

Un análisis de los acontecimientos vitales estresantes durante la adolescencia

Lucía JIMÉNEZ GARCÍA
Universidad de Sevilla

Susana MENÉNDEZ ÁLVAREZ-DARDET
Universidad de Huelva

M^a Victoria HIDALGO GARCÍA
Universidad de Sevilla

Resumen

El objetivo de este estudio fue analizar cuantitativa y cualitativamente el estrés psicosocial experimentado por una amplia muestra de adolescentes y explorar posibles diferencias en esta dimensión entre chicos y chicas. Los resultados obtenidos pusieron de manifiesto, en primer lugar, la relevancia de determinados eventos vitales estresantes durante la adolescencia, particularmente los relacionados con el ámbito escolar y familiar. En segundo lugar, se observó tanto la existencia de un patrón compartido en el modo en que chicos y chicas experimentan estrés psicosocial durante la adolescencia, como algunas diferencias significativas entre unos y otras, en cuanto al tipo de situaciones más frecuentes y el impacto emocional con que se viven.

Palabras clave: adolescencia, acontecimientos vitales estresantes, estrés psicosocial, diferencias en función del sexo.

Abstract

The aim of this study was to examine stressful life events –in a quantitative and a qualitative manner– using a large adolescent sample. Additionally, we explored possible differences between girls and boys in how they deal with psychosocial stress. Firstly, results showed that school and family contexts were the main causes of stressful events in adolescence. Secondly, data analysis revealed a similar pattern in how girls and boys manage psychosocial stress during adolescence, but there were also significant differences in particular events, in relation to both their frequency and their emotional impact.

Key words: Adolescence, Stressful Life Events, Psychosocial Stress, Gender Differences.

Hoy día se albergan pocas dudas acerca de la particular sensibilidad que caracteriza a la etapa de la adolescencia de cara al afrontamiento de ciertas dificultades. Se ha derrocado la tradicional visión de este período evolutivo en términos de tormenta y drama y, a su vez, se ha cuestionado la imagen tan optimista defendida en los años siguientes, que definía la adolescencia como un período estable y carente de problemas. El carácter transicional de esta etapa, así como los numerosos e intensos cambios que conlleva y los nuevos roles que el adolescente debe desempeñar, han contribuido a consolidar, en nuestros días, una visión sobre la adolescencia como período particularmente vulnerable para la experimentación de dificultades para el desarrollo relacionados, al menos, con tres

áreas: conflictos con los padres, inestabilidad emocional y conductas de riesgo (Oliva, 2003).

La prevalencia de eventos vitales estresantes durante la adolescencia y su relación con el impacto emocional

Durante la adolescencia tanto las circunstancias que favorecen el desarrollo como las que lo dificultan –es decir, los elementos de riesgo y los de protección– pueden cambiar respecto a etapas anteriores, requiriendo un análisis específico de cara a su repercusión sobre el ajuste y el desarrollo de los adolescentes (Dekovic, 1999). A la hora de analizar los elementos de riesgo durante esta etapa, la psicología evolutiva se ha ocupado de explorar, entre otras

circunstancias, el estrés psicosocial experimentado por los chicos y chicas de estas edades, por considerarse un factor de riesgo potencial para el bienestar y el desarrollo personal.

Se han propuesto numerosas definiciones para conceptualizar el estrés psicosocial, de las que se ha criticado su dispersión, su amplitud o su falta de operatividad de cara a la investigación. En la actualidad, las definiciones más aceptadas se centran en las circunstancias o condiciones ambientales que amenazan, desafían, exceden o dañan las capacidades psicológicas o biológicas del individuo, en este caso, del chico o chica adolescente (Compas, 2004). Desde una conceptualización de estas características, se han contemplado diferentes elementos que pueden estar presentes en la vida de los chicos y chicas adolescentes. Así, Grant, Compas, Stuhlmacher, Thurm, McMahon y Halpert (2003) incluyen los acontecimientos traumáticos agudos (por ejemplo, desastres naturales y humanos, victimización por abuso sexual y físico o exposición a la violencia de la vecindad), el estrés crónico y la adversidad (por ejemplo, pobreza y dificultad económica, enfermedad crónica personal o parental y maltrato o negligencia crónicos), así como la acumulación de sucesos vitales estresantes y dificultades en la vida cotidiana. Entre estas últimas se consideran tanto experiencias normativas del desarrollo (acontecimientos vitales tales como la transición al instituto, las primeras citas amorosas), como acontecimientos no normativos (por ejemplo, divorcio de los padres, ingreso de un familiar en prisión).

En definitiva, las condiciones estresantes a las que se enfrentan chicos y chicas durante la adolescencia son numerosas y también muy variadas. Por nuestra parte, vamos a ocuparnos en este trabajo de una de estas parcelas dentro del campo del estrés psicosocial: los sucesos vitales estresantes. Goodyer (2001, cit. en Canalda & Carbonés, 2005) los define como cualquier hecho o circunstancia que ocurra en la vida de las personas, con un inicio y un final identificables, que tiene el potencial para alterar el estado mental actual o el bienestar físico. Así, estos eventos comparten con otras circunstancias vitales la descompensación que se produce entre las demandas que plantea el contexto y los recursos disponibles para hacer frente a las mismas; sin embargo, se diferencian de otras condiciones permanentes o crónicas por su carácter temporal (Casullo, 1998).

