

El efecto del tiempo en desempleo y el apoyo social sobre la autoestima.

Adrián Garcilópez Marín

Universidad de Zaragoza

584311@unizar.es

Trabajo de investigación presentado como Trabajo de Fin de Grado para la obtención del Grado de Psicología por la Universidad de Zaragoza.

Director: Ángel Barrasa Notario.

Teruel, 22 de junio de 2016.

### Resumen

La literatura ha mostrado evidencia del efecto del desempleo y sus aspectos psicosociales en la salud física y psicológica. Para comprobarlo, el objetivo del presente estudio era averiguar en qué medida afectan el tiempo en desempleo y el apoyo social percibido en los niveles de autoestima de un grupo de desempleados usuarios de programas de orientación laboral. Del mismo modo, se quería averiguar si habría diferencias teniendo en cuenta de manera separada una dimensión de la cantidad del apoyo social y otra de la calidad. Se analizaron estas variables diferenciando por grupos de desempleados, en función de género, edad y tiempo en desempleo, y se comprobaron las diferencias. Los resultados reflejaron un efecto en la autoestima tanto del tiempo en desempleo como de la calidad del apoyo social. En cuanto a la cantidad del apoyo social, también se observó algún tipo de efecto, pero tuvo mucha más fuerza la calidad. Los resultados obtenidos son de relevancia para la labor profesional de la orientación laboral en España, un país con altas cifras de desempleo, por lo que se pueden extraer implicaciones prácticas de los resultados.

**Palabras clave:** autoestima, tiempo en desempleo, apoyo social.

### Abstract

Research has showed evidence about the effect of unemployment and its psychosocial aspects on physical and psychological health. Therefore, the aim of the current study was to find out how time of unemployment period and perceived social support affect self-esteem levels in a group of unemployed people who were users of labor counseling programs. Furthermore, it was wanted to be known whether there would be any differences considering differentially a quantity dimension of social support and a quality dimension of it. These variables were analyzed differentiating by groups, according to gender, age and time of unemployment, and differences were checked. Results reflected an effect on self-esteem from time of unemployment and social support quality. As to the quantity dimension of social support, it was also showed some kind of effect, but quality had a greater effect. The obtained results are relevant for the professional work of labor counselling in Spain, a country with high figures of unemployment, so some practical implications can be obtained from the results.

**Keywords:** self-esteem, time of unemployment, social support.

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística (2016), la tasa de desempleo en España ascendió del 9'6% al 26'94%, desde el primer trimestre de 2008 al primer trimestre de 2013. Los datos más actuales, del primer trimestre de 2016, reflejan una tasa de desempleo del 21%. Así pues, la tasa de desempleo ha descendido en estos tres años, pero sigue superando en más del 10% a la que había antes del comienzo de la crisis económica. Del mismo modo, según datos de Eurostat (2016), España es el país con la segunda tasa de desempleo más alta de la Unión Europea. Dentro de estos elevados porcentajes, en 2014, el 53'7% de las mujeres desempleadas lo eran de larga duración, es decir, 12 meses o más, y el 52'0% en el caso de los varones (Instituto Nacional de Estadística, 2015).

La pérdida de empleo es definida como un evento vital en el que una persona, de manera involuntaria, deja de tener un empleo remunerado (Latack, Kinicki y Prussia, 1995). A no ser que la persona encuentre un nuevo empleo de manera inmediata, la pérdida de empleo lleva a un periodo de desempleo (Latack et al., 1995). Este periodo es uno de los eventos más negativos en la vida de una persona, pues conlleva una privación económica que antes no se daba (Waters y Moore, 2001), así como una reducción del bienestar psicológico y la salud mental (McKee-Ryan, Song, Wanberg y Kinicki, 2005; Paul y Moser, 2009; Waters y Moore, 2001), una posible convalecencia de depresión (Sheeran, Abrams y Orbell, 1995; Waters y Moore, 2001), posibles efectos negativos de manera indirecta en la salud física (Bartley, 1994; Goldney, 1997) y en algunos casos incluso puede llevar al suicidio (Blakely, Collings y Atkinson, 2003). Hay considerable evidencia científica que muestra que el hecho de encontrarse en situación de desempleo correlaciona también de manera negativa con la autoestima del desempleado (Huyse-Gaytandheva, Groot, Pavlova y Joling, 2015; Rouxel, 2012; Solove, Frisher y Kraiger, 2015; Waters y Moore, 2001; Waters y Moore, 2002).

Es relevante conocer los efectos en la autoestima de los desempleados, dada la influencia del nivel de autoestima sobre el bienestar psicológico y la probabilidad de padecer trastornos psicológicos en personas en desempleo (Rouxel, 2012; Waters y Moore, 2001). Además la autoestima también puede tener un efecto sobre la propia situación laboral. En concreto, Huyse-Gaytandheva et al. (2015) encontraron que una autoestima baja es una variable significativamente predictora de la posibilidad de desempleo en mujeres, aunque no en hombres, si bien se observaba un efecto en ambos géneros al tratarse de puestos de alta dirección. Por otro lado, Solove et al. (2015)

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

observaron una mayor probabilidad de reinserción laboral meses después de la pérdida de empleo en aquellos desempleados con altos niveles de autoestima y apoyo social. Asimismo, el estudio de Rouxel (2012) encontró un efecto indirecto del nivel de autoestima sobre la motivación a buscar trabajo, dado el efecto positivo de ésta sobre el control percibido y el mismo efecto de éste sobre dicha motivación de búsqueda.

Por otro lado, el nivel de autoestima podría verse a su vez afectado por el tiempo que la persona lleva en desempleo. Así, Rouxel (2012) encontró una correlación negativa significativa entre la duración del desempleo y la autoestima, resultando de esta relación un efecto en otras variables afectadas, como estrés, control y apoyo percibidos, afectando a los resultados en bienestar psicológico, posibilidad de trastornos psicológicos y motivación a buscar un nuevo empleo. Del mismo modo, Solove et al. (2015) también encontraron una correlación negativa y significativa, aunque moderada, entre el número de años que las personas llevaban en desempleo y su nivel de autoestima.

