

## **Título:**

Familia, Estrés Laboral y Calidad de Vida: Resultados Preliminares de un Estudio Piloto en la Provincia de Santa Cruz de Tenerife.

## **Autores:**

*Félix Pérez Quintana*, Dr. en psicología, profesor titular de psicología social (frperez@ull.es)

*José Ángel López Fernández*, Psicólogo, práctica privada clínica y laboral

*Domingo Jesús de la Rosa Díaz*, Psicólogo organizacional, Ministerio de Defensa

## **INTRODUCCIÓN**

Conseguir el equilibrio entre las demandas de los roles familiares y laborales constituye un reto diario para muchos trabajadores y trabajadoras de nuestro entorno. Ésto en sí mismo no debe constituir una fuente de insatisfacción o malestar. Al contrario afrontar distintos roles y retos puede ser una fuente de compensaciones, familiares, psicológicas, sociales y laborales con el correspondiente incremento del bienestar y la autoestima. Sin embargo, es una constatación cotidiana, que para muchas personas este reto supone una fuente de malestar y distrés que pueden desembocar en importantes desajustes personales y sociales. En este estudio se muestran los resultados preliminares obtenidos con una muestra de 71 trabajadores de la provincia de S/C de Tenerife que intenta abordar esta cuestión desde la perspectiva de considerar el "conflicto entre el trabajo y la familia" y el "conflicto entre la familia y el trabajo" como dos dimensiones independientes que pueden afectar de forma diferencial a los individuos en su bienestar y salud (Frone et al., 1996; Hughes & Galinsky, 1994).

## **OBJETIVOS E HIPÓTESIS**

El objetivo de este trabajo es estudiar el estado de malestar o salud general de una muestra de trabajadores y trabajadoras de la provincia de S/C de Tenerife en función del conflicto percibido entre la vida laboral, familiar y de ocio. Se hipotetiza que a mayor conflicto percibido en las tres dimensiones las personas mostrarán un peor estado de salud general. En concreto se espera que muestren mayores síntomas somáticos, depresivos y de ansiedad y una mayor disfunción social.

## **MÉTODO**

### **Participantes**

Muestra: 71 trabajadores, 33% hombres y 38% mujeres. 42,3% solteros, 53,6% casados y 8,5% otros. Edad entre 18 y 60 años.

## **Instrumentos**

1. Cuestionario general de salud de Goldberg, versión en escala (ghq-28; Golberg y Hillier, 1979). Con 4 subescalas: síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión severa.
2. 3 ítems específicos desarrollados para este estudio que indagan 1) en qué medida la persona siente que su vida laboral afecta a su trabajo, 2) en qué medida considera que la vida familiar afecta a la laboral y 3) en qué medida considera que la vida laboral afecta a su ocio. Se utiliza una escala tipo likert de 5 anclajes.

## **Procedimiento**

Los instrumentos fueron aplicados de forma incidental en trabajadores de empresas de servicios, sanidad y administración pública de la provincia de S/C de Tenerife durante 15 días.

## **RESULTADOS**

En primer lugar, las tres dimensiones del conflicto vida laboral-esfera personal están ínter correlacionadas en contra de lo esperado (ver tabla). En cuanto a la relación entre los tres tipos de conflicto y los indicadores de salud, la ansiedad e insomnio y la depresión severa arrojan los coeficientes más altos y significativos (ver tabla y gráficos)

## **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES**

Los resultados no apoyan la hipótesis de la independencia entre los tres tipos de conflicto. Sin embargo, si se confirman, en su mayor parte, la asociación entre los conflictos esfera personal-esfera laboral. Aquellas personas que manifiestan que su vida personal se ve afectada por la vida laboral tienden a manifestar de forma estadísticamente significativa síntomas somáticos, ansiedad e insomnio y depresión severa. Estos resultados concuerdan con los obtenidos por otros autores (Frone, et al, 1996; Hughes & Galinsky, 1994) en cuanto a la estrecha relación entre el conflicto interroles entre estas esferas y el distrés psicológico.