La preocupación por el estudio de los eventos estresantes durante la adolescencia ha llevado a que las revisiones más actuales sobre el período adolescente se hayan preocupado por estudiar cómo estos chicos y chicas viven dichos acontecimientos, para lo cual se han empleado, fundamentalmente, las valoraciones informadas por los propios adolescentes. En términos generales, los datos disponibles sobre esta cuestión apuntan hacia un incremento bastante generalizado en la frecuencia de sucesos estresantes durante la adolescencia inicial y media (Graber, 2004; Goossens, 2006).

En consonancia con esta creciente preocupación y, en nuestro entorno más cercano, Oliva y sus colaboradores evaluaron estas circunstancias de riesgo en una muestra de 101 adolescentes de la provincia de Sevilla en la adolescencia inicial, media y tardía (Oliva, Jiménez, & Parra, en prensa; Oliva, Jiménez, Parra, & Sánchez-Queija, 2008), encontrando que los adolescentes, como media, solían hacer frente a algo más de seis sucesos estresantes durante los últimos cuatro años.

Un análisis cuantitativo sobre la experimentación de eventos estresantes como el que acabamos de exponer es común en la literatura disponible sobre el tema. En nuestra opinión, este hecho puede deberse a que, dentro de la variedad de estresores a los que los adolescentes deben hacer frente, los acontecimientos vitales estresantes se consideren en la actualidad como uno de los factores de riesgo más importantes para el ajuste durante la adolescencia.

Concretamente y, desde esta perspectiva, se ha enfatizado que la acumulación de elementos estresantes en la vida de las personas supone una mayor amenaza para el ajuste que un único elemento aislado, independientemente de la naturaleza de la circunstancia de riesgo de que se trate (Rutter, Tizard, & Whitmore, 1970; cit. en Atzabaporia, Pike, & Deater-Deckard, 2004). Así, la tesis de acumulación de factores de riesgo se ha ocupado de confirmar cómo el incremento en la experimentación de dificultades se ve acompañado de un aumento en el impacto negativo provocado por dichas circunstancias.

Una aproximación cualitativa a los acontecimientos vitales estresantes durante la adolescencia

Más allá de una consideración cuantitativa y acumulativa de este tipo de acontecimientos, los modelos transaccionales se han ocupado de señalar las ventajas de una aproximación cualitativa al estudio de los sucesos vitales estresantes (Grant *et al.*, 2003), enfatizando que cualquier acontecimiento puede llegar a ser un estresor en algún momento, en función no tanto o no solo del tipo de circunstancia de que se trate, sino también de cómo la persona responda o afronte dicha circunstancia. De este modo, la potencialidad de un evento para impactar en la vida de una persona estará relacionada, entre otros, con el tipo de apreciación que haga del mismo, las características individuales que determinan el grado de vulnerabilidad, las estrategias de afrontamiento disponibles y las claves contextuales en las que dicha persona se encuentre inmersa (Canalda, Carbonés, 2005).

Sin embargo, como venimos señalando, tradicionalmente la mayor parte de las investigaciones que se han ocupado de analizar los acontecimientos vitales estresantes —particularmente durante la infancia y la adolescencia— se han centrado en la evaluación de los cambios objetivos susceptibles de ser evaluados, como la exposición a

acontecimientos ambientales. Probablemente, el hecho de que esta perspectiva haya disfrutado de mayor aceptación en la comunidad científica tenga su base en que una definición del estrés que se basa en los procesos cognitivos resulta problemática en la investigación, especialmente si consideramos la dificultad de auto-informar acerca del impacto emocional de los acontecimientos experimentados durante los primeros años de vida.

Los resultados de las investigaciones sobre estrés realizadas durante la infancia apoyan la validez de realizar una aproximación cuantitativa a este constructo (Grant *et al.*, 2003; Compas, 2004). No obstante y, aunque ciertamente los efectos de un acontecimiento estresante pueden darse independientemente de la existencia de procesos de valoración, estos procesos cognitivos comienzan a desempeñar un papel especialmente significativo para el desarrollo durante la etapa adolescente, por lo que deben ser tenidos en cuenta. Desde nuestro punto de vista, estas apreciaciones se ven reforzadas en el campo de la investigación aplicada, dada la riqueza de un análisis cualitativo para el establecimiento de pautas útiles y fundamentadas sobre el camino hacia el que dirigir intervenciones preventivas eficaces en el ámbito del estrés psicosocial durante la etapa adolescente.

En consonancia con estas consideraciones, comienza a darse importancia a realizar aproximaciones cualitativas a los eventos estresantes durante la adolescencia, analizando no solo la presencia y el número de éstos sino el tipo de circunstancia de que se trate y, sobre todo, la forma en la que el chico o la chica la vive. Los resultados disponibles hasta el momento reflejan que los estresores más importantes o graves en esta etapa tienden a ser eventos no normativos, es decir, sucesos que no suelen ser experimentados por la mayoría de los chicos y las chicas de estas edades. Entre estos sucesos no normativos que según la revisión de literatura efectuada resultan particularmente estresantes, destacan la muerte de un progenitor, el divorcio de los progenitores, el ingreso en prisión de algún miembro de la familia, el embarazo propio o de la pareja y el desempleo parental. Entre los eventos de carácter normativo –esto es, las preocupaciones, las dificultades y las tensiones cotidianas que son parte de la vida de la mayor parte de los adolescentes–, son aquellos provenientes del ámbito familiar y del grupo de iguales los citados con más frecuencia: el cambio de centro educativo, el conflicto entre padres e hijos y problemas en las relaciones con los iguales (Graber, 2004; Musitu, Buelga, Lila, & Cava, 2004).

