

# Valor predictivo del locus de control, el apoyo social, la autonomía y las demandas sobre el afrontamiento del estrés en el trabajo

Lautaro Cirami

Universidad del Salvador, Argentina

 <https://ror.org/029efta16>

lautaro.cirami@usal.edu.ar

 <https://orcid.org/0000-0003-3886-5221>

Tomas Bautista Rodriguez Rotta

Universidad del Salvador, Argentina

 <https://ror.org/029efta16>

t.rodriguezrotta@usal.edu.ar


 <https://orcid.org/0009-0000-6454-4574>

Ana Rodriguez Melgarejo

Universidad del Salvador, Argentina

 <https://ror.org/029efta16>

Ana.rodriguezmelgarejo@usal.edu.ar

 <https://orcid.org/0000-0002-8512-1885>

Julián Andrés Mur

Universidad del Salvador, Argentina., Argentina

 <https://ror.org/029efta16>

julian.mur@usal.edu.ar

 <https://orcid.org/0000-0003-0450-5308>

María Carolina Pereyra Girardi

Universidad del Salvador., Argentina

 <https://ror.org/029efta16>

carolina.pereyra@usal.edu.ar



Acceso abierto diamante

## Resumen

Frente a los escenarios actuales en el mundo de las organizaciones, los trabajadores desarrollan estrategias de afrontamiento que les permitan transitar las transformaciones y el estrés generado por las mismas. El objetivo del presente estudio consiste en analizar cómo los componentes internos (locus de control) y externos (apoyo social, demandas y control del trabajo) influyen en las estrategias de afrontamiento del estrés en trabajadores residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). La muestra se conformó de 256 trabajadores. Se utilizaron los instrumentos 1) Escala de Locus de Control de Rotter, 2) Escala Breve de Afrontamiento al Estrés, 3) Job Content Questionnaire y un cuestionario sociodemográfico ad hoc. Se realizaron regresiones lineales simples y múltiples con el objetivo de evaluar el valor predictivo de las dimensiones del JCQ y el locus de control sobre las estrategias de afrontamiento evaluadas. Por un lado, bajos niveles de demandas en el trabajo predicen una mayor utilización de estrategias de afrontamiento activas cognitivas. Por otro lado, altos niveles de apoyo social y control se presentan como predictores del uso de afrontamiento activo conductual y emocional. Por otro, se pudo sostenerse de manera satisfactoria puesto que el Locus de Control externo parece funcionar como predictor de las estrategias de afrontamiento pasivas de tipo cognitivas, conductuales o emocionales. A partir de

estos resultados, es posible inferir recursos para el diseño de intervenciones tanto en el ámbito organizacional, así como también en el clínico en lo que respecta al área laboral de los consultantes.

**Palabras clave:** Estrategias de Afrontamiento, Estrés Laboral, Apoyo Social, Autonomía, Locus de Control.

## Abstract

Faced with the current scenarios in the world of organizations, workers develop coping strategies that allow them to navigate the transformations and the stress generated by them. The objective of the present study is to analyze how internal (locus of control) and external (social support, demands and work control) components influence stress coping strategies in workers residing in the Buenos Aires Metropolitan Area (AMBA). The sample consisted of 256 workers. The instruments were used: 1) Rotter's Locus of Control Scale, 2) Brief Coping with Stress Scale, 3) Job Content Questionnaire and an ad hoc sociodemographic questionnaire. Simple and multiple linear regressions were carried out with the objective of evaluating the predictive value of the JCQ dimensions and the locus of control on the coping strategies evaluated. On the one hand, low levels of job demands predict greater use of active cognitive coping strategies. On the other hand, high levels of social support and control are presented as predictors of the use of active behavioral and emotional coping. On the other hand, it could be satisfactorily supported since the external Locus of Control seems to function as a predictor of passive coping strategies of a cognitive, behavioral or emotional nature. Based on these results, it is possible to infer resources for the design of interventions both in the organizational sphere, as well as in the psychotherapy setting regarding the work area..

**Keywords:** Coping Strategies, Job Stress, Social Support, Autonomy, Locus of Control.

## Introducción

A partir de la pandemia de COVID, las organizaciones se vieron implicadas en catalizar procesos de transformación para adaptarse a los distintos desafíos económicos, sociales y psicológicos (Cirami et al., 2023; Ruiz-Frutos et al., 2020). Asimismo, estos cambios vertiginosos son impulsados por el acelerado avance de las tecnologías (Pujol-Cols & Arraigada, 2017). El teletrabajo y las modalidades híbridas, así como las metodologías ágiles y/o el uso de las tecnologías irrumpen en las organizaciones desde antes de la pandemia. No obstante, a partir de la emergencia sanitaria, estas nuevas lógicas laborales fueron utilizadas de manera masiva e incorporadas sin reparar en la capacitación que requieren (Errichiello y Pianese, 2021; Peiró, 2020). En este sentido, se reportaron altos niveles de estrés como consecuencia de estos escenarios donde priman las exigencias y la incertidumbre (Palermo et al., 2020).

Los estudios en relación a la calidad de vida en el trabajo han identificado una serie de síntomas relacionados como fatiga, falta de concentración, dolores abdominales, acidez, nerviosismo, inquietud, temblores, palpitaciones, sudoración, sofocos, así como cambios en el estado de ánimo, hábitos alimenticios y patrones de sueño (Cirami et al., 2021). Además, a partir de la pandemia de COVID-19, Salari et al. (2020) han informado que el estrés afecta al 29% de la población, la ansiedad al 31,9% y la depresión al 37,7%. Por lo tanto, resulta necesario disponer de información que permita entender estos nuevos escenarios para producir dispositivos de intervención adecuados al contexto actual. Sin embargo, los estudios sobre estas problemáticas actualizados al contexto de postpandemia son escasos, especialmente en el contexto argentino.

