

Ansi
edad y

E
strés

ISSN: 1134-7937

1996, 2(1), 17-26

LA MEDIDA DEL AFRONTAMIENTO: REVISIÓN CRÍTICA DE LA "ESCALA DE MODOS DE COPING" (WAYS OF COPING)

Francisco Aliaga* y Antonio Capafons**

*Dpt. Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación.

** Dpt. Personalitat, Avaluació y Tractaments Psicològics. Universitat de València

Resumen: Se revisa en el presente artículo, desde el punto de vista metodológico y conceptual, la Escala de Modos de Afrontamiento ("Ways of Coping"), construido originalmente por Lazarus y Folkman (1980) y que es seguramente el principal instrumento de medida de las conductas de afrontamiento. Se analiza particularmente la relación del instrumento con la teoría del estrés y del afrontamiento propuesta por sus autores Lazarus y Folkman (1984), así como los resultados obtenidos por los distintos análisis psicométricos a que ha sido sometido. Finalmente, y a pesar del avance que la propuesta de este instrumento supuso para el estudio del afrontamiento, se sugiere la necesidad de utilizar otros métodos de medida diferente que soslayen los defectos y dificultades encontradas con el "Ways of Coping".

Palabras Clave: Estrés, Afrontamiento, Auto-Regulación, Medida.

Abstract: This article reviews the Ways of Coping Scale from a methodological and conceptual perspective. This scale was originally created by Lazarus and Folkman (1980), and, perhaps, it is the most used tool for measuring coping behaviors. It is particularly analysed the relationship between the scale and the theory of stress and coping proposed by Lazarus and Folkman (1980). Besides, results obtained through several different psychometric analysis are, also, considered. Finally, it is suggested the use of other instruments for assessing stress and coping in a different way, that avoid and prevent the difficulties show by the Ways of Coping.

Key words: Stress, Coping, Self-Regulation, Assessment.

Title: Coping measure: A critique review of the Ways of Coping Scale

Introducción

El Ways of Coping ha sido sin duda el instrumento de evaluación del afrontamiento que más ampliamente ha influido sobre la investigación en torno al comportamiento individual ante situaciones aversivas (Stone et al., 1991). Ello se debe, en primer lugar a que sus creadores, Susan Folkman y Richard Lazarus, son dos de las principales autoridades en el estudio del estrés, cuya labor al frente del *Berkeley Stress and Coping Project* ha situado a esa universidad californiana a la cabeza en este campo de investigación. De hecho, estos autores han creado el que suele aceptarse actualmente como uno de los mejores modelos psicológicos del estrés (Lazarus, 1966; Lazarus y Folkman, 1984). Por tanto, parece natural que el instrumento para la

evaluación del afrontamiento propuesto por estos autores tuviera una gran acogida y se convirtiera rápidamente en el instrumento más utilizado para el estudio de las respuestas emitidas ante situaciones de estrés. No obstante, a nuestro entender, esta aceptación, que estuvo justificada en su momento histórico, ha de ser sometida a una seria revisión que nos permita replantear la utilidad del instrumento a la luz de la información obtenida desde su creación.

El Ways of Coping (WOC) es un listado, que originariamente (Folkman y Lazarus, 1980) tenía 68 ítems, compuesto por frases que describen un amplio espectro de estrategias conductuales y cognitivas. El procedimiento que se sigue en su pase suele ser el siguiente: se solicita a los sujetos que anoten alguna circunstancia estresante que hayan padecido durante un periodo concreto y a continuación se les pide que señalen, de entre una lista de posibles con-

* Dirigir la correspondencia a: Dr. Francisco Aliaga. Dpt. Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación. Universidad de Valencia. Blasco Ibáñez, 21, 46010. Valencia.

© Copyright 1996: de los Editores de *Ansi* y *E*. Artículo recibido: 23-5-95, aceptado: 11-12-95

ductas de afrontamiento, cuáles son las utilizadas por ellos ante dicho evento.