En nuestro entorno más inmediato, el citado estudio de Oliva *et al.* (2008) se ha ocupado de realizar un acercamiento cualitativo a la realidad de los adolescentes sevillanos en lo que a eventos estresantes se refiere. Los acontecimientos vitales estresantes más frecuentes encontrados en este estudio fueron el cambio de clase, la muerte de un familiar cercano y la ruptura de la relación con la

pareja. En cuanto al impacto emocional causado por estos eventos, el fallecimiento de un familiar, las broncas y la ruptura con el mejor amigo, la enfermedad de un familiar, el engaño o la traición de la pareja y haber sufrido acoso o abuso sexual se situaron entre los principales acontecimientos.

Estos autores descubrieron que, en algunas ocasiones, se combinó una alta frecuencia junto con un elevado impacto emocional; así fue en el caso de la muerte de un familiar, la ruptura de la relación de pareja, las broncas y conflictos con los padres y la ruptura con el mejor amigo. Sin embargo, hubo otros eventos experimentados por pocos adolescentes pero que, cuando ocurrían, resultaban altamente impactantes, tales como haber sufrido acoso o abuso sexual y que algún familiar cercano padeciera alguna deficiencia o enfermedad mental grave.

La vivencia de sucesos estresantes durante la adolescencia en función del sexo

Algunos autores se han ocupado también de evaluar la existencia de diferencias en la vivencia de sucesos estresantes durante la adolescencia entre chicos y chicas. En general, estas diferencias no han sido confirmadas si consideramos la acumulación de estresores (por ejemplo, Oliva *et al.*, 2008), así como si nos referimos al impacto emocional causado estas experiencias (por ejemplo, Kim, Conger, Elder, & Lorenz, 2003). No obstante, a pesar de esta aproximación cuantitativa a la experimentación diferencial de eventos estresantes entre chicos y chicas adolescentes, aún adolecemos de investigaciones que se hayan ocupado de probar la existencia de diferencias en función del sexo desde una perspectiva cualitativa de exploración del estrés psicosocial. Por tanto, es posible que un análisis cualitativo diferencial de la vivencia de eventos estresantes entre chicos y chicas pudiera poner de manifiesto la existencia de patrones divergentes para contextos concretos del desarrollo.

Objetivos

Bajo la cobertura de un Convenio de Colaboración entre la Universidad de Sevilla y el Ayuntamiento de esta ciudad, nuestro equipo de investigación viene desarrollando una investigación encaminada a examinar las dimensiones y los procesos más relevantes para el funcionamiento familiar como contexto de desarrollo. En el marco de esta investigación hemos abordado, entre otros aspectos, el estudio del ajuste de los chicos y chicas durante la adolescencia. En el presente artículo, vamos a presentar un análisis de los eventos estresantes experimentados por una muestra de adolescentes de la ciudad de Sevilla más amplia que las disponibles hasta el momento. Concretamente, nos proponemos como objeto de este artículo:

- En primer lugar, describir la prevalencia de eventos vitales estresantes durante la adolescencia y su relación con el impacto emocional.
- En segundo lugar, explorar los acontecimientos estresantes más frecuentes e impactantes durante la adolescencia.
- Finalmente, examinar posibles diferencias en la vivencia de sucesos estresantes entre chicos y chicas durante la adolescencia.

Método

Participantes

La muestra consistió en 623 chicos y chicas entre 11 y 17 años de edad ($M = 13'12$, $DT = 1'47$) desde el último ciclo de Educación Primaria hasta el primer curso de Bachillerato, que se distribuían equitativamente en función del sexo (50'2% de varones). La mayor parte de estos chicos y chicas (80% de la muestra total) seguía ordinariamente el currículum educativo, requiriendo de medidas educativas especiales un pequeño porcentaje de la muestra, tales como refuerzo (10%) y apoyo escolar (10%).

Instrumentos

Oliva *et al.* (2008) diseñaron el *Inventario de Acontecimientos Vitales Estresantes*, en el que se incluye un listado de 29 sucesos negativos o potencialmente problemáticos que recogen el tipo de experiencias estresantes que pueden darse durante la adolescencia en el ámbito personal, familiar, escolar y de los iguales. Este instrumento ofrece dos puntuaciones, que fueron empleadas en este estudio: una medida claramente cuantitativa –relativa al número de acontecimientos vitales estresantes experimentados– y otra de carácter cualitativo –referente al impacto emocional causado por cada uno de los acontecimientos experimentados en una escala de 1 a 10–. La fiabilidad del instrumento con esta muestra de adolescentes, empleando el coeficiente *alfa* de Cronbach, fue de 0.71 para la subescala de número de eventos experimentados y de 0.76 para el impacto emocional causado por dichos eventos.

Procedimiento

En el marco del Convenio de Colaboración descrito, dos miembros de nuestro equipo de investigación acudieron a 30 colegios e institutos de la ciudad de Sevilla, distribuidos en las cinco grandes zonas de la ciudad. En una sesión lectiva ordinaria, los chicos y chicas participantes completaron el cuestionario diseñado por Oliva y su equipo de forma anónima y auto-administrada, durante 15 minutos aproximadamente.

Resultados

La prevalencia de eventos vitales estresantes durante la adolescencia y su relación con el impacto emocional

La figura 1 refleja la distribución muestral del número de eventos estresantes experimentados por estos chicos y chicas en los últimos cinco años. Como puede observarse en este gráfico, hallamos una media de 5'82 sucesos, con una desviación tipo de 3'62. En cuanto al impacto emocional, dividimos su puntuación total entre el número de eventos afrontados por cada adolescente, de manera que este indicador reflejara el impacto emocional promediado, con los mismos valores mínimos y máximos para cada adolescente con independencia del número de sucesos que experimente. El valor de este indicador asciende a 4'90 ($DT = 2'18$) y también ha sido recogido en este gráfico.

