

Afrontamiento y Autocontrol en Adolescentes Michoacanos: Evaluando su Alternativa de ¿Migrar o no Migrar?

Angélica Ojeda García¹

Dyana Ivette Espinosa Garduño

Universidad Iberoamericana, México, DF

Compendio

La decisión de migrar, en algunos casos tiene que ver con una búsqueda de mejor calidad de vida, de poder adquisitivo y de sobrevivencia, con una tradición familiar y cultural (Sánchez de la Barquera, 1997). El objetivo del presente estudio fue evaluar los tipos de afrontamiento y de autocontrol que mostró una muestra de 906 adolescentes, estudiantes de bachillerato que residían en la Cd. de Morelia (altamente expulsora), a través de la Escala Multidimensional y Multisituacional de Estilos de Afrontamiento (Góngora & Reyes, 1998) y la Escala de Autocontrol compuesta por reactivos de Piquero, Macintosh y Hickman (2000) y Tangney, Baumeister y Boone (2004). Los resultados muestran distintas formas de afrontar los problemas en los adolescentes. El estilo que suelen usar con mayor frecuencia es el Evitante; así como su nivel de Autocontrol para planear tanto su conducta presente como futura es muy baja, lo que a su vez les puede traer diversas consecuencias en el dominio y manejo de su vida.

Palabras clave: Autocontrol; Afrontamiento; Adolescentes; Migración; Evaluación.

Coping and Self-Control in Michoacan Adolescents: Evaluating their Option to: Migrate or Not?

Abstract

The decision to emigrate, in some cases has to do with a search of a better quality of life, of purchasing power and of survival, with a cultural and family tradition (Sánchez de la Barquera, 1997). The objective of the present study was to evaluate coping and of self-control types that showed a sample of 906 adolescents, students of college that resided in Morelia City (highly ejector), through the Multi-dimensional and Multi-situational Scale of Coping Styles (Góngora & Reyes, 1998) and the Self-Control Scale composed by reactivos of Piquero, Macintosh and Hickman (2000) and Tangney, Baumeister and Boone (2004). The results show different forms to cope the problems in the adolescents. The style that are used to employ with greater frequency is the Avoiding; as well as its level of Self-control to plan such as the present conduct as the future one is very low, what at the same time can bring them diverse consequences in the control and management of its life.

Keywords: Self-control; Coping; Adolescents; Migration; Evaluation.

La migración es un proceso que ha tenido lugar casi a lo largo de un siglo, lo cual ha provocado un intercambio entre ambas naciones y culturas (Ariza, 2002). Debido a todos los elementos que interjuegan en su manifestación, la migración tiene una influencia importante sobre el estilo de vida y nivel de adaptación social que adopta el migrante (Salgado de Zinder, 2002).

La experiencia de la migración es por definición de cambio. Aprender un nuevo lenguaje, incursionar en nuevos y diferentes sistemas, reestablecer y crear nuevas conexiones sociales e incorporar nuevas normas requiere de un ajuste sustancial que en muchas ocasiones provoca altos índices de estrés y ansiedad. Por lo que para los migrantes es un reto el poder “acomodar” todas las influencias adicionales, como es el contacto

con una nueva cultura, la adaptación a un medio ambiente diferente y el tener que adaptar su propia historia dentro de su vida en un país nuevo que pueden representar una situación de riesgo.

La migración tiene implicaciones tanto en el lugar de origen como en el lugar a donde se emigra, debido a una serie de factores tanto internos (de relaciones intrafamiliares y apoyo social) como externos (provenientes del medio exterior). La literatura reporta que cuando se deja el lugar de origen, dentro de los estresores potenciales que entran en juego se ubican: la pérdida de relaciones cercanas, de un estilo de vida “conocido”, la inserción a la comunidad, entre otros. Mientras que en el encuentro con el lugar de destino, los estresores a los que se enfrenta el migrante pueden ir desde un nivel financiero poco estable, presión para desarrollarse y emplearse cuanto antes, miedo a ser deportado, insatisfacción por ser indocumentado y vulnerabilidad a la discriminación social, por mencionar algunos (Sánchez de la Barquera, 1997).