## **BIBLIOGRAFIA**

FRONE, M.R., RUSELL, M., & BARNES, G.M. (1996): WORK FAMILY CONFLICT, GENDER AND HELTH RELATED OUTCOMES: A STUDY OF EMPLOYED PARENTS IN TWO COMMUNITY SAMPLES. Journal of occupational health psychology, 77, 65-78.

GOLDBERG, D.P. y HILLIER, V.F. (1979): A SCALED VERSION OF THE GENERAL HEALTH QUESTIONNAIRE. PSYCHOLOGICAL MEDICINE, 9, 139-145

HUGHES, D.L. & GALINSKY, E. (1994) . GENDER, JOB AND FAMILY CONFLICT, AND PSYCHOLOGICAL SYMTOMS. PSYCHOLOGY OF WOMEN QUARTERLY, 18, 251-270.

## Anexo: Tablas y gráficos

**Tabla 1.- CORRELACION DE PEARSON ENTRE LAS TRES DIMENSIONES DEL CONFLICTO VIDA LABORAL Y VIDA PRIVADA**

		Interferencia negativa de su vida laboral en la familiar.	Interferencia negativa de lo familiar en lo laboral	Interferenci a negativa en la vida social
Interferencia negativa de su vida laboral en la familiar.	Correlación de Pearson	1	0,548 **	0,665 **
	Sig. (bilateral)		0,000	0,000
	N	70	69	70
Interferencia negativa de lo familiar en lo laboral	Correlación de Pearson	0,548 **	1	0,429 **
	Sig. (bilateral)	0,000		0,00021243
	N	69	70	70
Interferencia negativa en la vida social	Correlación de Pearson	0,665 **	0,429 **	1
	Sig. (bilateral)	0,000	0,000212434	
	N	70	70	71

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

**Tabla 2.- CORRELACIÓN DE PEARSON ENTRE LAS INTERFERENCIAS PERCIBIDAS DEL TRABAJO CON LA ESFERA PERSONAL Y LAS ESCALAS DE SALUD**

		SINTOMAS SOMATICOS	ANSIEDAD E INSOMNIO	DISFUNCIÓN SOCIAL	DEPRESION SEVERA
Interferencia negativa de su vida laboral en la familiar.	Correlación de Pearson	0,369 **	0,413 **	0,214	0,448 **
	Sig. (bilateral)	0,002	0,000	0,076	0,000
	N	70	70	70	70
Interferencia negativa de lo familiar en lo laboral	Correlación de Pearson	0,198	0,210	0,252 *	0,313 **
	Sig. (bilateral)	0,101	0,080	0,035	0,008
	N	70	70	70	70
Interferencia negativa en la vida social	Correlación de Pearson	0,373 **	0,336 **	0,140	0,411 **
	Sig. (bilateral)	0,001	0,004	0,244	0,000
	N	71	71	71	71

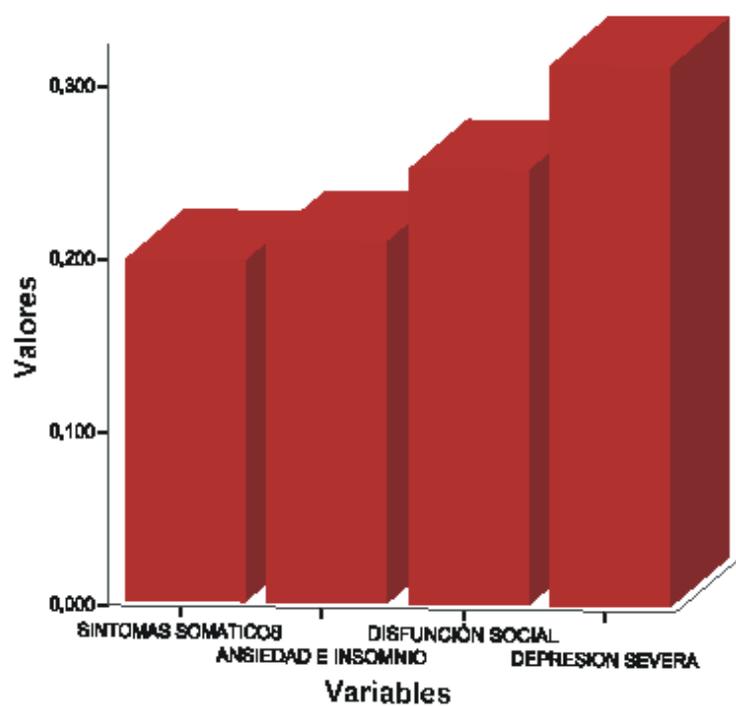
\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

\* . La correlación es significante al nivel 0,05 (bilateral).