Uno de los modelos teóricos más utilizados para abordar la temática es el Modelo Transaccional del Estrés desarrollado por Richard Lazarus y Susan Folkman (Lazarus & Folkman, 1984; Carver y Connor-Smith, 2010). Este enfoque explica cómo los individuos perciben y afrontan los estresores; enfatizando la interacción transaccional y dinámica entre el individuo y su entorno, y resaltando consecuentemente el proceso de evaluación cognitiva y las estrategias de afrontamiento utilizadas en respuesta al estrés. Los autores definen el estrés a partir de la evaluación que el individuo hace de su entorno como una amenaza que pone en peligro su bienestar superando los recursos para afrontarla (Lazarus & Folkman, 1984).

En su interacción con el entorno, el individuo realiza una evaluación cognitiva caracterizada por dos valoraciones: primaria y secundaria. En una primera instancia (valoración primaria), evalúa al estímulo, al estresor como tal. A continuación (valoración secundaria), evalúa los recursos *externos e internos* para responder al mismo. A partir de esta evaluación el individuo despliega *estrategias de afrontamiento*, definidas por los autores como aquellas respuestas fisiológicas, psicológicas, afectivas, conductuales y sociales que se activan para superar, inhibir o evitar situaciones de estrés (Lazarus & Folkman, 1984). En cuanto a los recursos externos de la valoración secundaria, la persona que se enfrenta a determinado estresor o situación estresante, utiliza recursos presentes en el medio para desarrollar su respuesta de afrontamiento. Un ejemplo de esto en un contexto laboral sería consultar a un compañero de trabajo sobre cómo realizar una tarea novedosa.

Dentro de los recursos internos que intervienen en la valoración secundaria, resulta significativo indagar sobre el locus de control, estudiado y conceptualizado en sus inicios por Rotter (1966). El locus de control se define como las creencias sobre el grado de control que las personas tienen sobre los eventos en sus vidas (Galvin, Randel, Collins, Johnson, 2018; Rotter, 1966). Este proceso presenta dos modalidades: *locus de control interno* y *locus de control externo*. El locus de control interno se define por las creencias de control sobre las variables del medio, como por ejemplo creer que uno recibe un aumento en el trabajo porque hizo un trabajo brillante. Por otro lado, el locus de control externo se define por la atribución a causas ajenas para explicar los eventos y resultados del medio, ejemplificado por el hecho de creer que uno consigue éxitos o fracasos por causas sobrenaturales.

Esta variable fue estudiada desde sus inicios en contextos laborales, y en esta dirección el locus de control interno en el trabajo suele estar asociado a altos niveles de autoeficacia, bienestar, motivación intrínseca y alto

rendimiento en el trabajo, mientras que el locus de control externo se asocia a niveles altos de sintomatología, estrés, ansiedad y depresión (April, Dharani, & Peters, 2012; Ariza-Montes, Leal-Rodríguez, Rodríguez-Félix, & Albort-Morant, 2017; Ng, Sorensen, & Eby, 2006; Zigarmi, Galloway, & Roberts, 2018).

En este panorama complejo, los fenómenos psicoemocionales asociados al contexto laboral requieren un abordaje multidimensional para su estudio. En este sentido, el modelo teórico de Demandas y Control en el trabajo postulado por Karasek (1998) propone un abordaje complejo sobre el fenómeno del estrés laboral, teniendo en cuenta no sólo las exigencias y estresores asociados, sino también la relación de estas demandas con los recursos personales, sociales y organizacionales percibidos por los trabajadores.

En resumen, los estudios mencionados hasta el momento sobre estrés laboral y recursos de afrontamiento se centran en la identificación de perfiles de afrontamiento, o bien, de determinados perfiles relacionados con distintos niveles de estrés y sintomatología. Sin embargo, son insuficientes los estudios que indaguen sobre los mecanismos y procesos específicos de las respuestas de afrontamiento en un nivel de análisis cognitivo. Sobre la base de lo expuesto, el objetivo del presente estudio consiste en analizar cómo los componentes internos (locus de control) y externos (apoyo social, demandas y control del trabajo) influyen en las estrategias de afrontamiento del estrés en trabajadores residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). Por último, las hipótesis del presente estudio son:

**H1:** Las variables apoyo social, control del trabajo y demandas son predictoras del uso de estrategias de afrontamiento activas conductuales, cognitivas y emocionales.

**H2:** El locus de control externo es predictor del uso de estrategias de afrontamiento pasivas conductuales, cognitivas y emocionales.

## Método

### Diseño

Se trató de un estudio cuantitativo no experimental de alcance descriptivo correlacional y corte transversal (Hernandez et al., 2010)

### Participantes

La muestra se conformó de 256 trabajadores de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires (AMBA) que tuvieran un mínimo de 6 meses de antigüedad en su puesto laboral. La media de edad fue de 36,12 años (DE= 13,89, rango= 18:86). El 64% de la muestra fue de género femenino, el 35% de género masculino, y el 1% indicó género no binario. En cuanto al tipo de organización, el 75% de los participantes son del sector privado, mientras que un 22% es de sector público y un 3% del tercer sector (p.e. cooperativas, ONGs, asociaciones de voluntariado, fundaciones, etc).