¹ Dirección: Universidad Iberoamericana, Prolongación Paseo de la Reforma, 880, Lomas de Santa Fe, México, DFC.P. 01219. E-mail: angelica.ojeda@uia.mx

Como consecuencia, para lograr este proceso de acoplo entre ambos estilos de vida (el que se deja y el que se inicia) y lograr aculturarse de manera óptima, el migrante requiere de determinados recursos internos; mismos que ya trae consigo y ha desarrollado, como medio de funcionamiento social, desde su lugar de origen, en particular en este artículo se abordarán: la capacidad de planeación y toma de decisiones de conductas dirigidas hacia una meta específica (conocida como "Capacidad de Autocontrol") y la capacidad de responder o resolver estresores externos (conocida en la literatura como "Estilos de Afrontamiento"), desde un sector de la población altamente vulnerable a emigrar, ya sea por tradición cultural, por migración familiar, por crisis económica familiar, o bien, por deseos de aventurarse: los adolescentes.

La adolescencia es una etapa dónde se atraviesa por mayor número de situaciones estresantes (Morales-Calatayud, 2001; Sánchez-Moreno, 2002), dónde tanto la reacción como la intensidad con que se vivan y se resuelvan, depende de un conjunto de características personales.

De acuerdo con Haynie (2003) la adolescencia es una etapa en la que dicha vulnerabilidad se debe, por un lado a la búsqueda de identidad, de pertenencia y definición de estilo de personalidad propia del desarrollo mismo de la edad y por otro, a la relación "difícil" que mantiene con ciertas figuras de autoridad, en especial los padres, en la necesidad de éstos últimos de fomentar y estimular la madurez emocional en sus hijos... la nueva generación choca con los ideales y/o normatización impuesta por ellos, al grado de interpretar en muchas ocasiones dicho trato como una presión social y exigencia tal, que en respuesta a satisfacer su estabilidad emocional y definición de identidad, responden con conductas de correspondencia a tales peticiones, por deseabilidad social, necesidad de pertenencia, aceptación o reconocimiento social y no tanto, como una respuesta consciente, planeada, pensada y razonada en pro de ir dibujando su camino y crecimiento personal.

En base a esta necesidad de sentido de pertenencia o aceptación, diversos autores sugieren que el grupo de amigos tiene gran influencia en los actos que realizan los adolescentes. Inclusive se ha encontrado que el hecho de que las mujeres adolescentes de 15 años establezcan un grupo de amigos con hombres, influye en el modo de actuar de la mujer incluyendo ciertos actos antisociales, tales como la delincuencia, así como aprender la forma en la que se realizan estos actos (Haynie, 2003).

De acuerdo a la "Teoría de la Acción Razonada" de Ajzen y Fishbein (1980), se plantea que toda conducta planeada implica una o una serie de conductas en particular como resultado de un proceso racional orientado

hacia el cumplimiento de una meta y que sigue una secuencia lógica. En dicho proceso se evalúan las opciones de acción o la *actitud hacia la conducta* (la evaluación positiva o negativa de llevar a cabo determinada conducta); las *posibles consecuencias* en virtud de las normas subjetivas implícitas, es decir, que tanto dicha conducta será aprobada o desaprobada por los otros y la habilidad personal o confianza en uno mismo para realizarla o no... factores que confluyen en la toma de decisión de ejecutar o no cierta conducta para alcanzar la meta.

Para resolver una dificultad, el adolescente hace falta sentir que tiene el control de la situación a través de reconocer cuáles son los recursos con los que cuenta para responder de manera óptima y con cierto pronóstico de éxito, el evento estresor (Balcázar, Bonilla, Gurrola, Trejo, & Zanatta, in press).

De acuerdo con Gottfredson y Hirschi (1990), para poder lograr esta resolución, es importante contar con un determinado autocontrol, el cual es considerado como los mecanismos internos que regulan la conducta y es desarrollado a través del control paternal.

Dentro de la literatura, este término se puede encontrar también como "*locus de control*", el cual según diversos autores (Baron & Byrne, 2005; Myers, 2005), se encuentra el locus de control interno y externo. Por el primero se puede entender como toda aquella creencia que posee el individuo de que puede lograr comportarse de tal forma que maximice los buenos resultados, con el fin de posponer la gratificación instantánea para lograr metas a largo plazo. Mientras que por locus de control externo, se puede considerar como las acciones que realizan las demás personas para poder lograr esta maximización de buenos resultados, creyendo que lo que uno mismo hace no es de gran relevancia.

Otros investigadores (Simpson & Piquero, 2002) agregan que ante la conducta meta (en este caso migrar con éxito) y dentro de lo que Ajzen y Fishbein (1980) nombran evaluación de las posibles consecuencias, en la adolescencia es importante la valoración que hace de la conducta meta el grupo de pares.

