner, J., y Bell, R. (1982). Family adaptability and cohesion scales (FACES II). *St. Paul, MN: University of Minnesota, Family Social Science*.
- Olson, D.H. (1989). Circumplex model of family systems VIII: Family assessment and intervention. En D.H. Olson, C.S. Russell y D.H. Sprenkle (Eds). *Circumplex model: Systemic assessment and treatment of families*, 7-40. New York; Haworth Press.
- Padilla, N. y Díaz, R. (2011). Funcionamiento familiar, locus de control y patrones de conducta sexual riesgosa en jóvenes universitarios. *Enseñanza e investigación en psicología*, 16(2), 309-322.
- Peñaherrera, M. J. y Moscoso, D. (2016). *Personalidad y funcionamiento familiar en estudiantes de medicina y psicología de la universidad del Azuay* (tesis de maestría). Universidad del Azuay, Cuenca, Ecuador.
- Peñaherrera-Vélez, M. J., Moscoso, D., Dávila, Y., Vélez-Calvo, X y Seade, C. (2018). Estilos de personalidad y funcionamiento familiar en estudiantes de psicología de una universidad privada en Ecuador. *Rev. Med Ateneo*, 20(2), 132-148.

- Sandín, B. y Chorot, P. (2003). Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 8(1), 39-53.
- Sierra, H. G., Güichá-Duitama, Á. M., y Salamanca, Y. (2014). Relación entre estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista Medicas UIS*, 27(2), 15-27.
- Verdugo-Lucero, J. L., Ponce de León-Pagaza, B. G., Guardado-Llamas, R. E., Meda-Lara, R. M., Uribe-Alvarado, J. I. y Guzmán-Muñiz, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), 79-91.
- Viñas, F., González, M., García, Y., Malo, S. y Casas, F. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 31(1), 226-233.
- Velásquez, C., Montgomery, W., Montero, V., Pomalaya, R., Dioses, A., Velásquez, N., Araki, O. y Reynoso, D. (2008). Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista de investigación en psicología*, 11(2), 139-152.
- Vuyk, M. A. (2013). Esperanza y satisfacción con la vida en estudiantes de psicología en Paraguay. *Eureka*, 10(1), 16-27.
- Watson, D., Clark, L. A. y Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.