### Instrumentos

Para la recolección de datos se utilizaron cuatro instrumentos:

*Cuestionario socio-demográfico-laboral ad hoc:* se relevaron variables como edad, género y tipo de organización laboral.

*Adaptación de la Escala de Locus de Control de Rotter* (Brenlla & Vázquez, 2010): Este instrumento se compone de 29 ítems (23 que evalúan expectativas generalizadas de control sobre refuerzos y eventos vitales, y 6 ítems distractores). Cada ítem consiste en dos frases, una relativa al locus interno y otra al externo. La persona que responde debe elegir sólo una de estas opciones. El coeficiente de alfa de Cronbach fue de .652 (Brenlla & Vázquez, 2010). La puntuación total de la escala se extrae a partir de la suma de los ítems de locus externo. Una baja puntuación en esta escala supone un locus interno mayor.

*Escala Breve de Afrontamiento al Estrés* (Brenlla & Geromini, 2008): Este instrumento consiste en 28 ítems que evalúan 14 estrategias de afrontamiento. Es una traducción y validación del Brief COPE de Carver (1997). Los ítems tienen una escala Likert del 1 al 4, siendo 1 “Nunca hago esto” y 4 “Suelo hacer esto mucho”. Una de las virtudes de este instrumento es su versatilidad para analizar la asociación de las distintas estrategias y generar un segundo orden de análisis. Una de las configuraciones más recurrentes del instrumento consiste en identificar estrategias activas y estrategias pasivas (Morán et al., 2014; Morán, Landero, & González, 2010).

*Versión en español del Job Content Questionnaire* (Cirami et al., 2023): Este cuestionario consiste en 22 ítems que evalúan 3 dimensiones: Apoyo social (de los pares y superiores), Demandas (exigencias, volumen de trabajo y tiempo para realizarlo) y Control del trabajo (autonomía). Los ítems tienen una escala Likert del 1 al 4, siendo 1 “totalmente en desacuerdo” y 4 “totalmente de acuerdo”. Los coeficientes de alfa ordinal para cada escala son de .87 para apoyo social, .8 para demandas, y .91 para control del trabajo (Cirami et al., 2023).

## Procedimiento

Se administró el macrocuestionario a trabajadores de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Gran Buenos Aires (AMBA). La administración fue de manera grupal e individual en formato presencial y virtual, y contó con una duración estimada de 25 minutos. Antes de responder el cuestionario, los participantes que accedieron a ser parte del estudio firmaron el consentimiento informado en donde se presentaron los objetivos de la investigación y se les solicitó permiso para trabajar con sus respuestas de forma anónima y con fines investigativos. Los datos fueron procesados a través del software IBM SPSS Statistics 22.

## Análisis estadístico

Para la primera aproximación de los datos se utilizó estadística descriptiva por medio de medidas de tendencia central y dispersión. Con el fin de detectar casos atípicos se utilizó el criterio de Mahalanobis y la prueba de Leverage. Luego se realizó un estudio descriptivo (medias y desviaciones típicas) para la edad y para las distintas subescalas del Job Contents Questionnaire (JCQ), la Escala de Locus de Control de Rotter y de la Escala Breve de Afrontamiento. A continuación calcularon las correlaciones de Pearson entre las distintas dimensiones de las variables del estudio. Finalmente, se realizaron regresiones lineales simples y múltiples con el objetivo de evaluar el valor predictivo de las dimensiones del JCQ y el locus de control sobre las estrategias de afrontamiento evaluadas. Para éstos análisis, en primera instancia se empleó un intervalo de confianza del 95% (IC 95%) y se utilizó un nivel de significación de  $p < .05$ . Sin embargo, al realizar varios análisis con distintas variables dependientes, se optó por utilizar la corrección de Bonferroni para mitigar el error de tipo I. En todos los casos, con la corrección de Bonferroni, el  $p$  valor ajustado fue de .008.

## Resultados

El criterio de Mahalanobis y la prueba de Leverage descartaron la presencia de casos atípicos que estén influyendo sobre las variables estudiadas. En la Tabla 1 se presentan los estadísticos descriptivos para las variables cuantitativas del estudio,

**Tabla 1.** Estadísticos descriptivos para las variables analizadas (N=256)

<b>Tabla 1.</b> Estadísticos descriptivos para las variables analizadas (N= 256).				
	M	DE	Mínimo	Máximo
Demandas	13,660	2,995	6	20
Control	16,402	3,302	8	24
Apoyo	25,449	4,235	10	34
Locus de control externo	9,553	2,829	1	17
AA conductual	14,215	2,595	133	145
AA cognitivo	16,793	3,279	8	24
AA emocional	5,547	1,673	2	8
AP conductual	11,569	3,002	6	21
AP cognitivo	12,191	3,071	6	21
AP emocional	28,992	5,466	14	47

AA= Afrontamiento Activo; AP =Afrontamiento Pasivo.

### Correlaciones entre las variables estudiadas

Se hallaron correlaciones positivas significativas entre control del trabajo y afrontamiento activo conductual ( $r = .169$ ,  $p < .01$ ) y emocional ( $r = .166$ ,  $p < .01$ ). Además, existen correlaciones positivas significativas entre apoyo social y afrontamiento activo conductual ( $r = .230$ ,  $p < .01$ ) y emocional ( $r = .214$ ,  $p < .01$ ). Por otro lado, se halló una correlación negativa significativa entre demandas del trabajo y afrontamiento activo cognitivo ( $r = .131$ ,  $p < .05$ ).

Por último, se evidenciaron correlaciones positivas significativa entre locus de control externo y estrategias de afrontamiento pasivas conductuales ( $r = .225$ ,  $p < .01$ ), cognitivas ( $r = .135$ ,  $p < .05$ ) y emocionales ( $r = .219$ ,  $p < .01$ ).