Se ha encontrado que un factor decisivo para lograr el buen funcionamiento y la adaptación a una nueva cultura es el desarrollo de estrategias de afrontamiento. Por ejemplo, Walsh (2004) enfatiza estas estrategias como un proceso fundamental para las familias que se encuentran en situaciones de riesgo. Los migrantes continuamente tienen que tomar decisiones importantes, enfrentar conflictos y buscar soluciones a situaciones estresantes. Las estrategias de afrontamiento son todos aquellos esfuerzos cognitivos o conductuales encaminados a manejar, a través de reducir, minimizar, dominar o tolerar, las demandas tanto internas como externas generadoras de estrés y de emociones negativas (Lazarus & Folkman, 1984).

De acuerdo con Snyder (1999) el afrontamiento es un proceso dinámico integrado tanto por una carga física, emocional y psicológica, al que se recurre (ya sea de manera consciente o inconsciente) en virtud de responder a los eventos estresantes de la vida diaria y cuya finalidad, es precisamente, disminuir la tensión indeseable y el estrés inmediato, para prevenir cualquier malestar producto de la inestabilidad emocional por presión externa y contribuir, a largo plazo, en el bienestar subjetivo de la persona.

A pesar de que existe una bibliografía amplia de estudio sobre los estilos de afrontamiento, con frecuencia se concluye que éstos no son fáciles de abordar, pues son producto de la aproximación y evaluación que un individuo hace de la situación, el problema a afrontar, sus circunstancias y recursos aprendidos. En otras palabras, debe buscar el punto medio entre lo que percibe del exterior y lo que reconoce desde su interior.

Los estilos de afrontamiento como estrategias sirven, en gran medida, para reencontrar el equilibrio subjetivo de una persona que vive un evento como estresante. Son el reflejo del estilo de vida de una persona, pues ésta última afronta sus factores estresantes desde su óptica, la interpretación y reconocimiento que hace de los mismos. En este sentido, aunque parezca paradójico, para entenderlos y estudiarlos, necesariamente se les debe abordar desde una perspectiva externa e interpretación de las personas. Tal diferencia marca el uso de determinantes físicos y de tipo social-ambiental. Por lo que actualmente se le ha visto como un proceso cognitivo interaccional y transaccional, entre el individuo y su contexto sociocultural (Lazarus & Folkman, 1984).

Las personas tratan generalmente de alcanzar sus metas, resolver sus conflictos y adaptarse al medio en el que se desarrollan para poder tener una mejor calidad de vida. ¿Cómo lo hacen? ¿Qué es lo que hacen cuando tiene problemas y adversidades y qué tanto planean para tomar decisiones y resolver sus dificultades? Primero deben hacer una valoración primaria que se refiere al impacto y significado que el evento tiene sobre la persona y que responde a la pregunta: ¿es la situación una amenaza para mi bienestar? Y una valoración secundaria que tiene que ver con discernir entre todos los recursos con los que cuenta la persona para lidiar con la situación estresante y que responde a la pregunta: ¿tengo las habilidades para hacer frente a la situación-problema?

Desde esta perspectiva, el Modelo de Lazarus y Folkman (1984), ellos proponen que la persona utiliza dos niveles de apreciación para poder seleccionar su respuesta o estrategia de afrontamiento. En el primer nivel, se encuentra una apreciación primaria, donde el individuo evalúa la situación y determina que tan amenazante es y el riesgo que corre. En esta evaluación

cognitiva se analizan los estresores externos, muy en particular y su posible efecto o influencia sobre el bienestar de la persona. Cuando el evento es percibido como muy amenazador se pasa al segundo nivel de apreciación, el secundario, en donde lo que se evalúa ya no es la situación sino los recursos de la persona para responder. En otras palabras, dependiendo de la evaluación de la persona en estos dos niveles de procesamiento cognitivo, el individuo decide cuál estrategia de afrontamiento implementa.

Una vez implementada la estrategia de afrontamiento, ésta puede ser direccionada en dos caminos:

Enfocarse en el Problema. Lo que implica que todos los esfuerzos por afrontarlos se dirigen a cambiar o controlar aquello que produce estrés: (a) Aprender nuevas habilidades; (b) Remover barreras; (c) Generar alternativas de solución.

Enfocarse en la Emoción. Lo que implica a buscar la forma de afrontar o manejar las emociones que despierta el estresor: (a) Buscar apoyo emocional; (b) Cambiar esquemas mentales; (c) Trabajar la comparación social.