Un primer problema con el que nos encontramos al analizar este instrumento de medida es la enorme variedad de versiones distintas que existen del mismo. Así, se han utilizado versiones del WOC con 31 ítems (Folkman y Lazarus, 1988), con 44 ítems (Parkes, 1984, 1986; Solomon et al., 1988), con 46 ítems (Vitaliano et al., 1985), con 50 ítems (Folkman y Lazarus, 1988), con 51 ítems (Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis y Gruen, 1986), con 55 ítems (Hart et al., 1987; Smith et al., 1989), con 57 ítems (Folkman y Lazarus, 1985), con 66 ítems (Folkman y Lazarus, 1985; Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis y Gruen, 1986; Folkman, Lazarus, Gruen y DeLongis, 1986; Rim, 1986a, 1986b; Stevens et al., 1987; Kuipper et al., 1989), con 68 ítems (Folkman y Lazarus, 1980; Aldwin et al. 1980; Lazarus y Folkman, 1984), con 70 ítems (Aldwin y Revenson, 1987), e incluso con 73 ítems (Scheier, Weintraub y Carver, 1986). A ello debe añadirse la circunstancia de que incluso para una misma versión del cuestionario, los formatos de respuesta pueden variar desde el sí/NO hasta una escala tipo Likert de cuatro o cinco puntos. Los cambios han sido tantos que incluso han afectado, en algunos casos al nombre (*Berkeley Ways of Coping Checklist* en Hart et al., 1987; *Coping Strategies Inventory* en Tobin et al., 1989; *Ways of Coping Questionnaire* en Folkman y Lazarus, 1988). Para complicar aun más la situación, incluso en el caso de que coincidan el número de elementos y el formato de respuesta no podemos estar seguros de que el instrumento utilizado sea el mismo, ya que el contenido de los ítems también es modificado de un estudio a otro (ver Lazarus y Folkman, 1984; Parkes, 1984; Folkman y Lazarus, 1985; Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis y Gruen, 1986). Todas estas circunstancias hacen difícil analizar este instrumento como si fuera un procedimiento de evaluación unitario, y aún más inseguro la interpre-

tación de los resultados y la comparación de los mismos entre los diversos estudios (¿tales resultados se deberán a las muestras seleccionadas, a los estresores que han padecido o al procedimiento de recogida de información?), máxime cuando algunos de ellos no especifican cuál es la versión que están utilizando ni el número de ítems (por ejemplo, Scheier, Weintraub y Carver, 1986), puesto que el término de "Escala Revisada de Modos de Coping", muy frecuente, indica, en el contexto que acabamos de ver, muy poca cosa.

En cualquier caso, vamos a intentar revisar algunos de los posibles problemas de fondo que plantea el *Ways of Coping*:

Por un lado, muchos de sus ítems son ambiguos respecto a su descripción, funcionamiento o la intención con la que se han llevado a cabo. No olvidemos que son los propios autores y sus colaboradores (Folkman et al., 1986) los que, al criticar las concepciones de afrontamiento como rasgo, sugieren que puede ser necesario conocer el contexto antes de ser capaces de distinguir cuál es la función de la estrategia de coping. Sin embargo, en los ítems de la escala construida por Folkman y Lazarus, no se pregunta por el contexto, la intención o el mecanismo de funcionamiento de la estrategia de afrontamiento (por ejemplo, "cambié, maduré como persona"; "sali de la experiencia mejor de lo que entré"; "recé", "deseé poder cambiar lo que estaba ocurriendo o la forma como me sentía", "tuve fe en algo nuevo" no explicitan cómo se realizó esa acción o con qué finalidad se hizo). Esta falta de información nos impide determinar, por ejemplo, si el sujeto en cuestión ha rezado en esta ocasión como modo de desviar la atención de la situación aversiva, como forma de motivarse o como búsqueda de apoyo. Debido a esta situación de recogida de información confusa e incompleta no es de extrañar que prácticamente cada intento de analizar factorialmente el WOC dé un resultado diferente. Así, en una breve revisión, no exhaustiva, de la literatura se han ob-

tenido soluciones factoriales del WOC tan distintas como los ejemplos que citamos a continuación:

Dos factores

-Manne y Zautra (1989), en un análisis de componentes principales con rotación varimax, encuentran una solución alternativa a sus posturas de partida (ver más adelante), pues las diversas estrategias de coping se agrupan en una estructura bifactorial: 'reestructuración cognitiva' y 'pensamiento ilusionado', aunque sólo saturan significativamente en ellos 21 ítems. No informan del porcentaje de varianza explicada.

-Maddi (1986), colaborador de Kobasa, obtiene dos factores de orden superior, el 'afrontamiento transformacional' (conductas adaptativas para cambiar el problema) y 'afrontamiento regresivo' (conductas de huida), que el autor relaciona con la teoría de "Hardiness" (Kobasa, 1979)

Tres factores

-Parkes (1984), siguiendo un procedimiento de análisis de componentes principales con solución no rotada, a la que aplicaron la técnica de Very Simple Structure (VSS), encontraron tres factores, uno de 'afrontamiento general', en el que pesaban significativamente casi todos los ítems (treinta y nueve), y dos particulares 'afrontamiento directo' (veintidós ítems) y 'supresión' (doce ítems), distintos entre sí, por lo que los autores afirman que se trataría más bien de una estructura bifactorial.

-Manne y Zautra (1989) utilizan de principio tres factores, 'reestructuración cognitiva' (13 ítems), 'búsqueda de información' (cinco ítems) y 'pensamiento ilusionado' (siete ítems).