Para completar el análisis cuantitativo de los sucesos estresantes experimentados por la muestra del estudio, exploramos la tesis de la acumulación de factores de riesgo durante la adolescencia a través de la evaluación de eventos estresantes cotidianos y negativos. Se halló un coeficiente de Pearson $r = 0.229$ al correlacionar el número de eventos estresantes y el impacto emocional promediado, a un nivel de significación $p = 0.000$; es decir, a medida que a medida que los adolescentes reúnen más sucesos estresantes en sus vidas, el impacto emocional causado por cada uno de ellos es mayor.

Una aproximación cualitativa a los acontecimientos vitales estresantes durante la adolescencia

Para llevar a cabo un análisis cualitativo de los datos disponibles, examinamos cada uno de los estresores de forma individual. La figura 2 recoge el listado de acontecimientos evaluados. Como en ella puede apreciarse, los

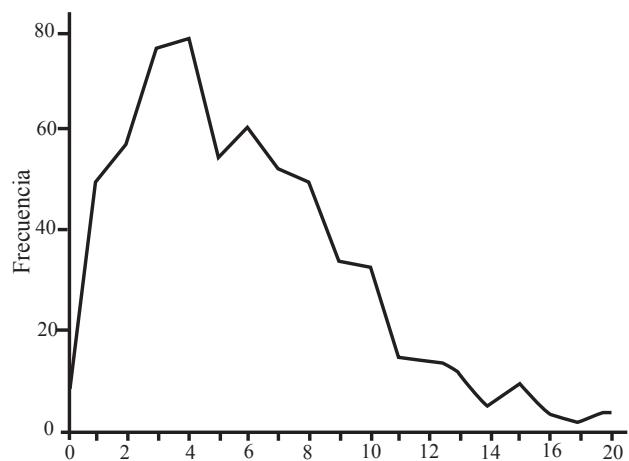


Figura 1. Distribución muestral de los eventos estresantes experimentados globalmente.

eventos están ordenados en función de su frecuencia y, en cada caso, también aparece la puntuación media de impacto emocional obtenido para cada uno de estos eventos, en una escala de 1 a 10.

Como puede observarse, entre los sucesos más frecuentes predominaron los relacionados con el contexto escolar (cambio de compañeros de clase, repetición de curso y cambio de centro), acompañados de la muerte de un familiar cercano. En relación con los eventos más impactantes, sin embargo, fueron los acontecimientos del ámbito familiar y personal los que causaron mayor afectación: el embarazo propio o de la pareja (impacto emocional promedio de 8'17 en una escala con un máximo de 10), la muerte de un familiar, que un pariente cercano sufriera una enfermedad o accidente de importancia, así como que

padeciera un problema de salud mental (6'75 en todos los casos). Sufrir una enfermedad o accidente de importancia (6'47) y el engaño de la pareja (6'53) les siguieron en orden en cuanto al impacto emocional con el que fueron vividos por los chicos y las chicas de la muestra.

Un análisis conjunto de la frecuencia y el impacto emocional nos permitió descubrir la presencia de eventos muy frecuentes y, a su vez, altamente impactantes, como la muerte de un familiar o que un pariente cercano sufriera un accidente o enfermedad de importancia. Sin embargo, otros eventos que no se incluyeron entre los más frecuentes también causaron una gran afectación en los chicos y chicas evaluados, como el embarazo propio o de la pareja (que afectó a un 1% de la muestra con un impacto promediado de 8'17), un problema de salud mental de un