Algunos investigadores opinan que no todos los eventos catastróficos, inesperados, incontrolables o que impliquen alguna contrariedad o adversidad significan lo mismo para todos los individuos (Lazarus & Folkman, 1991); esto depende del bienestar e inteligencia emocional de las personas y de sus habilidades desarrolladas en el ámbito de solución de problemas subjetivo de la persona (Aldwin & Revenson, 1987). El uso de las estrategias de afrontamiento no se consideran exclusivos de una persona; dicha utilización depende de quien la implemente y de la situación. Por lo tanto, el usar una u otra estrategia de afrontamiento puede ser tanto adaptativo como desadaptativo, o bien, funcionales o no funcionales (Walsh, 2004)

Se ha visto que quienes utilizan estrategias de afrontamiento enfocadas en las emociones, encuentran resultados positivos como menor depresión y ansiedad; así como que aprenden a manejar mejor los conflictos, a relacionarse saludablemente con ellos y proporcionan ajuste psicológico.

De acuerdo con Snyder (1999) existe una tendencia en los humanos por buscar el equilibrio, o bien, lo que ella le llama “negociar con la realidad” en función de todas aquellas estrategias de afrontamiento utilizadas en pro de una vida familiar más equilibrada, sana y de proyección.

Las redes constituyen un capital social de mayor utilidad para enfrentar la situación de vulnerabilidad social implícita en la condición de minoría étnica (Malkin, 1999), mediante ella los migrantes obtienen información estratégica acerca de las oportunidades laborales disponibles en el mercado de trabajo, resuelven necesidades de reproducción, financiamiento, un

soporte económico, punta de lanza para organizaciones (clubes, federaciones, asociaciones) que buscan enaltecer al máximo los beneficios que es pertenecer a ambos países, como medios de defensa y de apoyo y evitar ser el grupo étnico diferenciado. Para los migrantes, contar con una red social, puede ser un vehículo que les permita alcanzar cierto ascendencia social, quizás por la falta de reconocimiento que carecían a la hora de partir.

Bouchard (2003) en su estudio encuentra que las personas con bajos recursos emocionales recurren a hacer una valoración primaria del evento y a utilizar más a estrategias enfocadas en la emoción y con ello buscan automodificarse para que no les impacte tanto la situación amenazante (Terry, 1994) y quienes tienden a analizar el problema desde diferentes perspectivas, tienden a hacer una valoración secundaria de éste y a hacer uso de la estrategia de “*planful solving-problem*” (Costa, Somerfield, & McCrae, 1996).

McCrae (1991) enfatiza que aunque la forma de enfrentar o afrontar las adversidades dependa de características culturales, en esencia todos comparten: (a) La mayoría de los esfuerzos de enfrentamiento se conciben como respuestas a estresores externos, como: enfermedades, divorcio, duelo e internos; (b) Estas respuestas a dichos estresores, se consideran conscientes; (c) Al enfrentar o afrontar un problema, se propicia el cambio, como respuesta a que se tiene identificado el origen del problema.

Retomando esta propuesta de McCrae (1991), relacionada al planteamiento de que el enfrentamiento de un problema propicia el cambio como respuesta a la identificación del origen del problema, en la presente investigación se revisará cuál es la percepción de los migrantes acerca de los factores de riesgo que enfrentan en su vida en Estados Unidos y cuál es la relación con los factores de protección y específicamente con las estrategias de afrontamiento que utilizan.

Como vimos anteriormente, se requiere que exista una valoración primaria de la situación estresante o de riesgo, para seleccionar una estrategia de enfrentamiento adecuada. Es importante que los migrantes tengan una percepción de los factores de riesgo a los que se enfrentan, para que a su vez puedan hacer una valoración de los recursos y/o factores de protección con los que cuentan para afrontar los conflictos y esto los lleve a generar cambios y mejorar su calidad de vida.

En un estudio realizado con 860 adolescentes mexicanos para conocer sus estilos de afrontamiento, Balcázar et al. (in press) aplicaron el COPE (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989) y reportan que 3 estilos de afrontar los problemas en la muestra estudiada, mismos que en conjunto explican un 31.12% de la varianza total, cuyo orden es el siguiente: *apoyo social* (alpha=.768) como la forma de responder solicitando la ayuda

a los otros; *negación* (alpha=.659) como la respuesta a no querer reconocer el problema, y finalmente, *búsqueda de solución planeada* (alpha=.652) como el estilo que concentra esfuerzos en un plan de acción sistematizado, pensado y razonado. Hecho que difiere de la conformación original del instrumento, pues a pesar de que dicho instrumento en población mexicana muestra datos psicométricos apropiados, la versión original refiere 7 estilos de afrontamiento, en México se conformaron solo 3.