Sin embargo, una serie de estudios podrían ser contradictorios con los señalados previamente. Por ejemplo, De Koning, Bourguignon y Roques (2015) no encontraron ninguna relación entre el tiempo que las personas llevaban en desempleo y su nivel de autoestima. Tan solo se veía un efecto del tiempo en desempleo en la autoestima cuando se tenía en cuenta junto con la variable de visión del mercado laboral como inaccesible, teniendo este efecto influencia solo en aquellos desempleados de larga duración. Del mismo modo, Waters y Moore (2001) y Creed, Bloxome y Johnston, (2001) tampoco encontraron relación entre autoestima y duración del periodo de desempleo.

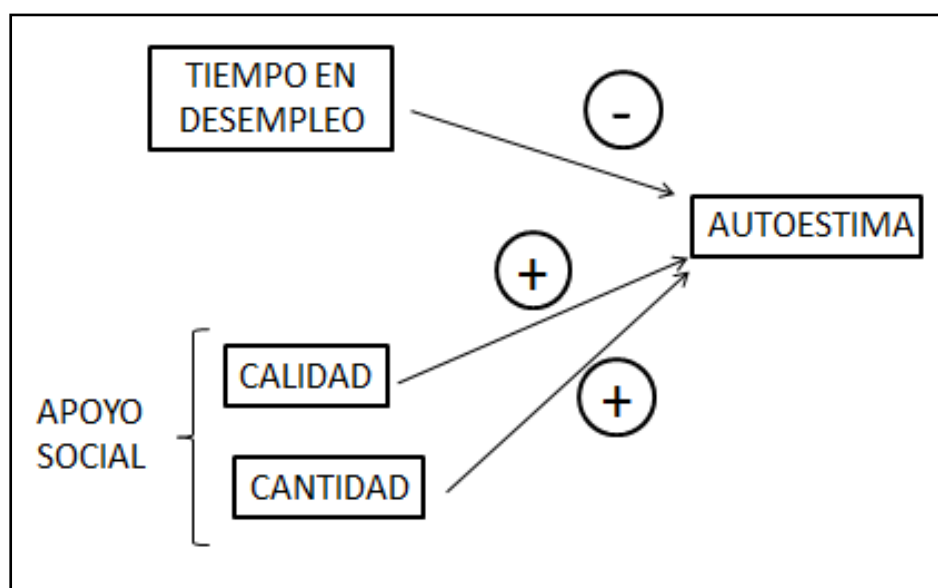
Es importante conocer el efecto que realmente ejerce la duración del desempleo sobre la autoestima, en vistas de las discrepancias existentes acerca de este tema. Además, los estudios con los que se cuenta están realizados en países con una tasa de desempleo más baja a la actual española, del 21%, por lo que sería relevante estudiar este efecto en dicho contexto.

Otra variable que puede jugar un papel importante en la autoestima del desempleado es el apoyo social. Si bien ya es conocido el efecto amortiguador del apoyo social en la situación de desempleo y que dicha situación afecta no solo al individuo sino que involucra también a toda su red social de apoyo (Jackson, 1988), diversos estudios han analizado la relación existente entre el apoyo social percibido por el desempleado y su autoestima (Maddy, Cannon y Lichtenberger, 2015; Rouxel, 2012; Solove et al., 2015, Waters y Moore, 2002). Waters y Moore (2002) encontraron una

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

correlación positiva y significativa, aunque moderada, entre autoestima y uso del apoyo social, así como que los beneficios del uso del apoyo social en el nivel de autoestima eran mucho más marcados en mujeres que en varones. Del mismo modo, Rouxel (2012) encontró una correlación positiva, alta y significativa entre la autoestima y el apoyo social percibido. Más recientemente, Solove et al. (2015) encontraron una correlación positiva y significativa, aunque moderada, entre el apoyo social a los desempleados y su nivel de autoestima. De la misma manera, Maddy et al. (2015) también encontraron entre ambas variables una relación positiva y significativa, en esta ocasión más alta. Además, a diferencia de Waters y Moore (2002), encontraron este efecto más marcado en varones que en mujeres.

Estos estudios tienen en cuenta el apoyo social percibido de manera general o incluso el uso que se hace del mismo, pero ninguno contempla una diferenciación entre la calidad y la cantidad de dicho apoyo social. Es por eso que resulta relevante estudiar si existe una diferencia en cuanto a estos aspectos en el efecto sobre la autoestima.



*Figura 1.* Modelo planteado en la hipótesis.

Así pues, en vistas de lo expuesto anteriormente, el objetivo de la presente investigación es conocer el efecto de la duración del periodo de desempleo y del apoyo social percibido sobre el nivel de autoestima de la persona desempleada, y ver cuál de los dos tiene efecto en ella. Se pretende estudiar estos efectos debido a las consecuencias de una baja autoestima en las personas desempleadas, y más concretamente se quiere conocer esta relación en España, país no contemplado por la

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

literatura disponible y altamente afectado por el desempleo. La hipótesis planteada es que se dará una correlación negativa y baja entre el tiempo en desempleo y la autoestima, como se ha encontrado en aquellos estudios que han tenido en cuenta la duración de este periodo (Creed et al., 2001; De Koning et al., 2015; Solove et al., 2015; Waters y Moore, 2001). Por el contrario, se espera una correlación alta y positiva entre el apoyo social percibido y el nivel de autoestima, dados los resultados con los que se cuenta (Maddy et al., 2015; Rouxel, 2012; Solove et al., 2015; Waters y Moore, 2002). Sin embargo, en dichos estudios se habla o bien del uso del apoyo social, o bien del apoyo social a nivel general, pero no se hace una distinción entre una dimensión cuantitativa y una cualitativa del mismo. Por ello, en este estudio se pretende observar si existe alguna diferencia entre estas dimensiones, aunque se cree que existirá un mayor efecto de la calidad que de la cantidad. Se pretende conocer si existen diferencias para las variables nombradas según género, edad y la cantidad del tiempo que las personas llevan en situación de desempleo. (Ver Figura 1).

### Método

#### Participantes

Las personas sobre las que se realizó el presente estudio fueron una muestra de 83 personas desempleadas. Todas ellas residían en la provincia de Zaragoza, y estaban inscritas en los servicios de orientación y formación laboral de una misma organización sindical, colaboradora con los servicios públicos de empleo de la Comunidad Autónoma de Aragón. De ellas, 55 personas eran mujeres y 28 eran varones. La media de edad era de 43,0 años, siendo el mínimo de 22 años y el máximo de 59. En cuanto al tiempo que llevaban en desempleo, la media era de 2 años y 4 meses, en un rango desde 1 mes hasta un máximo de 9 años.