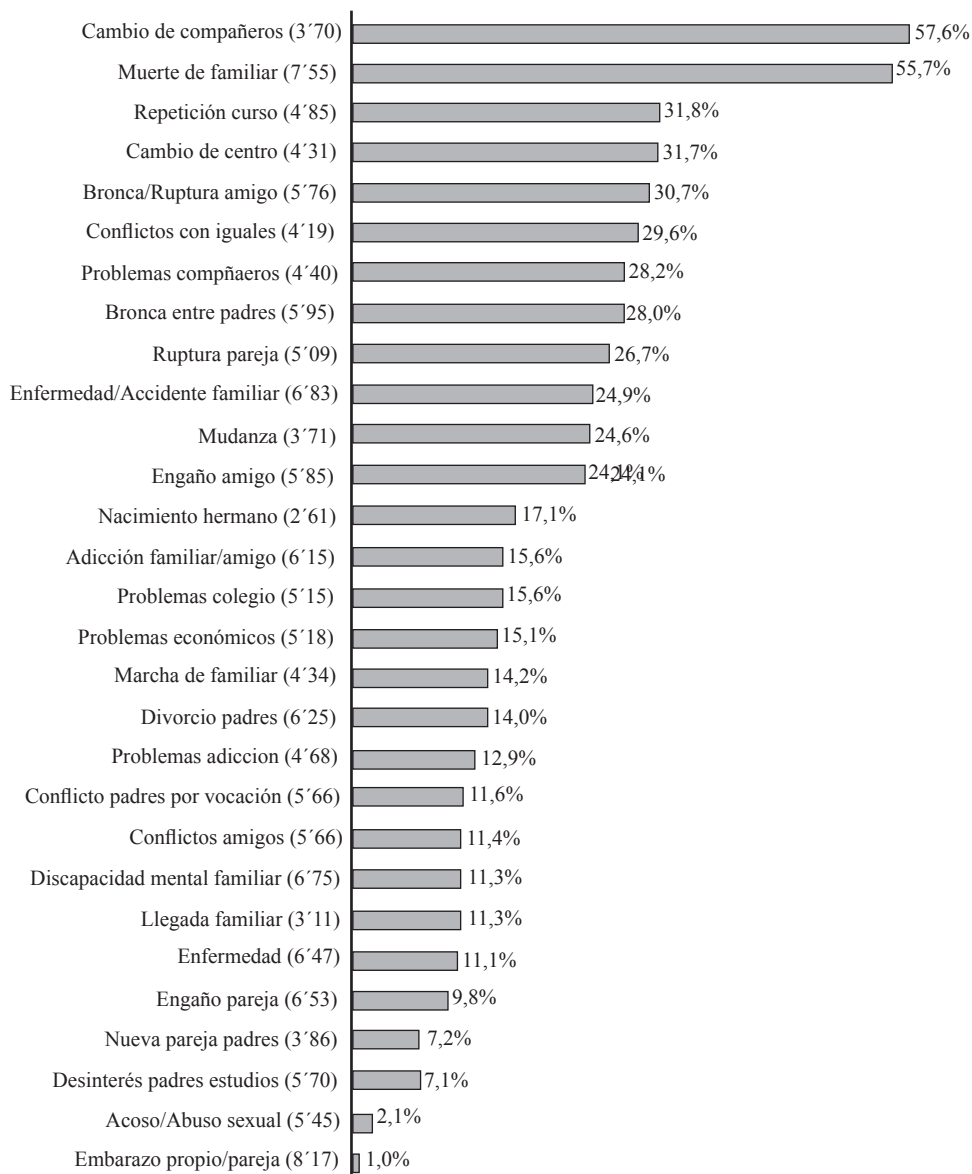


Figura 2. Impacto emocional (paréntesis) y acumulación (barras) de cada uno de los acontecimientos vitales estresantes evaluados.

familiar (presente en un 11'3% de los casos pero con una afectación media de 6'75), el engaño de la pareja (que se produjo en un 9'8% de las ocasiones, impactando como media con una puntuación de 6'53) y la adicción de un familiar o amigo cercano (existente un 15'6% de las veces, con una afectación de 6'15).

La vivencia de sucesos estresantes durante la adolescencia en función del sexo

Trabajar con una muestra amplia de adolescentes nos permitió explorar de forma diferenciada la vivencia de eventos estresantes en el caso de los chicos varones, por un lado, y de las chicas, por otro.

En la tabla 1 pueden observarse las puntuaciones alcanzadas diferenciadamente por los chicos y las chicas de nuestro estudio, desde una perspectiva global. La comparación estadística de estas puntuaciones, en la que se asumió en todo momento la igualdad de varianzas, puso de manifiesto la existencia de diferencias significativas en el impacto emocional causado por estos eventos, siendo las chicas de nuestra muestra las que experimentaron más negativamente cada uno de los estresores ($t_{586} = 2'416$, $p = 0.016$), a pesar de que el número de eventos informados fue similar al de sus iguales varones ($t_{613} = 1'258$, $p = 0.209$).

Para completar el examen de los eventos estresantes en la adolescencia en función del sexo, realizamos una aproximación cualitativa a esta diferenciación. Para ello, en la tabla 2 hemos recogido los resultados obtenidos por los chicos y las chicas de la muestra en cada uno de los sucesos estresantes evaluados, considerando no solo la frecuencia de cada evento, sino también el impacto emocional promedio causado por los mismos para unos y otras. Para contrastar posibles diferencias en la acumulación de eventos estresantes en función del sexo se utilizó el estadístico Chi cuadrado. En el caso del impacto emocional, se ha utilizado la prueba t para muestras independientes.

Una primera aproximación a los resultados mostrados en esta tabla refleja la existencia de un patrón

considerablemente similar entre los chicos y chicas de la muestra, ya que los contrastes estadísticos efectuados arrojaron diferencias significativas en función del sexo únicamente en la frecuencia y el impacto emocional causados por algunos eventos.

Por otro lado, un análisis centrado en las diferencias encontradas ofrece algunos resultados interesantes. En el caso de las chicas, junto al cambio de centro, se observa una mayor frecuencia de problemas interpersonales en comparación con sus iguales varones (engaño o traición de un amigo o amiga, bronca o ruptura de la relación de amistad). En el caso de los chicos, se observa una mayor presencia de problemas de comportamiento, en el instituto y en las relaciones con otros iguales que no son amigos. En relación con los eventos más impactantes, si prestamos atención a aquellos sucesos que resultan relativamente frecuentes (experimentados por más de una cuarta parte de los adolescentes), se observa que chicos y chicas viven con distinto nivel de intensidad algunos eventos, como por ejemplo los problemas entre los padres (afectan más a las chicas que a los chicos) y repetir curso (experiencia vivida de manera más negativa por los chicos).

Discusión

El primer objetivo perseguido en este estudio fue describir la prevalencia de eventos vitales estresantes durante la adolescencia y su relación con el impacto emocional. Los resultados sobre la prevalencia de estresores que hemos encontrado en nuestro trabajo ($M = 4'90$) son muy similares a los obtenidos por los creadores de la escala (Oliva *et al.*, 2008) y van en la línea de revisiones anteriores (Goossens, 2006), confirmando la noción de vulnerabilidad asociada al período adolescente que comentamos en la introducción de este trabajo.