Cuatro factores

-Solomon et al., (1988) con los mismos ítems que Parkes (1984), encuentran una solución factorial (rotación varimax) de cuatro facto-

res, tanto en su primer estudio como en el segundo, pero con la particularidad de que eran distintos entre sí, ya que los ítems saturaban en factores distintos (a pesar del tipo de rotación utilizada). Por ello realizaron un nuevo análisis factorial juntando ambas muestras, lo que también mostró cuatro factores, a su vez distintos de los anteriores, y que llamó 'afrontamiento centrado en el problema' (quince ítems), 'afrontamiento centrado en la emoción' (doce ítems), 'búsqueda de apoyo social' (ocho ítems) y 'distanciamiento' (cinco ítems). Como era de esperar, la estabilidad de los factores (medida con el procedimiento test-retest) es bastante baja, entre .38 y .58.

Cinco factores

-Parkes (1984) encuentra, en su primer estudio factorial, hasta cinco factores (componentes principales, rotación varimax), aunque no da mayor información sobre los mismos. Como hemos comentado, la aplicación del método Very Simple Structure (VSS) le da otra solución factorial (*vid supra*).

Seis factores

-Vitaliano et al. (1985) encuentran los siguientes factores (método de componentes principales): 'afrontamiento centrado en el problema', 'culpase', 'pensamiento ilusionado', 'búsqueda de apoyo social', 'minimización de la amenaza' y 'mixta', en los cuales obtienen una saturación superior a .35 un total de 46 ítems.

-Folkman y Lazarus (1985), utilizando una rotación oblicua ("obteniendo así un conjunto de factores más interpretables conceptualmente") encuentran seis factores, aunque sólo cuarenta y dos ítems del cuestionario saturaron suficientemente en alguno de los factores, por lo que los restantes fueron "asignados racionalmente" a las tres escalas en que se descompuso "racionalmente" uno de los factores obtenidos.

Siete factores

-Aldwin et al. (1980) y Folkman y Lazarus (1980) encontraron siete factores al analizar su primera versión del cuestionario según el método de componentes principales con rotación varimax: 'afrentamiento centrado en el problema', 'pensamiento ilusionado', 'mixto', 'crecimiento', 'minimización de la amenaza', 'búsqueda de apoyo social' y 'autoinculpación'. Sin embargo, algunos de estos factores apenas tenían dos o tres ítems.

-Scheier, Weintraub y Carver (1986) obtuvieron siete factores utilizando el método de componentes principales con rotación oblicua: 'negación-distanciamiento', 'afrentamiento centrado en el problema', autoinculpación, 'aceptación/resignación', 'reinterpretación positiva', 'escape a través de la fantasía' y 'apoyo social'.

Ocho factores

-Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis y Gruen (1986) realizaron tres análisis factoriales (por el método de factor principal con rotación oblicua) a partir de datos procedentes de tres muestras diferentes. Los resultados mostraron "patrones factoriales muy similares" (no se especifica ni siquiera el número de factores obtenidos), aunque sólo treinta y siete ítems saturaban consistentemente en el mismo factor en los tres análisis. Sin embargo, si se informa que un total de quince ítems fueron eliminados, ya fuese por "falta de coherencia conceptual con su escala" o por "no saturar consistentemente en ningún factor". Esta versión recordada de 51 ítems fue sometida a un nuevo análisis factorial de factor principal, que reveló ocho factores (aunque éstos sólo explicaban el 46'2% de la varianza): 'afrentamiento confrontativo', 'autocontrol', 'distanciamiento', 'búsqueda de apoyo social', 'aceptación de la responsabilidad', 'escape-huida', 'planificación de solución de problemas' y 'revaloración positiva'.

-Aldwin y Revenson (1987), con un procedimiento de factor principal y rotación varimax ("una rotación oblicua mostró esencialmente la misma estructura" *op. cit.* p. 340) encuentran una solución de ocho factores, que dan cuenta del 44% de la varianza: 'escapismo' (siete ítems), 'prudencia' (seis ítems), 'acción instrumental' (siete ítems), 'minimización' (nueve ítems), 'movilización del apoyo' (seis ítems), 'auto-inculpación' (cinco ítems), 'negociación' (cuatro ítems) y 'búsqueda del significado' (cuatro ítems).