#### Medidas

*Apoyo social.* Se tradujo al español el cuestionario de Sarason, Sarason, Shearin y Pierce (1987). El cuestionario contaba con 12 ítems. De ellos, 6 medían la cantidad de apoyo social percibido (p. ej. “¿Con quién puedes contar cuando necesitas ayuda?”, “¿Quién te acepta totalmente, incluyendo tus virtudes y tus defectos?”), para lo que tenían un máximo de 9 huecos para rellenar con las personas con las que creen que cuentan en cada situación planteada, si bien también era posible marcar la opción “Nadie”. Para cumplir con la confidencialidad, los participantes debían especificar cada persona escribiendo tan solo la relación que tenían con ella (madre, amigo, conocido, pareja...). Por otro lado, otras 6 preguntas medían la calidad del apoyo social percibido

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

con la pregunta “¿Como de satisfecho/a te sientes con el resultado?”, tras cada una de las preguntas acerca de la cantidad. Para contestarla, había una escala tipo Likert de 1 a 6, donde 1 sería “Muy insatisfecho/a” y 6 “Muy satisfecho/a”. Así, la cantidad del apoyo percibido se calculaba sumando el número total de respuestas de las 6 preguntas correspondientes, dividiendo el resultados entre 6 para obtener una cantidad media. Lo mismo se hacía para calcular la calidad, sumando todas las cifras contestadas, dividiendo el resultado entre 6. La fiabilidad del cuestionario es de 0,94 para la dimensión de calidad y de 0,89 para la de cantidad.

*Autoestima.* Se utilizó una adaptación validada y traducida al español por parte de Atienza, Balaguer y Moreno (2000), de la Escala de Autoestima de Rosenberg (1965). Se trata de 10 ítems (p. ej. “Me siento una persona tan valiosa como las otras”, “Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso”) con una escala tipo Likert de 1 a 4 cada uno, donde 1 sería “Muy en desacuerdo” y 4 “Muy de acuerdo”. El resultado final es la suma de las 10 respuestas. La fiabilidad de dicho cuestionario es de 0,87.

*Tiempo en desempleo.* Se pedía a los participantes que escribieran el número de meses que llevaban en desempleo.

En cuanto a los datos sociodemográficos, se preguntaba su edad y su género.

## Procedimiento

De las 83 personas, a 16 de ellas se les pasó el cuestionario de manera presencial en diversas actividades de orientación laboral realizadas en el centro físico de la organización, mientras que las otras 67 contestaron al cuestionario de manera online, tras haberlo recibido vía e-mail desde dichos servicios de empleo.

En ambos formatos se les especificaba a los participantes la finalidad investigadora y académica del estudio. Aquellos que lo realizaban de manera presencial, recibían la información pertinente de manera escrita y hablada, mientras que los que lo respondieron vía online lo recibían por escrito. Se les explicaba que, dada su situación de desempleo, se precisaba de su colaboración desinteresada en una investigación que tenía como objetivo la ampliación de los conocimientos acerca de los efectos del desempleo. Así, para evitar posibles sesgos, no se les especificaba las variables que se pretendían relacionar ni la hipótesis barajada. No obstante, sí se les comunicaba esta información una vez que habían rellenado el cuestionario si así lo deseaban, así como la posibilidad de conocer los resultados cuando estuvieran disponibles. Se les garantizaba el carácter anónimo y confidencial de la investigación, así como el fin únicamente investigador. Los participantes no recibían ninguna compensación económica ni

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

material por su participación, al igual que se les comunicaba que dicha investigación era ajena a su carácter de afiliado y/o receptor de programa de orientación laboral. En cuanto al formato online, se trataba de una hoja de cuestionario del servicio de Google Drive, registrándose de manera anónima e inmediata los resultados en una base de datos perteneciente al investigador. (Ver anexo I).

En cuanto a respuestas y cuestionarios descartados, dos de los cuestionarios no fueron tomados en cuenta para el análisis de resultados, dado que contestaron varias respuestas a un mismo ítem, lo cual no conformaba una respuesta válida. Por otro lado, en las preguntas acerca de la cantidad de apoyo social, varios de ellos rellenaron alguno de los huecos indicando que se trataba de su mascota. Cuando esto se daba, se descartaba esa respuesta si el ítem no se adecuaba a las cualidades y aptitudes de una mascota, pero sí se tenía en cuenta si lo hacía. Del mismo modo, algunas respuestas registradas en esas preguntas hacían referencia a la propia persona (“yo”, “yo mismo” o “prefiero la soledad”), las cuales eran descartadas independientemente del ítem al que respondieran, dado que lo que se quería medir era el apoyo con carácter social. Sin embargo, se tenían en cuenta el resto de respuestas al ítem en cuestión o, en caso de no haber más, se contaba como la opción “Nadie”, por lo que no había razones para descartar esos cuestionarios.

### Resultados

La puntuación media obtenida en autoestima fue de 28,88 puntos de un máximo de 40; de cantidad de apoyo social, 2,37 personas, y de calidad de apoyo social, 4,9 puntos de un máximo de 6.

En primer lugar, se realizaron las correlaciones de Pearson entre todas las variables a tener en cuenta. La variable Autoestima no correlacionaba significativamente con la variable de Tiempo en desempleo. Sin embargo, para el apoyo social la correlación resultaba no significativa entre las variables Autoestima y Cantidad del apoyo social, pero sí se observaba significación entre Autoestima y Calidad del apoyo social, con una correlación positiva de 0,39 ( $p < 0,01$ ). Por otro lado, se realizaron los análisis de fiabilidad de los cuestionarios, resultando un alfa de Cronbach de 0,909 para la dimensión de calidad del cuestionario de apoyo social; 0,91 para la de cantidad, y 0,86 para el cuestionario de autoestima. (Ver tabla 1).