## CORRELACIÓN DE PEARSON ENTRE LAS INTERFERENCIAS PERCIBIDAS DEL TRABAJO CON LA ESFERA PERSONAL Y LAS ESCALAS DE SALUD

Variables : Interferencia negativa de lo familiar en lo laboral

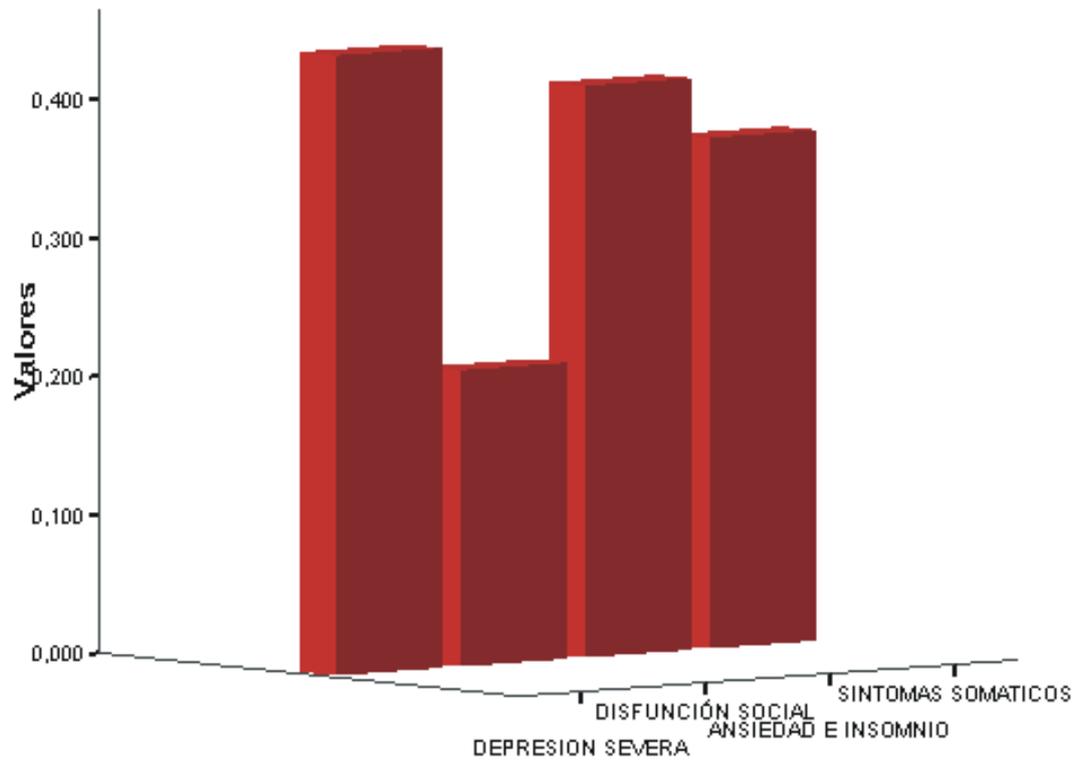
Estadísticos : Correlación de Pearson



## CORRELACIÓN DE PEARSON ENTRE LAS INTERFERENCIAS PERCIBIDAS DEL TRABAJO CON LA ESFERA PERSONAL Y LAS ESCALAS DE SALUD

Variables : Interferencia negativa de su vida laboral en la familiar.

Estadísticos : Correlación de Pearson



## CORRELACIÓN DE PEARSON ENTRE LAS INTERFERENCIAS PERCIBIDAS DEL TRABAJO CON LA ESFERA PERSONAL Y LAS ESCALAS DE SALUD

Variables : Interferencia negativa en la vida social

Estadísticos : Correlación de Pearson