Tabla 2. Matriz de correlaciones para las variables analizadas.

Tabla 2. Matriz de correlaciones para las variables analizadas.

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7-	8.	9.
1. Demandas	-								
2. Control	,359**	-							
3. Apoyo	0,102	,366**	-						
4. LoC Externo	0,088	-0,017	0,016	-					
5. AA conductuales	0,012	,169**	,230**	-0,071	-				
6. AA cognitivas	-,131*	0,073	0,100	0,027	,416**	-			
7. AA emocionales	0,040	,166**	,214**	0,079	,569**	,174**	-		
8. AP conductuales	0,024	-0,031	-0,039	,225**	0,047	,223**	,255**	-	
9. AP cognitivas	0,055	-0,045	0,002	,135*	,148*	,167**	0,094	,322**	-
10. AP Emocionales	0,037	-0,042	0,008	,219**	,224**	,278**	,310**	,798**	,766**

Nota: LoC= Locus de control; AA= Afrontamiento Activo; AP =Afrontamiento Pasivo. \*p < .05; \*\*p < .01.

### Análisis de las variables predictoras del afrontamiento

A continuación, se presentan los resultados de los modelos de regresión utilizados para evaluar el nivel de predicción de las variables que se asocian a las estrategias de afrontamiento. Para ello se llevaron adelante tres modelos de regresión lineal simple (cuando sólo hay una variable independiente) y dos modelos de regresión lineal múltiple (cuando hay más de dos variables independientes posibles), teniendo en cuenta las correlaciones previamente obtenidas asociadas a las hipótesis planteadas. Al ser modelos con poca cantidad de variables, se tendrá en cuenta el R2 sin ajustar para determinar la varianza explicada.

En cuanto a los modelos de regresión lineal simple, la variable demandas del trabajo explica un 1,7% de la varianza del afrontamiento activo cognitivo. Mientras que el locus de control externo presenta efectos estadísticamente significativos sobre las estrategias de afrontamientos pasivas conductuales, cognitivas y emocionales, explicando un 5,1%, 1,8% y 4,8% respectivamente (ver Tabla 3).

Un primer modelo lineal múltiple indicó que tanto el control del trabajo como el apoyo social en el trabajo tienen efectos estadísticamente significativos sobre el afrontamiento activo conductual, explicando un 6,1% de la varianza (ver Tabla 4). Mientras que un segundo modelo lineal múltiple evidenció que el control del trabajo como el apoyo social en el trabajo presentaron efectos estadísticamente significativos sobre el afrontamiento activo emocional, explicando un 5,5% de la varianza (ver Tabla 5).

**Tabla 3.** Modelos de regresión lineal simple de las variables que presentan correlaciones significativas.

**Tabla 3.** Modelos de regresión lineal simple de las variables que presentan correlaciones significativas.

	Predictores				Modelo		
	B	beta	95% IC	R2	R2 ajustado	F	f2
Demandas - AA Cog	-.144	-.131	[-.278, -.010]	.017	.013	4.461**	.02
Loc Ext - AP Cond	.239	.225	[.111, .367]	.051	.047	13.520***	.05
Loc Ext - AP Cog	.146	.135	[.014, .279]	.018	.014	4.715*	.02
Loc Ext - AP Emo	.423	.119	[-.189, .656]	.048	.044	12.713***	.05

Nota: IC= intervalo de confianza; LoC Ext= locus de control externo; AA cog= afrontamiento activo cognitivo; AA Cond= afrontamiento activo conductual; AA emo= afrontamiento activo emocional; AP cog= afrontamiento activo cognitivo; AP Cond= afrontamiento pasivo conductual; AP emo= afrontamiento pasivo emocional; \*p < .05; \*\*p < .01; \*\*\*p valor ajustado < .008.

**Tabla 4.** Modelo de regresión lineal múltiple de las variables que presentan correlaciones significativas con la variable AA Cond.

**Tabla 4.** Modelo de regresión lineal múltiple de las variables que presentan correlaciones significativas con la variable AA Cond.

	Predictores				Modelo		
	B	beta	95% IC	R2	R2 ajustado	F	f2
Control - AA Cond	.077	.051	[-.024, .179]	.061	.054	8.250***	.06
Apooyo - AA Cond	.119	.194	[.040, .198]				

Nota: IC= intervalo de confianza; LoC Ext= locus de control externo; AA cog= afrontamiento activo cognitivo; AA Cond= afrontamiento activo conductual; AA emo= afrontamiento activo emocional; AP cog= afrontamiento activo cognitivo; AP Cond= afrontamiento pasivo conductual; AP emo= afrontamiento pasivo emocional; \*p < .05; \*\*p < .01; \*\*\*p valor ajustado < .008.

Tabla 5. Modelo de regresión lineal múltiple de las variables que presentan correlaciones significativas con la variable AA Emo.

**Tabla 5.** *Modelo de regresión lineal múltiple de las variables que presentan correlaciones significativas con la variable AA Emo.*

	Predictores				Modelo		
	B	beta	95% IC	R2	R2 ajustado	F	f2
Control - AA Emo	.051	.033	[-.014, .117]	.055	.047	7.328***	.06
Apoyo - AA Emo	.070	.026	[.019, .121]				

Nota: IC= intervalo de confianza; LoC Ext= locus de control externo; AA cog= afrontamiento activo cognitivo; AA Cond= afrontamiento activo conductual; AA emo= afrontamiento activo emocional; AP cog= afrontamiento activo cognitivo; AP Cond= afrontamiento pasivo conductual; AP emo= afrontamiento pasivo emocional; \*p < .05; \*\*p < .01; \*\*\*p valor ajustado < .008.