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

Tabla 1

*Correlaciones de Pearson entre todas las variables.*

	1	2	3	4	5
1. Edad	——				
2. Tiempo en desempleo	0.28***	——			
3. Calidad del apoyo social	-0.06	0.14	0.909		
4. Cantidad de apoyo social	-0.07	0.02	0.309***	0.91	
5. Autoestima	0.02	-0.03	0.39***	0.16	0.86

\*\*\*  $p < 0.01$ 

Alfa de Crombach en la diagonal.

Se realizaron regresiones entre las principales variables tenidas en cuenta en la hipótesis planteada, es decir, regresiones con las variables Tiempo en desempleo, Calidad del apoyo social y Cantidad de apoyo social como independientes, y Autoestima como dependiente. De dichas regresiones resultó significativa aquella en la que Calidad del apoyo social era la variable independiente, con  $R^2$  del 15% y B de 1,98 ( $p < 0,01$ ). (Ver tabla 2).

Tabla 2

*Regresiones generales con Autoestima como dependiente.*

	$R^2$	B
Tiempo en desempleo	0.001	-0.009
Calidad del apoyo social	0.15	1.98***
Cantidad de apoyo social	0.02	0.65

\*\*\*  $p < 0.01$ 

Tras ello, se procedió a estudiar los efectos entre las principales variables, diferenciando entre diferentes grupos según edad, género y tiempo en desempleo. Para formar los grupos para las variables Edad y Tiempo en desempleo se empleó la mediana de cada variable, de tal manera que la muestra quedara dividida por la mitad. Así, se tomó como referencia para esa distinción en Edad el valor 44,00 años, y el valor 24,00 meses para Tiempo en desempleo, es decir, 2 años.

En cuanto a esta diferenciación para la relación entre las variables Tiempo en desempleo y Autoestima, resultaron no significativas las correlaciones para los dos grupos tanto de género como de edad. Sin embargo, si bien la correlación entre Tiempo

# TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

en desempleo y Autoestima no era significativa sin hacer una diferencia en el tiempo en desempleo, sí podemos hablar de un efecto significativo entre ambas para el segundo grupo, es decir, aquellas personas en desempleo desde hace más de 2 años, y no para aquellas cuyo periodo tiene una duración menor. Esto vendría a indicar que el tiempo que se lleva en desempleo tiene un efecto en la autoestima pasados los 2 años de duración de este periodo. La correlación entre ambas variables es de -0,302 ( $p < 0,10$ ) y en la regresión de Tiempo en desempleo sobre Autoestima la  $R^2$  es del 9,1%, con una pendiente de -0,08 ( $p < 0,10$ ). (Ver tabla 3) (Ver figura 2).

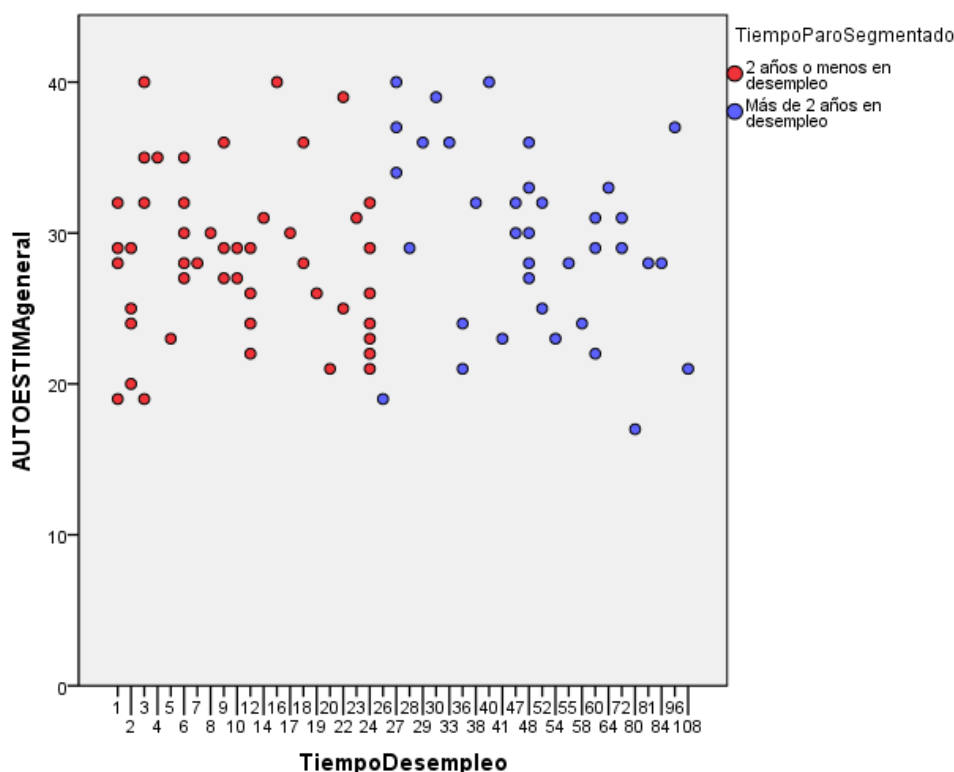
Tabla 3

*Correlaciones y regresiones con Autoestima como variable dependiente, diferenciando por edad, sexo y tiempo en desempleo.*

		Autoestima					
		-/= 44 años	+ 44 años	Hombres	Mujeres	-/= 2 años en desempleo	+ 2 años en desempleo
Tiempo en desempleo	$r_{xy}$	-0.16	0.09	-0.209	0.04	-0.06	-0.302*
	$R^2$	0.02	0.008	0.04	0.002	0.004	0.09
	$B$	-0.04	0.02	-0.04	0.009	-0.04	-0.08*
Calidad del apoyo social	$r_{xy}$	0.39***	0.404***	0.39**	0.44***	0.58***	0.11
	$R^2$	0.15	0.16	0.15	0.2	0.34	0.01
	$B$	2.35***	1.81***	1.71**	2.58***	2.602***	0.69
Cantidad de apoyo social	$r_{xy}$	-0.06	0.33**	0.16	0.18	0.23	0.08
	$R^2$	0.004	0.11	0.02	0.03	0.05	0.007
	$B$	-0.29	1.16**	0.62	0.77	0.91	0.33

\* $p < 0.10$  \*\* $p < 0.05$  \*\*\* $p < 0.01$

# TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.



*Figura 2:* Representación gráfica de la regresión de Tiempo sobre Autoestima diferenciando por tiempo en desempleo.