Estos resultados tan dispares vienen, además, complicados por otros hechos. En primer lugar, por el hecho de que incluso los factores que tienen idéntico nombre en distintos estudios pueden variar no sólo por el número de ítems, sino porque los ítems que los componen pueden ser diferentes, por lo que no han de ser identificados sin más (ver, por ejemplo, las escalas de 'pensamiento ilusionado' de Manne y Zautra, 1989 y de Vitaliano et al., 1985). En segundo lugar podemos citar la circunstancia de que un mismo ítem puede aparecer asignado a escalas no sólo distintas, sino contradictorias. Por ejemplo, el ítem "cambié algo de mí" es asignado a la escala de 'auto-inculpación' (o 'auto-culpabilización') por Aldwin y Revenson (1987) y a la de 'revaloración (*reappraisal*) positiva' por Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis y Gruen (1986). En tercer lugar, y en relación con lo que acabamos de exponer, suelen aparecer en algunas escalas ítems incongruentes con la misma, o por lo menos discutibles. Así, por ejemplo, no parece demasiado claro que la conducta "recé" implique una 'revaloración positiva' de la realidad, o que "expresé mis sentimientos de algún modo" sea un estrategia de afrontamiento mediante la 'confrontación', tal y como nos indican Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, DeLongis y Gruen (1986). Un último punto que aumenta la confusión respecto a la interpreta-

ción adecuada de las hipotéticas diversas escalas del WOC es el hecho de que para elaborar las mismas se utilice en algunos casos un combinado de procedimientos empíricos y racionales que aportan resultados distintos. De este modo, aunque Vitaliano et al. (1985) encuentran una estructura factorial con seis factores, deciden eliminar uno de ellos "porque no añadía mucha varianza explicada (4%)". Folkman y Lazarus (1985) obtienen en sus análisis estadísticos un total de seis factores, aunque, puesto que "uno de ellos contenía tres grupos distinguibles de ítems de afrontamiento centrado en la emoción" (p. 157), deciden distinguir ocho escalas, aunque no informan de la consistencia interna del factor mutilado para poder comprobar los beneficios de tal subdivisión.

En estas circunstancias parece lógico concluir que no se ha podido determinar la 'validez teórica factorial' (Yela 1956, 1984) del WOC, ya que "la confianza con que admitamos los factores descubiertos se basa tan sólo en la constancia con que aparezcan en diversos estudios" (Yela, 1967, p.22). A nuestro entender esta falta de validez factorial se debe al propio procedimiento estadístico del análisis factorial, que es inadecuado conceptualmente para este tipo de datos. En palabras de Yela (1967) "en su sentido más amplio, el análisis factorial tiene por objeto descubrir las dimensiones de variabilidad común existentes en un cierto campo de fenómenos. A cada dimensión de variabilidad común se le da el nombre de factor" (p. 9) "(...) la persistencia de esa unidad de función, manifestada en cada individuo en forma de *capacidad estable* de hacer con cierto grado de excelencia un número de tareas de material y contenido diverso indicará, si se demuestra, la existencia de *principios generales de acción*" (op. cit., p. 21; cursivas en el original). Sin embargo, hemos de recordar que el planteamiento teórico de Lazarus y Fol-

kman en su modelo general de estrés y afrontamiento (Ver Lazarus y Folkman, 1984) hacen hincapié en el carácter situacional del afrontamiento: "se trata de un planteamiento orientado hacia el afrontamiento como proceso en lugar de como rasgo, lo cual se refleja en las palabras *constantemente cambiante* y *demandas específicas*" (op. cit., p. 164 de la traducción castellana; cursivas en el original). Si bien esta conceptualización no implica que no haya alguna circunstancia *subyacente* común entre las conductas de afrontamiento, parece al menos poco adecuado, según ese planteamiento teórico, utilizar técnicas estadísticas conducentes, predominantemente, a determinar las varianzas que comparten los distintos elementos, cuando lo importante es el *proceso*, cambiante ante cada situación. Sin embargo, se podría argumentar, el hecho es que, aunque esto no sea lo más importante desde el punto de vista teórico, si aparecen factores que indican 'principios generales de acción', incluso aunque estos no sean consistentes. Ahora bien, no hemos de olvidar un concepto básico del análisis factorial es que "los factores pueden ser producidos por muchas cosas. Todo lo que introduce correlación entre las variables 'crea' un factor. Las diferencias en sexo, educación, medio social y cultural e inteligencia, pueden hacer que surjan factores" (Kerlinger, 1973; p. 482 de la traducción castellana), evidentemente también las situaciones a las que han estado sometidos los sujetos. Por tanto, cabe la posibilidad de que los factores que emergen de los distintos estudios sean artefactos debidos a circunstancias distintas de la propia varianza común entre los ítems del Listado de Formas de Afrontamiento, ya que si fuesen exclusivamente los ítems del WOC los que determinan los factores, éstos tenderían a repetirse en diversos estudios, pues todos ellos tienen en común dichos ítems. Pero, como hemos visto, no ocurre tal cosa.