En particular en población migrantes, se ha visto que el estilo de afrontamiento escape-avoidance, se presenta una relación positiva y significativa con los síntomas psicológicos (Aldwin & Revenson, 1987; Ojeda García, Domínguez Espinosa, Polo Velázquez, Polanco Hernández, & Butler, in press). En segundo, se encuentra el confrontante, el cual es un tipo de afrontamiento agresivo que se ha relacionado positiva y significativamente con la aparición de síntomas relacionados con la depresión y la ansiedad (Folkman, & Lazarus, 1985). Como último se encuentra la solución del problema planeada, el cual se refiere a cierto acercamiento de solución del problema en forma activa (Aldwin & Revenson, 1987).

Una forma de activar estos estilos de afrontamiento, es a través de la habilidad de autocontrol, la cual es definida por Baumeister (2000) como la capacidad consciente, voluntaria y de esfuerzo que pone en práctica los recursos internos para responder a ciertas conductas, pensamientos o emociones; abarcando desde la conducta más simple observable, hasta los procesos cognitivos no observables. Entre las formas de expresar esta capacidad, en adolescentes se han reportado

Ahora bien, dentro de la literatura no queda claro cuales estrategias de afrontamiento son más efectivos. En este sentido, se ha visto que algunos caminos de afrontar problemas pueden ser más útiles para algunos contextos y para algunas culturas que para otras. Por ejemplo, en México, la automodificación es preferentemente más usada que el estilo indirecto de autocontrol. En las culturas latinoamericanas, en general, el bienestar subjetivo y la calidad de vida está más relacionado con el nivel de tranquilidad y la red social de apoyo (Aldwin & Revenson, 1987).

Aldwin y Revenson (1987) realizaron un estudio longitudinal sobre estrés por aculturación y salud mental, donde evaluaron a 291 adultos migrantes (de diferentes países) residentes en Los Ángeles, California y encontraron evidencia sobre un ciclo causal mutuamente reforzado entre pobre salud mental y estrategias de afrontamiento desadaptativas. Mientras más grande sea el nivel inicial de conflicto emocional y el grado de severidad del problema, es más probable que los individuos utilicen un afrontamiento desadaptativo, incre-

mentando así el conflicto emocional y probablemente incrementando también la posibilidad de problemas en el futuro. En cuanto al *afrontamiento enfocado en el problema*, es insuficiente inquirir sobre las estrategias utilizadas, se requiere más información sobre los resultados de éstas estrategias (Felton & Revenson, 1984).

Giunta y Compas (1993) realizaron un estudio para conocer el estilo de afrontamiento más utilizado entre los miembros de la pareja y por combinación de los mismos, en cuanto al manejo de una situación estresante. Ellos evaluaron a 153 parejas casadas del Noreste de Vermont (USA), con un nivel socioeconómico medio y les aplicaron la Escala de Estilos de Afrontamiento de Folkman y Lazarus (1985). Sus resultados muestran por un lado, que los afrontamientos de los maridos y esposas están asociados uno con el otro. El afrontamiento escape-evitación de las esposas está asociado con síntomas psicológicos de los esposos, mientras que el afrontamiento de los maridos no está asociado con síntomas psicológicos de las esposas.

Mientras que por otro, que el afrontamiento confrontante de las esposas estuvo asociado significativamente con el afrontamiento de solución del problema planeada de las esposas. El afrontamiento confrontante de los maridos estuvo significativamente relacionado tanto con su propio afrontamiento solución del problema planeada así como el de escape-evitación. El afrontamiento escape-evitación de las esposas estuvo significativamente relacionado con el afrontamiento escape-evitación de los maridos. El afrontamiento solución del problema planeada de las esposas estuvo asociado con el afrontamiento solución del problema planeada de los maridos.

En la muestra estudiada se identificaron 7 grupos de afrontamiento de parejas: (a) Marido y esposa: confrontante, moderado. (b) Marido y esposa: evitación. (c) Marido y esposa: solución al problema. (d) Marido y esposa: confrontante y evitación. (e) Marido: confrontante y evitación. (f) Esposa: confrontante y solución al problema. (g) Marido y esposa: solución de problema y evitación. Donde solo los grupos b y e se distinguen por niveles significativos elevados de síntomas psicológicos en uno o ambos cónyuges. En el grupo b (Marido y esposa: evitación) ambos cónyuges reportaron niveles altos de síntomas mientras que en el grupo e (Marido: confrontante y evitación) solo los maridos reportaron niveles altos de síntomas.