Así mismo, no es de extrañar que los resultados de nuestra investigación nos permitieran confirmar la tesis de la acumulación de factores de riesgo durante la adolescencia expuesta al inicio de este documento a través de la evaluación de eventos estresantes cotidianos y negativos. La correlación realizada entre el número de eventos estresantes y el impacto emocional promedio, positiva y significativa a nivel estadístico, nos permite hacer la lectura de que, a medida que los adolescentes reúnen más sucesos estresantes en sus vidas, el impacto emocional causado por cada uno de ellos es mayor.

Coincidimos con Rutter y sus colaboradores (1970, cit. en Atzaba-Poria *et al.*, 2004) en que este fenómeno puede deberse a que las estrategias de afrontamiento de los adolescentes se saturan ante la necesidad de hacer frente a un número en ocasiones considerable de eventos estresantes. Según esta consideración, se produciría una sobrecarga en los recursos de afrontamiento que dificultaría la capacidad del adolescente para responder de forma eficaz al estrés, de modo que la respuesta emocional

Tabla 1. Descriptivos y estadísticos de contraste de la acumulación de acontecimientos vitales estresantes (AVE) y el impacto emocional experimentados globalmente por chicos y chicas.

	Nº de AVE	Impacto emocional
Chicos M (DT)	5'62 (3'76)	4'66 (2'15)
Chicas M (DT)	5,99 (3,47)	5'10 (2'18)
Prueba de contraste	$t_{586} = 2'416^*$	$t_{613} = 1'258$

* $p < .05$

provocada ante un estresor sería mayor cuando previamente hubiera existido la necesidad de afrontar otros eventos negativos.

En segundo lugar, nos propusimos realizar una aproximación cualitativa a los acontecimientos estresantes durante la adolescencia. Los resultados expuestos en nuestro estudio nos han permitido confirmar, con un grupo numeroso de chicos y chicas de distintas zonas de la ciudad de Sevilla, que son los eventos estresantes relacionados con el ámbito de los iguales, particularmente los provenientes del contexto escolar, los que predominan durante la adolescencia. Sin embargo, son aquéllos que se

producen fundamentalmente en el ámbito familiar, junto con las cuestiones personales (particularmente las propias de la relación de pareja), los que resultan más impactantes.

Las conclusiones que pueden derivarse de esta exploración cualitativa permiten una lectura, a nuestro parecer, de gran calado en el ámbito de la intervención familiar. Los eventos estresantes padecidos en el seno familiar sitúan a los chicos y chicas adolescentes ante una mayor probabilidad de experimentar dificultades en el ámbito emocional. Por ello, apostar por el fomento de ambientes familiares estables y protectores, a través de programas de formación de padres como el que

Tabla 2. Descriptivos y estadísticos de contraste de la acumulación (AC) y el impacto emocional (IE) de cada uno de los acontecimientos vitales estresantes experimentados por chicos y chicas.

	Chicos		Chicas		Prueba de contraste ¹	
	AC (%)	IE (M)	AC (%)	IE (M)	AC (%)	IE (M)
Cambio de compañeros	43,5%	3'60	41,2%	3,75	n.s.	n.s.
Muerte de familiar	46'9%	7'33	41'7%	7'72	n.s.	n.s.
Repetición curso	34'8%	5'38	28'8%	4'24	n.s.	t ₁₈₉ =-2'55*
Cambio de centro	28'1%	4,29	34,6%	4,19	χ ² =3'10*	n.s.
Bronca/Ruptura amigo	21'9%	5'30	39'5%	5'97	χ ² =22'40***	n.s.
Conflictos con iguales	33'2%	3'82	25'2%	4'57	χ ² =4'77*	n.s.
Problemas compañeros	29'7%	4,30	26'9%	4'50	n.s.	n.s.
Bronca entre padres	25'2%	5'38	30'5%	6'37	n.s.	t ₁₆₇ =2'27*
Ruptura pareja	26'5%	4'69	26'9%	5'41	n.s.	n.s.
Enfermedad / Accidente familiar	24'8%	6'41	25'2%	7'25	n.s.	n.s.
Mudanza	24'2%	3'65	24'6%	3'82	n.s.	n.s.
Engaño amigo	17'4%	5'27	31'1%	6'17	χ ² =15'70***	n.s.
Nacimiento hermano	15,8%	3'40	18'5%	1'93	n.s.	t ₁₆₃₆₈ =-2'58*
Adicción familiar/amigo	16,1%	5'63	14'9%	6'73	n.s.	n.s.
Problemas colegio/instituto	18'7%	5'21	12'3%	5'03	χ ² =4'85*	n.s.
Problemas económicos	14'8%	5,26	15'2%	5'20	n.s.	n.s.
Marcha de familiar	12'9%	3'95	15'3%	4'53	n.s.	n.s.
Divorcio padres	11'6%	6'00	15'9%	6'38	n.s.	n.s.
Problemas adicción	14'5%	4'51	11'3%	4'88	n.s.	n.s.
Conflicto padres por vocación	11'6%	5'18	11'3%	6'00	n.s.	n.s.
Conflictos amigos	12'0%	4'81	11'0%	6'61	n.s.	t ₆₈ =2'58*
Discapacidad mental familiar	10'6%	6'18	12'0%	7'28	n.s.	n.s.
Llegada familiar	11'7%	2'44	10'7%	3'64	n.s.	n.s.
Enfermedad	11'7%	5'94	10'7%	7'03	n.s.	n.s.
Engaño pareja	9'7%	6'39	9'7%	6'53	n.s.	n.s.
Nueva pareja padres	5'5%	3'13	8'8%	4'15	n.s.	n.s.
Desinterés padres estudios	7'7%	5'35	6'5%	6'05	n.s.	n.s.
Acoso / Abuso sexual	1'6%	5'33	2'6%	5'50	n.s.	n.s.
Embarazo propio/pareja	1'3%	8'00	0'6%	8'50	n.s.	n.s.