De hecho, como han señalado Stone y Neale (1984), hay otra circunstancia que puede estar impidiendo la adecuada evaluación de los procedimientos de afrontamiento, y por tanto distorsionando los resultados. Se trata de que una misma conducta específica de afrontamiento puede estar siendo utilizada, incluso por la misma persona, con intenciones distintas. Por ejemplo, la conducta "recé" puede ser utilizada para distraerse, para relajarse, como procedimiento de búsqueda de apoyo 'social', como forma de impedir una respuesta precipitada (como contar del uno al diez). Puesto que el WOC sólo incluye la descripción de la conducta concreta, y no el estilo general o la función (intención) con que la utiliza el sujeto, podemos estar confundiendo y dar como idénticas respuestas que han sido emitidas con diferente intencionalidad, y viceversa, conductas específicas distintas (por seguir con el mismo ejemplo, rezar y contar del uno al diez) pueden estar siendo utilizadas con la misma finalidad (como podría ser demorar la respuesta mediante la realización de conductas incompatibles).

Debido a tal carencia en la información que recoge el WOC es casi imposible identificar, caso de que lo hubiese, el principio subyacente a conductas distintas (de nuevo rezar -para impedir una respuesta precipitada- y contar del uno al diez) que a su vez se diferencie del principio que subyace a una de esas conductas emitidas con una intencionalidad distinta (rezar -como búsqueda de apoyo social-), ya que la técnica del análisis factorial, a pesar de su sofisticación, es incapaz de mostrarlo. De hecho, incluso otras técnicas estadísticas más básicas, como la correlación, pueden estar mostrando sus resultados distorsionados por este hecho.

La circunstancia de que ciertas conductas puedan estar usándose con diferentes intenciones, también permite poner en cuestión el procedimiento habitual de corrección del

WOC que consiste fundamentalmente en sumar el número de ítems pertenecientes a cada escala específica. "Las altas puntuaciones en cada escala han sido interpretadas como índices de en qué medida el sujeto ha manejado el problema con ese tipo de coping. Nuestros resultados indican que tales conclusiones probablemente no están justificadas" (Stone y Neale, 1984; p. 896). Parece por tanto necesario, o al menos apropiado, no evaluar tan sólo las conductas específicas, sino también la intención con la que la misma se ha llevado a cabo, circunstancia ésta que desde luego no es evaluada por el WOC, ni por ninguno de los otros instrumentos basados en la metodología de *checklist*.

El procedimiento de corrección de las respuestas en el WOC también plantea algunos problemas conceptuales. El método habitual consiste en sumar el número de ítems pertenecientes a cada una de las escalas en que se haya dividido el instrumento, y utilizar estos valores como forma de cuantificar la intensidad con que utiliza cada hipotética clase de afrontamiento. Sin embargo esta forma de interpretar las respuestas desprecia, o al menos ignora, la información sobre la situación concreta ante la que se han realizado las conductas de coping, aunque el propio modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1984) insiste en que éste es un punto crucial: "Debemos determinar las múltiples demandas existentes en una situación estresante y evaluar el afrontamiento con respecto a esas demandas y a los cambios que van sufriendo a medida que transcurre el tiempo" (*op. cit.*, p.336 de la traducción española. Cursivas nuestras). Sin embargo estas medidas-resumen se utilizan como escalas psicométricas, independientemente de la situación estresante que las haya elicitado. Veamos algunos ejemplos de este tipo de utilización de las escalas son las siguientes, independientemente de los estímulos que los elicitan:

- "Para los hombres el 'afrontamiento centrado en el problema' correlaciona negativamente con los otros estilos de coping, mientras que para las mujeres correlaciona positivamente con cinco de los estilos de coping" (Rim, 1986a).

- "los depresivos decían utilizar más estrategias de afrontamiento centradas en el problema de lo que lo hacían los sujetos control" (Kuiper et al. 1989)

- "el Neuroticismo correlaciona negativamente, como esperábamos, con el estilo centrado en el problema" (Rim, 1986a).

- "Ni el Neuroticismo ni la Extraversión fueron predictores significativos de la puntuación en Supresión" (Parkes, 1986).

- se compara la frecuencia de utilización de cada escala entre pacientes psiquiátricos y estudiantes de medicina (Vitaliano et al., 1985)

Todas las afirmaciones que acabamos de mostrar, que no son más que una breve muestra, se hacen sin tener en cuenta si habían sido idénticas las situaciones padecidas por los distintos grupos de sujetos implicados en los distintos estudios, que por otro lado se resumían en la media de respuestas dadas a una escala determinada, a pesar de que ya desde el estudio de Folkman y Lazarus (1980) los propios autores resaltaron que distintos tipos de situaciones suelen asociarse con estrategias diferentes, y que las diferencias en las conductas de afrontamiento entre distintos grupos (en concreto, entre distintos sexos) desaparecieron prácticamente cuando se controlaron las fuentes de estrés.