Sin embargo, pese a pertenecer a la misma cultura, se encuentran diferencias entre hombres y mujeres en el estilo de afrontamiento. Por ejemplo, algunos estudios realizados en México con jóvenes han encontrado que, a mayor cercanía del individuo con la problemática, más respuestas afectivas, dato congruente con las culturas colectivistas, donde la familia y las relaciones cercanas

con los otros juegan un papel importante (Góngora & Reyes, 1998), quienes reportan que, aunque tanto hombres como mujeres dan respuestas directas e instrumentales, las mujeres usan más el enfrentamiento emocional, datos que también reportan Harada, Alfaro y Villagrán (2002) con jóvenes mexicanos y Escalante (2002) y Flores, Díaz-Loving, Rivera (2003) en estudios realizados en Yucatán.

El objetivo del presente artículo, fue observar en un grupo de adolescentes que deciden emigrar a un lugar desconocido, poseen suficientes recursos como para enfrentar la situación a la que se van a presentar, cuáles son dichos e indagar en qué tan capaces se sienten ellos mismos para afrontar tal situación.

Método

Participantes

La muestra estuvo constituida por 906 adolescentes, estudiantes de bachillerato que residían en la Cd. de Morelia, en el estado de Michoacán (Estado con alto índice de Migración hacia los Estados Unidos). De los cuales el 56.4 % fueron mujeres y el 43.6% hombres. De las mujeres, el 44.4% reportó contundentemente que pensaba irse de migrantes y el 55.6% dijo que no lo haría. En el caso de los hombres, el 40.1% dijo que sí y el 59.9% dijo que no lo haría. Con un rango de edad de 11 a 20, $X=14.4$ y $S= 1.5$ años. El muestreo fue no probabilística de tipo intencional.

Instrumentos

Para evaluar los estilos de afrontamiento con los que cuenta el migrante ante la posibilidad de migrar, se utilizó la Escala Multidimensional y Multisituacional de Estilos de Afrontamiento (Góngora & Reyes, 1998) en versión corta, tipo Likert con un continuo de cinco puntos que van de totalmente de acuerdo (5) a totalmente en desacuerdo (1), con dos dimensiones resultantes para población migrante: Afrontamiento Activo ($\alpha=.964$) y Pasivo ($\alpha=.696$).

Para evaluar el autocontrol, se hizo una escala híbrida, tomando 14 de la de Piquero, Macintosh y Hickman (2000) y 11 reactivos de la Escala de autocontrol de Tangney, Baumeister y Boone (2004) y, porque ambas han sido validadas con población adolescente

Procedimientos

Se buscó contacto autorización en algunas de las escuelas de la región objeto de estudio. Una vez cautiva la muestra, se aplicaron los instrumentos en forma grupal, asegurándoles su anonimato y más tarde se procedió a capturar los datos para después procesarlos a través del programa estadístico para ciencias sociales versión 15 (SPSS).

Resultados

Después de los análisis estadísticos correspondientes para observar el comportamiento de los reactivos y por consiguiente, el análisis factorial para la Escala de Estilos de Afrontamiento, los resultados permitieron observar en la muestra estudiada, 4 estrategias de afrontar situaciones estresantes, que explican el 50.66 % de la varianza: *Solución-Planeada* ($N=9$, $X=40.08$, $S=8.5$, $\alpha=.872$). Es una forma de responder a los estresores internos o externos planeando su solución, buscando nuevas estrategias que poner a prueba, analizando y reflexionando las posibilidades de solución a través de poner todo el empeño para lograrlo y buscando la tranquilidad mental:

Red de Apoyo ($N=4$, $X=17.3$, $S=4.2$, $\alpha=.744$). Es una forma de responder a los estresores potenciales a través de solicitar el apoyo, el consejo o la comprensión de los otros.

Evitante ($N=5$, $X=13.7$, $S=3.8$, $\alpha=.607$). Es una forma de responder a los estresores potenciales a través de evitar resolverlos de manera activa y para ello dejar que el tiempo los aminore, haciendo otras cosas que distraiga o motiven a olvidar tales dificultades.

Fé ($N=3$, $X=9.5$, $S=2.7$, $\alpha=.524$). Es una forma de responder a los estresores potenciales a través de rezar, o tener Fé de que no hay malestar que dure 100 años.

Y dos formas de obstaculizar el autocontrol en la población estudiada que explican el 52.04 % de la varianza: *Autocontrol sin responsabilidad* ($N=6$, $X=15.5$, $S=5.6$, $\alpha=.765$). Es una forma de aminorar el autocontrol para el manejo y confrontación de los problemas que se avecinan y para ello, sugerir el control de las cosas está en qué tanto causan placer, diversión, emoción o aventura.