## Discusión

La pandemia de COVID-19 ha acelerado la transformación de las organizaciones, impulsándolas a adaptarse a los desafíos económicos, sociales y psicológicos (Cirami et al., 2023; Ruiz-Frutos et al., 2020). El rápido avance tecnológico ha impulsado un cambio acelerado en las organizaciones, donde el teletrabajo, las modalidades híbridas y las metodologías ágiles ya estaban presentes antes de la pandemia, pero su adopción masiva durante la emergencia sanitaria fue rápida y sin una capacitación adecuada (Errichiello y Pianese, 2021; Palermo et al., 2020; Peiró, 2020). Esta reestructuración del mundo de las organizaciones exige una actualización constante para comprender los procesos psicológicos subyacentes. Asimismo, son escasos los estudios que analicen los procesos vinculados a la evaluación cognitiva para la elección de estrategias de afrontamiento del estrés laboral, particularmente en el contexto actual de post pandemia.

En este sentido, el presente estudio se propuso indagar sobre aspectos relacionados con la calidad de vida y la salud en el trabajo, explorando los componentes internos (locus de control) y externos (apoyo social, demandas y control del trabajo) y su valor en la elección de estrategias de afrontamiento del estrés en trabajadores residentes del AMBA con el fin de comprender sobre los procesos que subyacen al estrés laboral y su regulación.

### Control, apoyo social, demandas y afrontamiento activo

La Hipótesis 1 del presente estudio se ha verificado parcialmente. Por un lado, bajos niveles de demandas en el trabajo predicen una mayor utilización de estrategias de afrontamiento activas cognitivas. Por otro lado, altos niveles de apoyo social y control se presentan como predictores del uso de afrontamiento activo conductual y emocional.

En cuanto a la relación entre demandas y afrontamiento activo cognitivo, puede explicarse a partir de modelos atencionales (Kahneman, 1973). En este modelo, los recursos atencionales son limitados y deben gestionarse. Si se distribuyen los recursos atencionales de manera masiva a las exigencias y demandas laborales, es esperable que la persona pierda el foco en lo que refiere a la planificación para resolver dicha situación. En otras palabras, si la atención se estrecha sobre los estresores, se estrechan también las posibilidades de tomar distancia y evaluar de manera flexible los posibles planes de acción para lidiar con la situación. Compas y Boyer (2001) realizaron una revisión sobre la relación entre afrontamiento y atención en la cual sostienen que si la percepción del estrés es muy alta (distress) se alteraría la autorregulación y se tendería a perder el foco sobre afrontamientos activos y centrados en el problema.

Respecto del apoyo social, la identificación de recursos interpersonales en el entorno laboral podrían estar impactando sobre estrategias que consisten en la resolución de problemas y la puesta en marcha de acciones para hacer frente a las exigencias que se presentan. Además, si se conciben aspectos de apoyo social en el trabajo, es necesario tener en cuenta que esto subyace al despliegue de comportamientos asociados a la búsqueda del apoyo emocional para atravesar situaciones problemáticas o de exigencia. De esta manera, en función de los resultados se puede sostener la hipótesis 1, la cual propone que los trabajadores con mayor apoyo social, mayor control del trabajo y menor nivel de demandas presentan mayor uso de estrategias de afrontamiento activas conductuales, cognitivas y emocionales.

Estos hallazgos son consistentes con la evidencia de Wang y Lei (2023) que sostienen una fuerte relación entre el apoyo social y la proactividad enriqueciendo el rendimiento, la satisfacción y las relaciones en el trabajo. En este sentido, si bien no se está estudiando la variable afrontamiento, se están analizando conductas y dinámicas propias de un afrontamiento activo conductual y emocional.

Chen et al. (2019) también proponen modelos similares al anterior en donde el apoyo social impacta sobre el uso de estrategias de afrontamiento adaptativas y funciona como un moderador del burnout y cuadros de ansiedad y depresión. En esta misma dirección, Jolly et al. (2021) realizaron una revisión integradora del rol del

apoyo social en el trabajo. Los estudios analizados y los modelos teóricos convergen con los hallazgos obtenidos en este estudio puesto que el apoyo social favorece la calidad de las relaciones, las reacciones positivas, el desempeño y el manejo de las exigencias.

Por último, el control se entiende como el nivel de autonomía que el trabajador tiene para realizar sus tareas. Este constructo comprende la disponibilidad de conocimientos, aprendizaje de los mismos, tiempo y libertad para planificar la realización de las actividades laborales. Por lo tanto, en lo que refiere a la evaluación secundaria que postulan Lazarus y Folkman (1984), estarían siendo valorados estos recursos internos con los que cuentan los trabajadores en relación a poder gestionar sus conocimientos y ritmos de trabajo para afrontar de manera activa los estresores de la cotidianidad laboral. A su vez, contar con autonomía supone una fuente de autoeficacia, la cual puede servir también de moderadora para la regulación emocional como estrategia de afrontamiento (Bandura, 2023). Distintos estudios evidencian el impacto beneficioso de la autonomía sobre la calidad de vida en el trabajo (Tahar et al., 2023; Pan et al., 2023).