Además, puede estar ocurriendo que dos sujetos tengan la misma puntuación en una escala aunque las conductas concretas que han emitido sean completamente diferentes. A pesar de haber utilizado el mismo número de ítems de esa categoría (que por lo demás es muy poco estable, como hemos visto), no parece apropiado equiparar la conducta de esas dos personas. Con ello, en la utilización habitual del WOC se ha caído precisamente en

los mismos errores que Lazarus y Folkman (1984) achacan a los instrumentos de medida basados en la concepción del afrontamiento como rasgo:

- "En primer lugar, en los planteamientos de rasgo no se examina realmente la conducta, puesto que se pregunta al individuo lo que suele hacer, lo cual es una abstracción (-al igual que las escalas, añadimos nosotros-) o, como máximo, una síntesis de varios aspectos específicos y no una descripción de un acto determinado o de un conjunto de ellos".

- "En segundo lugar, no hay un contexto específico, ya que cuando el individuo refiere lo que suele hacer no se tienen en cuenta las situaciones particulares". En el caso del WOC, aunque la información recogida si está referida a una situación concreta, tal información tiende a ser, como acabamos de ver, ignorada a fin de conseguir datos reducidos y unificados.

- "En tercer lugar, cuando utilizamos un planteamiento de rasgo para la medición no obtenemos información alguna sobre los cambios que ocurren a medida que tiene lugar la interacción (sujeto-situación)". (op. cit., p.316 de la edición castellana) Sin embargo, casi sin excepciones (haciendo la salvedad de Folkman y Lazarus, 1985) el WOC se utiliza para medir, de una sola vez, todo el proceso de afrontamiento con la situación específica.

Otra crítica que se puede realizar a este instrumento surge de las concepciones teóricas acerca del afrontamiento por parte de los propios autores. Así, Lazarus y Folkman (1984) distinguen entre *afrontamiento* como proceso que requiere esfuerzo, y *conducta adaptativa automatizada* (cf. op. cit. p. 164 de la edición castellana), que se refiere a respuestas automatizadas. A pesar de que ellos mismos afirman que la distinción entre ambos procesos es muchas veces confusa, debido a su carácter individual y fenoménico, y que sólo podrían distinguirse preguntando a cada uno de los sujetos sobre el particular, no

aparecen preguntas en este sentido en la "Escala de Modos de Afrontamiento". Como ejemplo pueden servirnos los ítems mencionados anteriormente, u otros como: "confié en que me ocurriera un milagro", "me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme de todo lo demás", "intenté sentirme mejor comiendo, bebiendo, fumando, tomando drogas o medicamentos, etc.". Se puede aceptar sin mucha dificultad que esas conductas pueden realizarse, cuando menos en algunas ocasiones, sin necesidad de esforzarse para ello, por lo que estaríamos evaluando como afrontamiento algo que puede no serlo, según el propio modelo teórico de los autores del WOC, y en el cual éste se basa.

La validez de contenido del instrumento, referida a la ambigüedad de muchos de los ítems que componen el WOC ha sido también objeto de crítica (Carver, Scheier y Weintraub, 1989). Algunos de los ítems describen de modo demasiado general la posible conducta, como por ejemplo "tomé una decisión importante o hice algo arriesgado", que pueden estar refiriéndose a diversas conductas, con implicaciones muy diferentes, como conducir peligrosamente o, por el contrario, tomar una decisión que probablemente no tenga éxito, pero que si lo tiene pueda solucionar el problema. Algo similar ocurre con el ítem "expresé mis emociones de algún modo", debido a las implicaciones del 'modo' elegido en cuestión. "Salí de la experiencia mejor de lo que entré" o "cambié. Maduré como persona" pueden estar describiendo el resultado de una situación pero difícilmente una conducta que requiere esfuerzo, confundiendo así conceptos que los propios autores pretenden distinguir (cf. Lazarus y Folkman, 1984; p. 165 de la edición castellana).

Las críticas, sin embargo, no se limitan a los ítems que componen el WOC, sino que pueden extenderse a aquellos otros que no están en él. Así, como simples ejemplos, no

se han incluido procedimientos relativamente habituales tales como "contar del uno al diez antes de contestar", "seguí insistiendo una y otra vez" (la famosa técnica del 'disco rayado' de los entrenamientos asertivos), "tensé mis músculos", "me provoqué algún pequeño dolor a mi mismo, tales como mordirme la lengua o el labio" (conductas en respuesta a una situación dolorosa que han demostrado ser unos procedimientos eficaces: Wall y Melzak, 1984). Además, Lazarus, Folkman y sus colaboradores provienen de la tradición teórica de estudio del estrés, y no del campo del auto-control, lo que podría explicar (aunque no justificar) el hecho de que entre los ítems que seleccionaron para construir el cuestionario prácticamente estén ausentes aquellos que describen las técnicas de auto-control más eficaces: la auto-recompensa o el auto-refuerzo (que ha demostrado su eficacia como estrategia natural de afrontamiento, por ejemplo, en Glasgow et al., 1985; Perri y Richards, 1977; Perri et al., 1977), el auto-registro (Perri y Richards, 1977), respiración profunda y ejercicios de relajación, el guiado de conducta mediante autoverbalizaciones (Meichenbaum, 1974), etc.