Autocontrol con el Mínimo Esfuerzo ($N=4$, $X=11.6$, $S=3.4$, $\alpha=.467$). Es una forma de aminorar el autocontrol para el manejo y confrontación de los problemas a través de buscar responder solo a aquellos problemas que involucren el menor esfuerzo posible.

En la Tabla 1 se observan, solo para quienes *SI* deciden migrar, correlaciones altas y significativas entre los mismos estilos de afrontamiento, es decir, entre el estilo de afrontamiento de *Solución Planeada* con el de *Red de Apoyo* y el de *Fe*.

Para fines del presente artículo, cabe destacar la correlación significativa entre el estilo de afrontamiento evitante con la capacidad de autocontrol sin responsabilidad y al mínimo esfuerzo. En otras palabras, llama la atención la correlación entre evitar afrontar los riesgos de manera activa, dejando que el tiempo los resuelva, haciendo otras cosas para olvidar la situación amenazante. Para ello, su capacidad de autocontrol la direccional hacia hacer el *Mínimo Esfuerzo* y actuar *Sin*

Tabla 1

Correlaciones Producto-Momento de Pearson entre los Estilos de Afrontamiento y las Dos Formas de Evitar el Autocontrol tanto para el Grupo de Adolescentes que Respondieron que SI como los que NO Piensan Migrar a los Estados Unidos

	SI	1	2	3	4	5	6
NO							
1. Solución Planeada		—	.592**	.137**	.392**	-.099*	.134**
2. Red de Apoyo		.649**	—	.165**	.361**	-.81	.023
3. Evitante		.191*	.186**	—	.269**	.263**	.240**
4. Fé		.508**	.429**	.291**	—	-.063	.016
5. Sin responsabilidad		-.128*	-.048	.196**	-.019	—	.441**
6. Al mínimo esfuerzo		-.023	.045	.236**	.122*	.497**	—

Nota. ** $p=.01$, * $p=.05$.

Tabla 2

Diferencias por t de Student para Muestra Independientes por la Variable de Decisión de Migrar o No a los Estados Unidos, para los Factores de Riesgo y Autocontrol que Correlacionaron Entre Sí

Factor	SI deciden migrar (N= 383)		NO deciden migrar (N=523)		t (904)
	M	SD	M	SD	
Evitante	15.90	5.7	14.99	5.5	2.419
Sin responsabilidad	13.39	4.0	12.67	3.7	2.756

Nota. * $p<.01$.

Responsabilidad, haciendo lo más sencillo, divertido, que les proporcione placer y aventura, en ambos grupos.

En la Tabla 2 solo se reporta la diferencia significativa que se encontró en cuanto al factor de afrontamiento evitante y el de autocontrol sin responsabilidad en lo que respecta a la decisión de migrar o no migrar. En ambos casos se observa que quienes *SI* deciden migrar, reflejan menos responsabilidad y más intención de no afrontar los riesgos de la migración de manera activa que los que *NO* deciden migrar.

Discusión

Retomando la idea literaria de que la migración es un proceso social que exige un acoplamiento por parte de quien la vive e implica una serie de ajustes y de formas de afrontar los distintos estresores de cambio (Sánchez de la Barquera, 1997). Los resultados de este estudio confirman los estilos encontrados en población migrante (Aldwin & Revenson, 1987; Folkman & Lazarus, 1985). Llama la atención, que el estilo de afrontamiento de Fe, aunque no se había reportado en otros estudios como tal, éste formaba parte del estilo de afrontamiento Evitante (Ojeda García et al., in press), pues el tener Fe en que las cosas se solucionen y/o rezar para bajar el estrés, son acciones que pueden ser interpretadas como formas no activas de responder a los estresores potenciales y que en esta ocasión, en población vulnerable a migrar haya resultado como un estilo de afrontamiento independiente.

Las correlaciones significativas entre el estilo de afrontamiento de Solución Planeada con el de Red de Apoyo y el de Fe en la muestra de quienes *sí* deciden migrar, tiene implicaciones importantes en cuanto a que éstas son consideradas herramientas de gran utilidad para afrontar los estresores internos y externos de la migración (Sánchez de la Barquera, 1997). Hecho que no se logra visualizar con esa misma fuerza e intensidad en la muestra que *no* han decidido migrar.