En síntesis, al evaluar y percibir demandas adecuadas, apoyo social y control para hacer frente al trabajo, se dispone de recursos que facilitan acciones para lidiar con las situaciones exigentes del entorno laboral, así como también para depositar la confianza en otros y buscar regulación emocional compartiendo y empatizando con compañeros, líderes o colaboradores en el trabajo. Mientras que la percepción elevada de demandas desfavorece la utilización de afrontamiento activo cognitivo puesto que la atención se encuentra limitada consumiendo recursos cognitivos que podrían orientarse a la planificación para resolver situaciones.

### **Locus de control externo y estrategias de afrontamiento pasivas.**

El locus de control externo se refiere a la creencia de que los eventos y resultados están principalmente determinados por fuerzas externas fuera del control personal. Esta mentalidad puede llevar a un enfoque pasivo del afrontamiento, donde los individuos tienden a percibir que tienen poco control sobre su situación y, por lo tanto, adoptan una actitud más resignada o dependiente. En lugar de buscar activamente soluciones o estrategias para abordar los desafíos, aquellos con un locus de control externo tienden a atribuir los resultados a factores externos, lo que puede llevar a una sensación de impotencia y desesperanza. Respecto de lo conductual, la persona puede concebirse a sí misma con baja autoeficacia abandonando la acción sobre los problemas. En cuanto a lo cognitivo, al poner el foco de atención en variables externas, los sujetos suelen descomprometerse con su rol dentro de las situaciones que viven evitando pensar en ello o buscar modos de actuar sobre las exigencias que lo desequilibran. Asimismo, al atribuir a factores externos lo que les sucede, las personas suelen desestimar los beneficios de buscar apoyo en los demás.

En una revisión teórica, Patra et al. (2021) sostienen que el locus de control puede influir y relacionarse con estilos o estrategias de afrontamiento. En este caso, el locus de control externo se asocia a la elección de estrategias de afrontamiento pasivas, lo cual coincide con la bibliografía teórica y empírica previa. Esto se condice con otros estudios en donde el locus de control externo se asocia a niveles mayores de estrés y de descompromiso con el manejo de las exigencias que conlleva el mismo (Mawson et al., 2021; Ryon y Gleason, 2013).

En cuanto a la segunda hipótesis pudo sostenerse de manera satisfactoria puesto que el Locus de Control externo parece funcionar como predictor de las estrategias de afrontamiento pasivas de tipo cognitivas, conductuales o emocionales.

El locus de control externo se refiere a la creencia de que los eventos y resultados están principalmente determinados por fuerzas externas fuera del control personal. Esta mentalidad puede llevar a un enfoque pasivo del afrontamiento, donde los individuos tienden a percibir que tienen poco control sobre su situación y, por lo tanto, adoptan una actitud más resignada o dependiente. En lugar de buscar activamente soluciones o estrategias para abordar los desafíos, aquellos con un locus de control externo tienden a atribuir los resultados a factores externos, lo que puede llevar a una sensación de impotencia y desesperanza. Respecto de lo conductual,

la persona puede concebirse a sí misma con baja autoeficacia abandonando la acción sobre los problemas. En cuanto a lo cognitivo, al poner el foco de atención en variables externas, los sujetos suelen descomprometerse con su rol dentro de las situaciones que viven evitando pensar en ello o buscar modos de actuar sobre las exigencias que lo desequilibran. Asimismo, al atribuir a factores externos lo que les sucede, las personas suelen desestimar los beneficios de buscar apoyo en los demás.

En una revisión teórica, Patra et al. (2021) sostienen que el locus de control puede influir y relacionarse con estilos o estrategias de afrontamiento. En este caso, el locus de control externo se asocia a la elección de estrategias de afrontamiento pasivas, lo cual coincide con la bibliografía teórica y empírica previa. Esto se condice con otros estudios en donde el locus de control externo se asocia a niveles mayores de estrés y de descompromiso con el manejo de las exigencias que conlleva el mismo (Mawson et al., 2021; Ryon y Gleason, 2013).

Sprung y Jex (2012) hallaron resultados similares en torno al locus de control y la regulación del estrés teniendo en cuenta comportamientos contraproducentes y en el trabajo. Los investigadores evidenciaron que el locus de control externo explica comportamientos de descompromiso y de conflicto interpersonal. De este modo, si bien no estudian directamente los estilos de afrontamiento, se sostiene que hay acciones evitativas, de negación, de descompromiso y un alejamiento de las estrategias de resolución de problemas y de regulación emocional. En esta misma dirección, Ng et al. (2006) y Wang (2010) realizaron metaanálisis donde ambos estudios hallaron que el locus de control externo se asocia a estrategias evitativas, a la baja motivación y al descompromiso con las tareas laborales, así como también a niveles mayores de estrés.

Asimismo, se puede estudiar el impacto del locus de control desde modelos más complejos como el Modelo Bidimensional del Locus de Control en donde se puede estudiar de manera diferenciada el locus interno y el externo.

En cuanto a la segunda hipótesis pudo sostenerse de manera satisfactoria puesto que el Locus de Control externo parece funcionar como predictor de las estrategias de afrontamiento pasivas de tipo cognitivas, conductuales o emocionales.

El locus de control externo se refiere a la creencia de que los eventos y resultados están principalmente determinados por fuerzas externas fuera del control personal. Esta mentalidad puede llevar a un enfoque pasivo del afrontamiento, donde los individuos tienden a percibir que tienen poco control sobre su situación y, por lo tanto, adoptan una actitud más resignada o dependiente. En lugar de buscar activamente soluciones o estrategias para abordar los desafíos, aquellos con un locus de control externo tienden a atribuir los resultados a factores externos, lo que puede llevar a una sensación de impotencia y desesperanza. Respecto de lo conductual, la persona puede concebirse a sí misma con baja autoeficacia abandonando la acción sobre los problemas. En cuanto a lo cognitivo, al poner el foco de atención en variables externas, los sujetos suelen descomprometerse con su rol dentro de las situaciones que viven evitando pensar en ello o buscar modos de actuar sobre las exigencias que lo desequilibran. Asimismo, al atribuir a factores externos lo que les sucede, las personas suelen desestimar los beneficios de buscar apoyo en los demás.