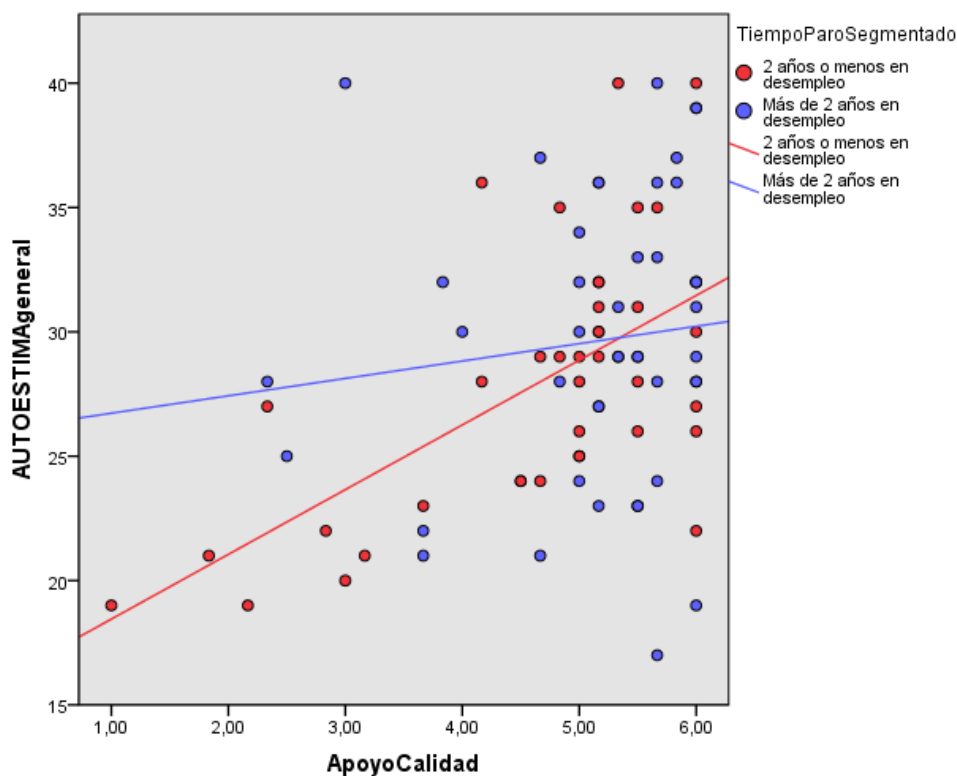
En cuanto a la relación entre Calidad del apoyo social y Autoestima, no se encontraron diferencias entre los dos grupos de edad, siendo la correlación de 0,39 ( $p < 0,01$ ) en aquellas personas menores de 44 años o de esa edad, y de 0,404 ( $p < 0,01$ ) en las mayores de 44. Para la regresión Calidad del apoyo social sobre Autoestima, la  $R^2$  en el primer grupo de edad era del 15,7% y del 16,3% en el segundo, siendo las pendientes de 2,35 y 1,81, respectivamente, ambas significativas ( $p < 0,01$ ). (Ver tabla 3).

Diferenciando por género en la misma relación, tampoco se encontraron diferencias. Para las mujeres, la correlación entre las variables era de 0,44 ( $p < 0,01$ ) y la  $R^2$  en la regresión era del 20%, con una pendiente de 2'58 ( $p < 0,01$ ), y para los varones la correlación era de 0,39 ( $p < 0,01$ ) y la  $R^2$  del 15,6%, con una pendiente de 1'71 ( $p < 0,05$ ). (Ver tabla 3).

Sin embargo, sí se encontraron diferencias significativas en esta regresión diferenciando por el tiempo en desempleo. En concreto, solo resultaba significativa, a 0,58 ( $p < 0,01$ ), la correlación para el primer grupo, es decir, 2 años o menos en

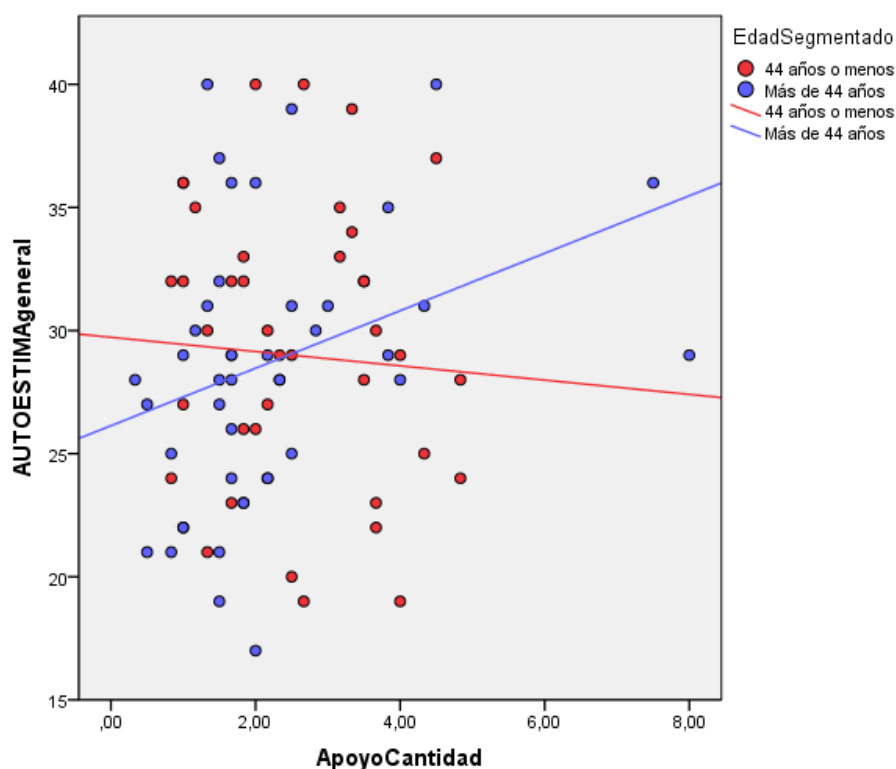
### TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

desempleo, con una  $R^2$  del 34,7% y una pendiente de 2,602 ( $p < 0,01$ ), en la regresión Calidad del apoyo sobre Autoestima. Esto vendría a indicar un incremento de la autoestima conforme aumenta la calidad del apoyo social percibido solamente en las personas que no superan los 2 años en desempleo (Ver tabla 3) (Ver figura 3).