Resulta por otro lado evidente que en situaciones concretas se pueden requerir conductas de afrontamiento específicas (por ejemplo, ante un bombardeo o un tiroteo buscar un sitio seguro y quedarse tumbado) que desde luego no vienen recogidas en el instrumento que estamos analizando. Se puede argüir que el último ítem del WOC ("Intenté algo distinto de todo lo anterior. (Por favor descríballo)") puede incluir todas estas conductas, aunque no es muy habitual que los sujetos seleccionen esta última respuesta, probablemente por el cansancio inherente a contestar la prueba (que ha sido criticada a causa de su longitud por Vitaliano et al., -1985-), por la distracción que pueden provocar tantas alternativas distintas y porque ello obliga al sujeto a hacer un cambio de estra-

tegia cognitiva para el que puede estar poco motivado a esas alturas: pasar del 'reconocimiento' al 'recuerdo'.

Se han producido algunas otras deficiencias metodológicas en la utilización del WOC que merece la pena comentar. En primer lugar, hemos de recordar que la perspectiva transaccional en la que se basa el modelo implica, como ya hemos comentado anteriormente, que la relación entre el sujeto y su medio está cambiando constantemente. Por tanto, se hace imprescindible evaluar al mismo sujeto en momentos sucesivos para determinar tales cambios y los factores que lo hacen posible. Pues bien, aunque "esta perspectiva intraindividual contrasta con las comparaciones interindividuales entre individuos en condiciones similares" (Lazarus y Folkman, 1984; p. 318 de la edición castellana. Cursivas en el original), y aunque los autores proponen como alternativa una metodología *ipsativa-normativa*, según la cual el "ideal es observar a los individuos repetidamente de forma intraindividual y hacer comparaciones interindividuales" (*ibidem*), la parte "ipsativa" del modelo es frecuentemente ignorada o, simplemente saltada con frases como "en nuestro estudio, sin embargo, hemos evaluado las respuestas de coping sólo una vez" (por ejemplo en Scheier, Weintraub y Carver, 1986) o "puesto que sólo hemos analizado un episodio para cada sujeto no podemos saber en qué medida los tipos de afrontamiento son estables en diferentes epi-

sodios" (como en Parkes, 1984), entre otras cosas por las dificultades de los análisis que ello conlleva, tratándose al WOC poco menos que como una prueba orientada a la norma, contraviniendo así el modelo en que se basa.

En resumen a esta revisión crítica del Ways of Coping, podemos concluir diciendo que ha contribuido notablemente al interés creado en la comunidad científica, máxime debido a la importancia del modelos de estrés creado por sus autores, pero que tanto sus defectos inherentes como los errores en su utilización han convertido los resultados encontrados con él en inconsistentes, poco fiables y de discutible validez. Por todo ello, parece llegada la hora en que se consideren otros métodos alternativos para evaluar el afrontamiento de los sujetos, camino éste que puede basarse en diversos estudios pioneros con diferentes planteamientos, tales como los de Stone y Neale (1984) -un inventario de afrontamiento diario que tiene en cuenta cada situación afrontada, la valoración cognitiva que hace el sujeto, las conductas de afrontamiento y la intención con la que se realiza cada una de ellas-, o en los de Capafóns y Silva (1986) o Carver et al (1989), que desde otra perspectiva han construido sendos cuestionarios de afrontamiento (considerándolo como una tendencia relativamente estable) con excelentes cualidades psicométricas. Puede encontrarse una revisión de estos y otros instrumentos relacionados en Aliaga (1992).

Referencias bibliográficas

- Aldwin, C., Folkman, S., Schaefer, C., Coyne, J.C. y Lazarus, R.S. (1980, Septiembre). Ways of coping: A process measure. Escrito presentado en la reunión de la American Psychological Association, Montreal.
- Aldwin, C.M. y Revenson, T.A. (1987). Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 337-348.
- Aliaga, F. (1992). *Estrategias de auto-manejo ante situaciones adversas: un estudio comparativo*. Tesis doctoral. Universidad de Valencia.
- Capafóns, A. y Silva, F. (1986). *Manual del Cuestionario de Auto-Control Inicial y Adolescentes*. Madrid: TEA.
- Carver, C.S., Scheier, M.F. y Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Folkman, S. y Lazarus, R.S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.