En una revisión teórica, Patra et al. (2021) sostienen que el locus de control puede influir y relacionarse con estilos o estrategias de afrontamiento. En este caso, el locus de control externo se asocia a la elección de estrategias de afrontamiento pasivas, lo cual coincide con la bibliografía teórica y empírica previa. Esto se condice con otros estudios en donde el locus de control externo se asocia a niveles mayores de estrés y de descompromiso con el manejo de las exigencias que conlleva el mismo (Mawson et al., 2021; Ryon y Gleason, 2013).

Sprung y Jex (2012) hallaron resultados similares en torno al locus de control y la regulación del estrés teniendo en cuenta comportamientos contraproducentes y en el trabajo. Los investigadores evidenciaron que el locus de control externo explica comportamientos de descompromiso y de conflicto interpersonal. De este modo, si bien no estudian directamente los estilos de afrontamiento, se sostiene que hay acciones evitativas, de negación, de descompromiso y un alejamiento de las estrategias de resolución de problemas y de regulación

emocional. En esta misma dirección, Ng et al. (2006) y Wang (2010) realizaron metaanálisis donde ambos estudios hallaron que el locus de control externo se asocia a estrategias evitativas, a la baja motivación y al descompromiso con las tareas laborales, así como también a niveles mayores de estrés.

Lo que resulta interesante en el presente estudio, es que el locus de control externo pareciera ser un predictor de la evitación. En esta línea, se sugiere profundizar sobre el estudio de variables asociadas con la evitación experiencial en donde la falta de compromiso y la pasividad serían factores mantenedores de la sintomatología de estrés, ansiedad y depresión (Barlow et al., 1996; Chawla y Ostafin, 2007).

### *Limitaciones y futuros estudios*

El presente estudio no se encuentra exento de limitaciones. En primer lugar, los resultados expuestos presentan valores estadísticos bajos a partir de los coeficientes de correlación obtenidos evidenciando la necesidad de trabajar con muestras más robustas. En este sentido, también se propone la puesta a prueba de otros modelos teóricos similares al empleado en la presente investigación, pero que guarden una relación en torno a los aspectos de evaluación cognitiva y de factores psicosociales.

Además, se podría profundizar el estudio del apoyo social y el afrontamiento desde un modelo teórico que se centre en las relaciones y roles laborales. En este sentido, también podrían explorarse climas de trabajo y culturas organizacionales que funcionan como habilitantes de ciertos estilos para lidiar con las exigencias laborales. Finalmente, los estilos de liderazgo también pueden ser futuros marcos de estudio en torno al afrontamiento.

Asimismo, se puede estudiar el impacto del locus de control desde modelos más complejos como el Modelo Bidimensional del Locus de Control en donde se puede estudiar de manera diferenciada el locus interno y el externo.

### *Conclusión*

El presente estudio resulta valioso en tanto aborda una problemática en un contexto nuevo y desde modelos teóricos poco explorados en lo que refiere a la articulación del estrés, locus de control, recursos y afrontamiento. Como se mencionó en párrafos anteriores, conocer la relación entre estas variables permite el diseño de intervenciones tanto en el ámbito organizacional, así como también en el clínico en lo que respecta al área laboral de los consultantes.

### *Agradecimientos*

El presente estudio de enmarca en un proyecto de investigación acreditado por el Instituto de Investigación en Psicología. Vicerrectorado de Investigación y Desarrollo (VRID), USAL.