1. Únicamente han sido representados los valores de los estadísticos de contraste cuyo resultado ha alcanzado la significatividad estadística: *= $p < 0.05$ **= $p < 0.01$ ***= $p < 0.001$

desarrollamos junto con el Ayuntamiento de Sevilla en el ámbito de la preservación familiar, puede resultar una herramienta de utilidad para favorecer el ajuste emocional de los chicos y chicas que crecen en estos hogares.

En tercer lugar, en este trabajo hemos examinado la existencia de diferencias en la vivencia de sucesos estresantes entre chicos y chicas durante la adolescencia. Por un lado, el análisis cuantitativo diferencial de los estresores experimentados por los chicos y las chicas de nuestro estudio puso de manifiesto una mayor vulnerabilidad emocional de las adolescentes de nuestra muestra, en comparación con sus iguales varones. En discrepancia con estos resultados, en otras ocasiones no se han hallado diferencias significativas entre chicos y chicas si nos referimos al impacto emocional causado estas experiencias (Kim *et al.*, 2003).

Una explicación a las diferencias halladas entre chicos y chicas en cuanto al impacto emocional causado por los eventos estresantes puede encontrarse en la mayor vulnerabilidad de las segundas a padecer problemas emocionales. Se ha demostrado de forma reiterada que las chicas tienen más probabilidades de experimentar problemas de internalización, depresión y ansiedad que los chicos en la etapa adolescente, independientemente del país y de la cultura en la que se hayan llevado a cabo las investigaciones (por ejemplo, Abad, Forn, Amador, & Martorell, 2000; Lemos, Vallejo, & Sandoval, 2002). Aunque aún no se dispone de una explicación consistente sobre cuáles pueden ser las razones que justifiquen esta especial vulnerabilidad, es posible que la experimentación de estrés durante la adolescencia se produzca más precozmente para las chicas que para sus iguales varones, cuando aún no han desarrollado las habilidades o competencias que necesitan para afrontar las nuevas situaciones a las que deberán adaptarse durante la adolescencia, causando por tanto un mayor malestar emocional (Graber, 2004).

Por otro lado, el análisis cualitativo diferencial entre chicos y chicas ofrece, también, resultados interesantes, orientando a nuestro parecer algunas de las acciones preventivas a desarrollar con chicos y chicas adolescentes en el ámbito del estrés psicosocial. En primer lugar, una primera lectura de los mismos avala la necesidad de realizar intervenciones preventivas con todos los adolescentes independientemente de su sexo, y justifica la adecuación de realizar acciones compartidas para unos y otras. En segundo lugar, los datos ofrecidos en este estudio dan indicios del modo en que estas acciones pueden ajustarse a las necesidades asociadas particularmente a unos u otras. Así, observamos cómo las chicas experimentan una particular vulnerabilidad ante algunos aspectos más relacionados con el componente afectivo de las relaciones interpersonales, de modo que cobra sentido prestar una mayor atención a este campo en el trabajo con las adolescentes (Graber, 2004). Nuestros resultados también

destacan como un área especialmente significativa en los chicos los comportamientos disruptivos, especialmente los relacionados con el ámbito escolar. Estas diferencias han sido ampliamente señaladas en la literatura disponible sobre el tema (por ejemplo, Martín, & Velarde, 2001; Bruyn, De Kovic, & Meijen, 2003) y justificarían una particular atención a los problemas que los adolescentes varones pueden experimentar en este campo.

En definitiva, el análisis pormenorizado que hemos realizado acerca del estrés psicosocial experimentado por una amplia muestra de adolescentes permite, desde nuestro punto de vista, extraer algunas conclusiones relevantes en el ámbito preventivo y de intervención. Parte de este interés tiene su raíz, a nuestro parecer, en algunas decisiones metodológicas asumidas en el diseño de esta investigación y que serán comentadas en primer lugar.

Para llevar a cabo esta exploración de los eventos vitales estresantes durante la adolescencia optamos por la evaluación del impacto emocional a través de un procedimiento de autoinforme, reduciendo los costes de investigación sin renunciar a la riqueza de los aspectos psicológicos en la experimentación de eventos estresantes. Sin embargo, aún son escasas las ocasiones en que los investigadores han desarrollado instrumentos de medición empleando una conceptualización transaccional, en la que hayan incluido preguntas sobre el grado en que estos eventos específicos se perciben como excedentes a los recursos del individuo (Grant *et al.*, 2003). En este sentido, consideramos que el estudio presentado posee un valor añadido en el campo de la investigación aplicada, pues nos ha permitido obtener información cualitativa relevante para la toma de decisiones en el ámbito de la intervención con adolescentes. Además, la posibilidad de realizar esta investigación con una amplia muestra de sujetos nos ha concedido la oportunidad de llevar a cabo análisis diferenciados entre chicos y chicas, análisis que han permitido esclarecer las comunalidades y particularidades más relevantes a considerar en el diseño de programas de intervención ajustados a unos y otras.

En segundo lugar, cabe atender a las implicaciones propiamente dichas de esta investigación en el ámbito de la prevención y la intervención con chicos y chicas adolescentes. Entre ellas, podemos destacar la importancia de atender a los eventos vitales estresantes durante el período adolescente; importancia que ha puesto de manifiesto, a nuestro entender, la necesidad de desarrollar acciones preventivas que favorezcan estrategias eficaces para afrontar la acumulación de estrés psicosocial y que promuevan, en definitiva, procesos de adaptación positivos.