- Folkman, S. y Lazarus, R.S. (1985). If It Changes It Must Be a Process: Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Folkman, S. y Lazarus, R.S. (1988). Coping as a Mediator of Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466-475.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A. y Gruen, R. (1986). Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Gruen, R.J. y DeLongis, A. (1986). Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 571-579.
- Folkman, S., Schaefer, C. y Lazarus, R. (1979). Cognitive Processes as Mediators of Stress and Coping. En Hamilton y Warburton (Eds.), op. cit.
- Glasgow, R.E., Klages, R.C., Mizes, J.S. y Pechacek, T.F. (1985). Quitting smoking: Strategies used and variables associated with success in a stop-smoking contest. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 905-912.
- Hart, K.E., Turner, S.H. y Cardozo, S.R. (1987). Stress, personality, coping and well being: a four wave longitudinal process study. *Person. indiv. Diff.*, 8, 591-593.
- Kerlinger, F.N. (1973). *Foundations of Behavioral Research*. Nueva York: Holt, Rinehart y Winston.
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Kuiper, N.A., Olinger, L.J. y Air, P.A. (1989). Stressful events, Dysfunctional Attitudes, Coping Styles, and Depression. *Person. Individ. Diff.*, 10, 229-237.
- Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. Nueva York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. Nueva York: Springer Publishing. (Trad. española: Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca, 1986).
- Maddi, S.R. (1986). The great stress-illness controversy. *Presidential address to Division 1 (General Psychology)* en la reunión anual de la American Psychological Association. Washington D.C.
- Manna, S. y Zautra, A.J. (1989). Spouse Criticism and Support: Their Association With Coping and Psychological Adjustment Among Women With Rheumatoid Arthritis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 608-617.
- Meichenbaum, D.H. (1974). *Cognitive behavior modification*. General Learning Press, Nueva York.
- Parkes, K.P. (1984). Locus of Control, Cognitive Appraisal, and Coping in Stressful Episodes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 655-668.
- Parkes, K.P. (1986). Coping in Stressful Episodes: The Role of Individual Differences, Environmental Factors, and Situational Characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1277-1292.
- Perri, M.G., Richards, C.S. y Schialtheris, K.R. (1977). Behavioral self-control and smoking reduction: A study of self-initiated attempts to reduce smoking. *Behavior Therapy*, 8, 360-365.
- Perri, M.G. y Richards, C.S. (1977). An investigation of naturally occurring episodes of self-controlled behavior. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 178-183.
- Rim, Y. (1986a). Ways of Coping, personality, age, sex and family structural variables. *Person. Individ. Diff.*, 7, 113-116.
- Rim, Y. (1986b). Dream content and daytime coping styles. *Person. Individ. Diff.*, 7, 259-261.
- Scheier, M.F., Weintraub, J.K. y Carver, C.S. (1986). Coping With Stress: Divergent Strategies of Optimists and Pessimists. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1257-1264.
- Smith, T.W., Pope, M.K., Rhodewalt, F. y Poulton, J. (1989). Optimism, Neuroticism, Coping, and Symptom Reports: An alternative Interpretation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 640-648.
- Solomon, Z., Avitzur, E. y Mikulincer, M. (1990). Coping Styles and Post-War Psychopathology among Israeli Soldiers. *Person. Individ. Diff.*, 11, 451-456.
- Solomon, Z., Mikulincer, M. y Avitzur, E. (1988). Coping, Locus of Control, Social Support, and Combat-Related Posttraumatic Stress Disorder: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 279-285.
- Stevens, M.J., Pfost, K.S. y Wesselt, A.B. (1987). The Relationship of Purpose in Life to Coping Strategies and Time Since the Death of a Significant Other. *Journal of Counseling and Development*, 65, 424-426.
- Stone, A.A. y Neale, J.M. (1984). New Measure of Daily Coping: Development and Preliminary Results. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 892-906.
- Stone, A.A., Greenberg, M.A., Kennedy-Moore, E. y Newman, M.G. (1991). Self-Report, Situation-Specific Coping Questionnaires: What Are they Measuring? *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 648-658.
- Tobin, D.L., Holdroyd, K.A., Reynolds, R.V. y Wigal, J.K. (1989). The Hierarchical Factor Structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 13, 343-361.
- Vitaliano, P., DeWolfe, D., Maiuro, R., Russo, J. y Katon, W. (1990). Appraised Changeability of the relationship between Coping and Depression: A Test of the Hypothesis of Fit. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 582-592.
- Vitaliano, P.P., Russo, J., Curt, J.E., Maiuro, R.D. y Becker, J. (1985). The Ways of Coping Checklist: Revision and Psychometric Properties. *Multivariate Behavioral Research*, 20, 3-26.
- Wall, P. y Metzack, R. (1984). *Textbook of Pain*. Edimburg (U.K.), Churchill Livingstone.
- Yela, M. (1956). *Psicología de las actitudes. El análisis factorial y las funciones del alma*. Madrid: Gedos.