## Referencias bibliográficas

- April, K. A., Dharani, B., & Peters, K. (2012). Impact of locus of control expectancy on level of well-being. *Rev. Eur. Stud.*, 4, 124. <https://doi.org/10.5539/res.v4n2p124>
- Ariza-Montes, A., Leal-Rodríguez, A. L., Rodríguez-Félix, L., & Albort-Morant, G. (2017). Can an internal locus of control and social support reduce work-related levels of stress and strain? *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 59(9), 903-912. <http://dx.doi.org/10.1097/JOM.0000000000001096>
- Bandura, A. (2023). *Cultivate self-efficacy for personal and organizational effectiveness. Principles of Organizational Behavior: The Handbook of Evidence-Based Management* (3rd Ed.). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119206422.ch10>
- Brenlla, M., & Vázquez, N. (2010). Análisis Psicométrico de la adaptación argentina de la escala de Locus de Control de Rotter. *Documento de Trabajo* (2)15. Recuperado en [https://www.researchgate.net/publication/272490403\\_Analisis\\_Psicometrico\\_de\\_la\\_adaptacion\\_argentina\\_de\\_la\\_escala\\_de\\_Locus\\_de\\_Control\\_de\\_Rotter](https://www.researchgate.net/publication/272490403_Analisis_Psicometrico_de_la_adaptacion_argentina_de_la_escala_de_Locus_de_Control_de_Rotter)
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual review of psychology*, 61(1), 679-704. doi: 10.1146/annurev.psych.093008.100352
- Chawla, N., & Ostafin, B. (2007). Experiential avoidance as a functional dimensional approach to psychopathology: An empirical review. *Journal of Clinical Psychology*, 63(9), 871-890. <https://doi.org/10.1002/jclp.20400>
- Chawla, N., & Ostafin, B. (2007). *Experiential avoidance as a functional dimensional approach to psychopathology: An empirical review*. *Journal of Clinical Psychology*, 63(9), 871-890. <https://doi.org/10.1002/jclp.20400>
- Cirami, L., Córdoba, E., & Ferrari, L. (2021). Estrategias de afrontamiento del estrés laboral en trabajadores de la salud y reflexiones acerca de las transformaciones organizacionales a partir de la pandemia de COVID-19. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 24(2), 118-132(2020)., 24, 118–132.
- Cirami, L., Mur, J.A., Rodríguez Melgarejo, A. y Pereyra Girardi, C.I. (2023). Adaptación cultural y validación del Job Contents Questionnaire (JCQ) para trabajadores argentinos. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 13(2), 50-76. doi: <http://dx.doi.org/10.26864/PCS.v13.n2>.
- Compas, B. E., & Boyer, M. C. (2001). Coping and attention: Implications for child health and pediatric conditions. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 22(5), 323-333. <https://doi.org/10.1096-206X/00/2205-0323>
- Galvin, B. M., Randel, A. E., Collins, B. J., & Johnson, R. E. (2018). Changing the focus of locus (of control): A targeted review of the locus of control literature and agenda for future research. *Journal of Organizational Behavior*, 39(7), 820-833. <https://doi.org/10.1002/job.2275>
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152–1168. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.64.6.1152>
- Karasek, R., Brisson, C., Kawakami, N., Houtman, I., Bongers, P., & Amick, B. (1998). The Job Content Questionnaire (JCQ): an instrument for internationally comparative assessments of psychosocial job characteristics. *Journal of occupational health psychology*, 3(4), 322. <https://doi.org/10.1037//1076-8998.3.4.322>

- Khalil, E. L. (2022). The information inelasticity of habits: Kahneman's bounded rationality or Simon's procedural rationality?. *Synthese*, 200(4), 343.
- Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping* (Vol. 464). Springer.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Cognitive theories of stress and the issue of circularity. In *Dynamics of stress: Physiological, psychological and social perspectives* (pp. 63-80). Boston, MA: Springer US.
- Morán, C., Landero, R., & González, M. T. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552.
- Ng, T. W., Sorensen, K. L., & Eby, L. T. (2006). Locus of control at work: a meta-analysis. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 27(8), 1057-1087. <https://doi.org/10.1002/job.416>
- Palermo, H. M., Radetich, N., & Reygadas, L. (2020). Trabajo mediado por tecnologías digitales: sentidos del trabajo, nuevas formas de control y trabajadores ciborg. *Revista Latinoamericana de Antropología del trabajo*, 4(7).
- Pan, H. L. W., Chung, C. H., & Lin, Y. C. (2023). Exploring the predictors of teacher well-being: An analysis of teacher training preparedness, autonomy, and workload. *Sustainability*, 15(7), 5804. <https://doi.org/10.3390/su15075804>
- Peiró, J. M., & Soler, A. (2020). El impulso al teletrabajo durante el COVID-19 y los retos que plantea. *IvieLAB*, 1, 1-10.
- Pujol-Cols, L., & Arraigada, M. (2017). Psychometric properties of the Copsoq-Istas psychosocial risk questionnaire 21 in Argentinian university teachers. *Cuadernos de Administracion*, 30(55), 97-125. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.cao30-55.ppcr>
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80, 609. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Ruiz-Frutos, C., & Gómez-Salgado, J. (2021). Efectos de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de la población trabajadora. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 24(1), 6-11. <https://dx.doi.org/10.12961/apr.2021.24.01.01>
- Salari, N., Hosseini-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M. & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Globalization and health*, 16(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00589-w>
- Sprung, J.M. and Jex, S.M. 2012. Work Locus of Control as a Moderator of the Relationship Between Work Stressors and Counterproductive Work Behaviour. *International Journal of Stress Management*, 2012, Vol. 19, No. 4, 272-291. DOI: 10.1037/a0030320
- Tahar, Y. B., Rejeb, N., Maalaoui, A., Kraus, S., Westhead, P., & Jones, P. (2023). Emotional demands and entrepreneurial burnout: the role of autonomy and job satisfaction. *Small Business Economics*, 61(2), 701-716. <https://doi.org/10.1007/s11187-022-00702-w>
- Zigarmi, D., Galloway, F. J., & Roberts, T. P. (2018). Work locus of control, motivational regulation, employee work passion, and work intentions: An empirical investigation of an appraisal model. *Journal of Happiness Studies*, 19, 231-256. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9813-2>

## Información adicional

*redalyc-journal-id: 6723*



**Disponible en:**

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=672383122005>

Cómo citar el artículo

Número completo

Más información del artículo

Página de la revista en redalyc.org

Sistema de Información Científica Redalyc  
Red de revistas científicas de Acceso Abierto diamante  
Infraestructura abierta no comercial propiedad de la  
academia

Lautaro Cirami, Tomas Bautista Rodriguez Rotta,  
Ana Rodriguez Melgarejo, Julián Andrés Mur,  
María Carolina Pereyra Girardi

**Valor predictivo del locus de control, el apoyo social, la  
autonomía y las demandas sobre el afrontamiento del  
estrés en el trabajo**

*PSOCIAL*

vol. 11, núm. 1, e3, 2025

Universidad de Buenos Aires, Argentina

[hugosimkin@sociales.uba.ar](mailto:hugosimkin@sociales.uba.ar)

**ISSN-E:** 2422-619X

**DOI:** <https://doi.org/10.62174/psocial.10258>