Nuestros datos apuntan hacia la adecuación de desarrollar este tipo de intervenciones en el seno de las instituciones escolares, en torno a las cuales se observa una mayor acumulación de elementos estresantes. Si consideramos, además, que durante la adolescencia la

interacción con los iguales se circunscribe en gran medida a la escuela, este entorno se establece como un ámbito de intervención especialmente propicio para promover actuaciones encaminadas a desarrollar estrategias que permitan a chicos y chicas afrontar la acumulación de estrés psicosocial de forma satisfactoria.

Siendo cierto lo que acaba de argumentarse, es importante resaltar la necesidad de desarrollar a su vez actuaciones en el contexto familiar, ya que en gran medida es en el ámbito de la familia donde chicos y chicas viven de forma más negativa los acontecimientos estresantes que experimentan durante la adolescencia. Como diversos autores vienen señalando, aunque en el período adolescente los iguales comienzan a adquirir un papel relevante, el familiar continúa siendo un contexto fundamental, y los resultados de nuestro estudio no son sino un ejemplo más de esta realidad (Oliva, 2003).

Nuestros resultados evidencian, además, la adecuación de trabajar con chicos y chicas de forma conjunta para el desarrollo de estrategias de afrontamiento de eventos estresantes, dado que unos y otras muestran un patrón bastante similar en cuanto a la acumulación y el impacto emocional causado por el estrés psicosocial durante el período adolescente. Esta actuación conjunta, sin embargo, debe ser matizada para atender de forma diferenciada a algunas necesidades, poniendo especial atención a la vulnerabilidad de las chicas ante los eventos estresantes relacionales y teniendo en cuenta, en el caso de los chicos, su particular sensibilidad a experimentar comportamientos disruptivos, especialmente en el ámbito escolar.

En definitiva, el estudio presentado a lo largo de estas páginas arroja cierta luz sobre el papel de los eventos vitales estresantes durante la adolescencia y su relevancia como ámbito de estudio y actuación significativo para chicos y chicas durante este período. Será necesario poner en marcha intervenciones preventivas fundamentadas en los resultados de investigaciones como la nuestra, así como continuar profundizando en el estudio de esta dimensión, particularmente por la relación que este tipo de eventos puede mantener con el desarrollo de problemas de ajuste durante la adolescencia y que no ha sido explorada en esta investigación.

Referencias

Abad, J., Forns, M., Amador, J.A., & Martorell, B. (2000). Fiabilidad y validez del Youth Self Report en una muestra de adolescentes. *Psicothema*, 12 (1), 49-54.

- Atzaba-Poria, N., Pike, A., & Deater-Deckard, K. (2004). Do risk factors for problem behaviour act in a cumulative manner? An examination of ethnic minority and majority children through an ecological perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45 (4), 707-718.
- Bruyn, E. H., Dekovic, M., & Meijnen, G. W. (2003). Parenting, goal orientations, classroom behavior, and school success in early adolescence. *Applied Developmental Psychology*, 24, 393-412.
- Canalda, G., & Carbonés, J. (2005). Acontecimientos vitales. En L. Ezpeleta (Ed.), *Factores de riesgo en psicopatología del desarrollo* (págs. 337-358). Barcelona: Masson.
- Casullo, M.M. (1998). *Adolescentes en riesgo. Identificación y orientación psicológica*. Buenos Aires: Paidós.
- Compas, B.E. (2004). Processes of risk and resilience during adolescence. En R.M. Lerner, & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology* (2^a Ed., págs. 263-296). New Jersey: Wiley.
- Dekovic, M. (1999). Risk and protective factors in the development of problem behavior during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 28 (6), 667-685.
- Goossens, L. (2006). Emotion, affect, and loneliness in adolescence. En S. Jackson y L. Goossens (Eds.), *Handbook of Adolescent Development* (págs. 51-70). Padstow, Cornwall: Psychology Press.
- Graber, J.A. (2004). Internalizing problems during adolescence. En R.M. Lerner y L. Steinberg (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology* (2^a Ed., págs. 587-626). New Jersey: Wiley.
- Grant, K.E., Compas, B.E., Stuhlmacher, A.F., Thurm, A.E., McMahon, S.D., & Halpert, J.A. (2003). Stressors and child and adolescent psychopathology: Moving from markers to mechanisms of risk. *Psychological Bulletin*, 129 (3), 447-466.
- Kim, K.J., Conger, R.D., Elder, G.H., & Lorenz, F.O. (2003). Reciprocal influences between stressful life events and adolescent internalizing and externalizing problems. *Child Development*, 74 (1), 127-143.
- Lemos, S., Vallejo, G., & Sandoval, M. (2002). Estructura factorial del Youth Self-Report (YSR). *Psicothema*, 14 (4), 816-822.
- Martín, M., & Velarde, O. (2001). *Informe juventud en España*. Madrid: Instituto de la Juventud.
- Musitu, G., Buelga, S., Lila, M., & Cava, M. J. (2004). *Familia y adolescencia*. Madrid: Síntesis.
- Oliva, A. (2003). Adolescencia en España a principios del siglo XXI. *Cultura y Educación*, 15 (4), 373-383.
- Oliva, A., Jiménez, J., & Parra, Á. (en prensa). Protective effect of supportive family relationships on the influence of stressful life events on adolescent externalizing problems. *Anxiety, stress and coping*.
- Oliva, A., Jiménez, J., Parra, Á., & Sánchez-Queija, I. (2008). Acontecimientos vitales estresantes, resiliencia y ajuste adolescente. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 13 (1), 53-62.