*Figura 3.* Representación gráfica de la regresión de Calidad del apoyo social sobre Autoestima, diferenciando por tiempo en desempleo.

Se quisieron también observar estas diferencias en el efecto de la variable Cantidad de apoyo social sobre Autoestima. La correlación seguía sin resultar significativa diferenciando por género y tiempo en desempleo, pero sí lo era para el segundo grupo de edad, es decir, mayores de 44 años, con una correlación de 0,33 ( $p < 0,05$ ). La regresión Cantidad de apoyo sobre Autoestima en este grupo de edad tiene una  $R^2$  del 11,5% y una pendiente de 1,16 ( $p < 0,05$ ). Por el contrario, la correlación entre estas variables para el grupo de edad que no superaba los 44 años resultaba negativa aunque no significativa, es decir, había una tendencia a que a medida que aumentaba la cantidad de apoyo social percibido, disminuía su autoestima. (Ver tabla 3) (Ver figura 4).



*Figura 4.* Representación gráfica de la regresión de Cantidad de apoyo social sobre Autoestima, diferenciando por edad.

### Conclusiones

En vista de los resultados obtenidos, se puede afirmar que, a grandes rasgos, se cumplen las hipótesis planteadas. Es decir, es observable en los resultados del presente estudio un mayor efecto del apoyo social sobre la autoestima, en comparación con el efecto generado por la duración del desempleo. Sin embargo, sí se observan diferencias en cuanto al aspecto en que cada variable juega su papel. Además, es destacable un mayor peso de la calidad del apoyo social en la autoestima del individuo, en comparación con la cantidad del mismo.

Al igual que en los estudios de Creed et al. (2001), De Koning et al. (2015) y Waters y Moore (2001), los resultados muestran una correlación nula entre el tiempo que la persona lleva en desempleo y el nivel de autoestima que presenta. Sin embargo, Solove et al. (2015) sí encontraron que esta correlación existía en sus resultados, aunque era baja. Así pues, el mismo resultado se obtuvo en el presente estudio al hacer una diferenciación por tiempo en desempleo, por lo que sí puede hablarse de un efecto,

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

aunque bajo, del tiempo en desempleo sobre la autoestima en aquellas personas que se encuentran en situación de desempleo desde hace más de 2 años, pero no en las que llevan menos tiempo.

En cuanto a los efectos encontrados para la variable de apoyo social, se tienen en cuenta en primer lugar las diferencias halladas entre las dos dimensiones contempladas: cantidad y calidad. Puede afirmarse, tal y como se esperaba, una influencia clara sobre la autoestima de los individuos por parte de la dimensión de calidad, pero no de cantidad. En concreto, la calidad del apoyo social correlaciona de manera general de forma positiva y significativa con el nivel de autoestima, algo que no sucede con la cantidad del mismo.

La correlación encontrada entre una de las dimensiones de apoyo social y la autoestima coincide con la encontrada por Maddy et al. (2015), aunque incluso explica mayor parte de la varianza, y confirma también los resultados de Rouxel (2012), Solove et al. (2015) y Waters y Moore (2002), quienes también encontraron esta correlación significativa. Observando diferencias entre grupos según edad y género, el efecto significativo de la calidad del apoyo social se mantiene de igual manera para todos los grupos de edad y para ambos sexos, aunque teniendo mayor efecto en las mujeres que en los varones. Este último resultado coincide con el encontrado por Waters y Moore (2002), pero ha de tomarse con cautela el resultado del presente estudio respecto a las diferencias de género, dado el marcado mayor porcentaje de mujeres que de varones en los participantes.

Son de relevancia los resultados obtenidos en aquellas personas en desempleo desde hace 2 años o menos cuando se tiene en cuenta el efecto de la calidad del apoyo social sobre la autoestima. En concreto, los resultados del presente estudio reflejan un todavía mayor efecto de la calidad del apoyo social sobre la autoestima si se tienen en cuenta solamente a los individuos de 2 años o menos en desempleo, para los que la correlación entre ambas variables es media y significativa, explicando buen porcentaje de la varianza. La cifra encontrada como resultado de la correlación se encuentra entre las encontradas por Maddy et al. (2015) y Rouxel (2012). Por el contrario, la calidad del apoyo social no tiene efecto en aquellas personas que llevan más de 2 años en desempleo.

Por su parte, la cantidad del apoyo social encuentra un efecto significativo sobre la autoestima solamente en aquellas personas mayores de 44 años. No obstante, en este grupo de edad sigue habiendo un efecto sobre la autoestima mayor de la calidad que de

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

la cantidad. De hecho, aunque ambas variables de apoyo social correlacionan de manera positiva y significativa, es notable la diferencia en las respuestas a los ítems, pues, mientras la cantidad de apoyo social media es de 2,37, una cifra que podría considerarse baja, dado que el máximo de respuestas eran 9, la media de puntuación de calidad de apoyo social es de 4,9 puntos, muy cerca del máximo de 6 puntos. Esto refleja una tendencia general a un apoyo social de buena calidad pero poca cantidad del mismo en los participantes del presente estudio.

Analizando los resultados de manera conjunta, podría hablarse de forma general de un mayor efecto de la calidad del apoyo social en la autoestima del desempleado cuando la duración de la situación en desempleo no supera los 2 años. Pasados los 2 años en desempleo, la calidad del apoyo social dejaría de tener efecto en la autoestima, y es a partir de ahí cuando sí jugaría un pequeño papel la cantidad de tiempo que el desempleado lleva en tal situación en el resultado de su nivel de autoestima, si bien el efecto es mucho más bajo que el generado por la calidad del apoyo social. En cuanto a la diferencia entre las dos dimensiones de apoyo social tenidas en cuenta, los resultados obtenidos sugieren que la dimensión que tendría importancia a la hora de predecir el nivel de autoestima de una persona desempleada sería la calidad del apoyo social, y no tanto la cantidad del mismo.

Respecto a las aplicaciones prácticas, es de relevancia tener en cuenta la información que estos resultados revelan acerca de un grupo de personas desempleadas usuarias de programas de orientación laboral. Con dichos resultados, se conoce mejor un aspecto de los efectos psicosociales del desempleo, el cual cuenta con altas cifras en España, lo que facilita realizar un ejercicio profesional de la orientación laboral de mayor calidad, con el fin de obtener mejores resultados. Concretamente, los resultados del presente estudio sugieren que en dichos programas se tenga en cuenta y se trabaje con la calidad del apoyo social que perciben los desempleados, más que con la cantidad. De este modo, según los presentes resultados, los usuarios presentarán mayores niveles de autoestima, que, ya sea directa o indirectamente, incrementarán su posibilidad de reinserción laboral, así como prevenirles de otros aspectos negativos ajenos al ámbito laboral. Sin embargo, los resultados revelan que trabajar con este aspecto sería relevante solamente cuando el usuario no lleve más de 2 años en desempleo. Pasado ese límite temporal, no merecería la pena, según los presentes resultados, invertir recursos en ello con el fin de mejorar el nivel de autoestima. No obstante, sí habría que tener en cuenta

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

que pasados esos 2 años, el mero hecho del aumento de tiempo en desempleo tiene un efecto en la autoestima.

El presente estudio cuenta con algunas limitaciones que han podido condicionar los resultados obtenidos. En primer lugar, tal vez se habría encontrado un mayor efecto del tiempo en desempleo sobre la autoestima si se hubiera tratado de un estudio longitudinal, comparando los niveles de autoestima de los desempleados a lo largo del tiempo, y no comparando los niveles de autoestima de diferentes individuos. Por otro lado, si se contara con un número mayor de participantes es probable que se encontraran más resultados significativos. Al hilo del número de participantes, puede nombrarse la gran diferencia entre el número de mujeres y hombres, por lo que debería haber un número más equilibrado en este aspecto para poder hablar de resultados fiables en cuanto a género. Otro aspecto que no se ha tenido en cuenta, y que podría haber influido en los resultados, es la situación económica de los participantes, la cual sí tiene un efecto en la autoestima de los desempleados, así como en otros aspectos de su vida, según los resultados de Solove et al. (2015), Waters y Moore (2001), y Waters y Moore (2002). Por último, cabe mencionar el carácter autoinformado de las puntuaciones de los cuestionarios que medían las diferentes variables, lo cual puede dar lugar a sesgo. Por un lado, el poco protagonismo de la cantidad del apoyo social en los resultados, así como las bajas cifras de la misma, han podido ser consecuencia de una posible vaga y global explicación de la cantidad de personas que dan apoyo social por parte de los participantes. Por otro lado, podría hablarse de un posible sesgo de respuesta hacia los extremos, dados los altos niveles de autoestima registrados en el cuestionario que medía dicha variable.

Por lo tanto, sería interesante una futura línea de investigación que tratara estas variables de forma longitudinal para ver el verdadero efecto del paso del tiempo en desempleo en la autoestima. Además, también serían necesarias nuevas investigaciones acerca del tema con un número mayor de participantes, así como un número equilibrado entre varones y mujeres. Asimismo, los presentes resultados sugieren la importancia de estudiar los efectos diferenciales del desempleo o bien en los desempleados de menos de 2 años, o bien en aquellos que superan este periodo, con el fin de conocer las variables concretas que juegan un papel en cada periodo, para saber cómo actuar con las personas desempleadas según el momento del desempleo en que se encuentren. Asimismo, los resultados del presente estudio indican La necesidad de profundizar en el

**TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.**

estudio de las diferencias entre la calidad y la cantidad del apoyo social en el contexto del desempleo, concretamente en los efectos en la autoestima de los desempleados.

### Referencias

- Atienza, F.L., Moreno, Y. y Balaguer, I. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología. Universitas Tarraconensis*, XXII, 29-42.
- Bartley, M. (1994). Unemployment and ill health: understanding the relationship. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 48, 333-337.
- Blakely, T. A., Collings, S. C. D. y Atkinson, J. (2003). Unemployment and suicide. Evidence for a causal association? *Journal of Epidemiology and Community Health*, 57, 594. doi: <http://dx.doi.org/10.1136/jech.57.8.594>.
- Creed, P. A., Bloxsome, T.D. y Johnston K.K. (2001). Self-esteem and self-efficacy outcomes for unemployed individuals attending occupational skills training programs. *Community, Work and Family*, 4, 285-303.
- De Koning, M., Bourguignon, D. y Roques, M. (2015). Perception of the labour market as impermeable and personal self-esteem: the moderating role of the duration of unemployment. *Revue Internationale de Psychologie Sociale*, 28, 81-96.
- Eurostat (2016). *Unemployment Statistics*. Recuperado el 20 de abril de 2016 de: [http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Unemployment\\_statistics](http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Unemployment_statistics).
- Goldney, R.D. (1997). Unemployment and health: a re-appraisal. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 70, 145-147.
- Huyse-Gaytandjieva, A., Groot, W., Pavlova, C. y Joling, C. (2015). Low self-esteem predicts future unemployment. *Journal of Applied Economics*, 18, 325-346. doi:10.1016/S1514-0326(15)30014-3.
- Instituto Nacional de Estadística (2015). *Parados de larga duración (mayor o igual a 12 meses) según grupos de edad*. Recuperado el 20 de abril de 2016 de: [http://ine.es/ss/Satellite?L=es\\_ES&c=INESeccion\\_C&cid=1259925463214&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout&param1=PYSDetalle&param3=1259926137287](http://ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259925463214&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout&param1=PYSDetalle&param3=1259926137287).
- Instituto Nacional de Estadística (2016). *Encuesta de población activa*. Recuperado el 20 de abril de 2016 de: [http://www.ine.es/dyns/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica\\_C&cid=1254736176918&menu=ultiDatos&idp=1254735976595](http://www.ine.es/dyns/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176918&menu=ultiDatos&idp=1254735976595).
- Jackson, P.R. (1988). Personal networks, support mobilization and unemployment. *Psychological Medicine*, 18, 397-404.

TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

- Latack, J. C., Kinicki, A. J. y Prussia, G. E. (1995). An integrative process model of coping with job loss. *Academy of Management Review*, 20, 311.
- Maddy, L.M., Cannon, J.G. y Lichtenberger, E.J. (2015). The effects of social support on self-esteem, self-efficacy, and job search efficacy in the unemployed. *Journal of Employment Counseling*, 52, 87-95. doi:10.1002/joec.12007.
- McKee-Ryan, F. M., Song, Z., Wanberg, C. R. y Kinicki, A. J. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: A meta-analytic study. *Journal of Applied Psychology*, 90, 53-76.
- Paul, K.I. y Moser, K. (2009). Unemployment Impairs Mental Health: Meta-Analyses. *Journal of Vocational Behavior*, 74, 264-282. doi: 10.1016/j.jvb.2009.01.001.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rouxel, G. (2012). Santé mentale, chômage et motivation à rechercher un emploi : différences individuelles, une étude exploratoire. En P. Desrumaux, A.M. Vonthron y S. Pohl (Eds.), *Qualité de vie, risques et santé au travail* (pp. 212-225). Paris: L'harmattan.
- Sarason, I.G., Sarason, B.R., Shearin, E.N. y Pierce, G.R. (1987). A brief measure of social support: Practical and theoretical implications. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, 497-510.
- Sheeran, P. y Abrams, D. (1995). Unemployment, Self-Esteem, and Depression: A Social Comparison Theory Approach. *Basic and Applied Social Psychology*, 17, 65-82.
- Solove, E. , Fisher, G.G. y Kraiger, K. (2015). Coping with Job Loss and Reemployment: A Two-Wave Study. *Journal of Business and Psychology*, 30, 529-541. doi: 10.1007/s10869-014-9380-7.
- Waters, L. y Moore, K. (2001). Coping with economic deprivation during unemployment. *Journal of Economic Psychology*, 22, 461-482.
- Waters, L. y Moore, K. (2002). Predicting self-esteem during unemployment: the effect of gender, financial deprivation, alternate roles, and social support. *Journal of Employment Counseling*, 39, 171-189.

## TIEMPO EN DESEMPLEO Y APOYO SOCIAL SOBRE AUTOESTIMA.

### Anexo I. Cuestionario pasado a los participantes.

Por favor, si te encuentras en situación de desempleo, resultaría de gran ayuda que contestaras al siguiente cuestionario. Con ello, contribuirás a la investigación llevada a cabo para la Universidad de Zaragoza por parte de Adrián Garcilópez, alumno de último curso de Psicología. Antes de ello, te garantizamos que los resultados son completamente anónimos y confidenciales, y serán utilizados con un fin meramente investigador. Si tienes alguna duda o sugerencia, puedes ponerte en contacto con [garcilopezmarin@hotmail.com](mailto:garcilopezmarin@hotmail.com). Muchas gracias.

A continuación, se te pregunta por las personas de tu entorno que te aportan ayuda o apoyo, según determinadas situaciones. Deberás enumerarlas (una por cada número). Para ello, deberás indicar detrás del número la relación que mantienes con esa persona (padre, madre, hijo/a, hermano/a, amigo/a, conocido/a...), sin indicar ningún otro dato de la persona. Puedes enumerar a un máximo de 9 personas. Si para alguna de las situaciones consideras que no cuentas con apoyo, rodea la opción "Nadie". Seguido de cada situación, se te preguntará cómo de satisfactoria te resulta esa ayuda. Rodea el número que corresponda, según la escala, donde 6 sería muy satisfactoria y 1 muy insatisfactoria.

#### 1. ¿Con quién puedes contar cuando necesitas ayuda?

Nadie	1)	4)	7)
	2)	5)	8)
	3)	6)	9)

#### 2. ¿Cómo de satisfecho/a te sientes con el resultado?

Muy insatisfecho/a	1	2	3	4	5	6	Muy satisfecho/a
--------------------	---	---	---	---	---	---	------------------

#### 3. ¿Con quién puedes contar para que te ayude a relajarte cuando estás tenso/a?

Nadie	1)	4)	7)
	2)	5)	8)
	3)	6)	9)

#### 4. ¿Cómo de satisfecho/a te sientes con el resultado?

Muy insatisfecho/a	1	2	3	4	5	6	Muy satisfecho/a
--------------------	---	---	---	---	---	---	------------------

#### 5. ¿Quién te acepta totalmente, incluyendo tus virtudes y tus defectos?

Con nadie	1)	4)	7)
	2)	5)	8)
	3)	6)	9)

#### 6. ¿Cómo de satisfecho/a te sientes con el resultado?

Muy insatisfecho/a	1	2	3	4	5	6	Muy satisfecho/a
--------------------	---	---	---	---	---	---	------------------

#### 7. ¿En quién puedes confiar para que te cuide, te pase lo que te pase?

Con nadie	1)	4)	7)
	2)	5)	8)
	3)	6)	9)

Muy insatisfecho/a	1	2	3	4	5	6	Muy satisfecho/a
--------------------	---	---	---	---	---	---	------------------

Con nadie	1)	4)	7)
	2)	5)	8)
	3)	6)	9)

Muy insatisfecho/a	1	2	3	4	5	6	Muy satisfecho/a
--------------------	---	---	---	---	---	---	------------------

Con nadie	1)	4)	7)
	2)	5)	8)
	3)	6)	9)

Muy insatisfecho/a	1	2	3	4	5	6	Muy satisfecho/a
--------------------	---	---	---	---	---	---	------------------

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida:

		Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	Me siento una persona tan valiosa como las otras	1	2	3	4
2	Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso	1	2	3	4
3	Creo que tengo algunas cualidades buenas	1	2	3	4
4	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás	1	2	3	4
5	Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso	1	2	3	4
6	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo	1	2	3	4
7	En general me siento satisfecho conmigo mismo	1	2	3	4
8	Me gustaría tener más respeto por mí mismo	1	2	3	4
9	Realmente me siento inútil en algunas ocasiones	1	2	3	4
10	A veces pienso que no sirvo para nada	1	2	3	4

**Sexo (marca con una X):** Hombre ☐ Mujer ☐ **Edad:**

**Cantidad de tiempo que llevas en desempleo:** \_\_\_\_\_ años, \_\_\_\_\_ meses