Otro de los resultados que aquí se reportan y que para cumplimiento del objetivo de este estudio es importante remarcar, es la correlación significativa entre el estilo de afrontamiento Evitante y las formas de autocontrol de Sin Responsabilidad y Mínimo Esfuerzo; las cuáles aunque fueron bajas y hasta cierto punto se consideran poco favorables cuando de afrontar estresores potenciales se trata, éstas se observaron en los dos subgrupos (en los que reportaron *sí* migrar y los que *no* lo han decidido). Su presencia en ambos grupos y la diferencia significativa entre los mismos, pueden ser un indicador, hasta cierto punto confirmatorio por la etapa que caracteriza a nuestros entrevistados, de la tendencia con la que los adolescentes en muchas ocasiones suelen pensar y actuar, es decir, para ellos les es fácil decidir

migrar porque ven a la Migración como una oportunidad de aventura, placer, diversión, de no pensar en compromisos y ataduras con su lugar de origen (autocontrol Sin Responsabilidad y Mínimo Esfuerzo) y sobretodo, que sea el tiempo o la cotidianidad el que se responsabilice de confrontar cualquier situación que sientan que está fuera de su control (estilo Evitante), lo que los pondría, una vez que agreguen a su identidad individual la de ser “migrante”, como una población de vulnerabilidad y riesgo para exponerse con mayor fuerza y constancia a estresores potenciales.

Referencias

- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A re-examination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337-348.
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). *Understanding attitudes and predicting social behavior*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Ariza, M. (2002). Migración, familia y transnacionalidad en el contexto de la globalización: algunos puntos de reflexión. *Revista Mexicana de Sociología*, 64(4), 53-84.
- Balcázar, N. P., Bonilla, M. P., Gurrola, P. G., Trejo, G. L., & Zanatta, C. E. (in press). Estructura factorial de una escala para evaluar estilos de afrontamiento en adolescentes. *Revista de Psicología Iberoamericana*, 17(1).
- Baron, R., & Byrne, D. (2005). *Psicología social* (10. ed., pp. 137-139, 424). Madrid, España: Prentice Hall.
- Baumeister, R. (2000). Self-control, morality and human strength. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 29-42.
- Bouchard, G. (2003). Cognitive appraisals, neuroticism, and openness as correlates of coping strategies: An integrative model of adaptation to marital difficulties. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 35(1), 1-12.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 267-283.
- Costa, P. T., Somerfield, M. R., & McCrae, R. R. (1996). Personality and coping. In M. Zeidner & N. S. Endler (Eds.), *Handbook of coping: Theory, research, applications* (pp. 45-61). New York: John Wiley.
- Escalante, A. L. (2002). *Relación de pareja: sus estilos de afrontamiento y su satisfacción marital*. Unpublished doctoral dissertation, Universidad Autónoma de Yucatán, Mexico.
- Felton, B. J., & Revenson, T. A. (1984). Coping with chronic illness: A study of illness controllability and the influences of coping strategies on psychological adjustment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52, 343-353.
- Flores, G. M., Díaz-Loving, R., & Rivera, A. S. (2003). *Validación psicométrica del Inventario de Negociación del Conflicto en Parejas de una subcultura tradicional*. Paper presented at the IV Congreso Iberoamericano de Diagnóstico y Evaluación Psicológica, Lima, Perú.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: A study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Giunta, C. T., & Compas, B. E. (1993). Coping in marital dyads: Patterns and associations with psychological symptoms. *Journal of Marriage and the Family*, 55(4), 1011-1017.
- Góngora, E., & Reyes, I. (1998). El enfrentamiento a los problemas en jóvenes adultos yucatecos. *La Psicología Social en México*, 7, 18-24.

- Gottfredson, M. R., & Hirschi, T. (1990). *General theory of crime*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Harada, O. E., Alfaro, M. L. B., & Villagrán, V. G. (2002). Percepción de riesgo y estrategias de afrontamiento ante el embarazo no planeado: diferencias entre hombres y mujeres preparatorianos. *La Psicología Social en México*, 9, 192-199.
- Haynie, D. L. (2003). Contexts of risk? Explaining the Link between Girls' Pubertad Development and their delinquency involvement. *Social Forces*, 82(1), 355-397.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1991). *Estrés y procesos cognitivos*. México, DF: Roca.
- Malkin, V. (1999). La reproducción de relaciones en la comunidad de migrantes mexicanos en New Rochelle, Nueva York. In G. Mummert (Ed.), *Fronteras fragmentadas* (pp. 475-496). Zamora, España: El Colegio de Michoacán.
- McCrae, R. R. (1991). The five-factor model and its assessment in clinical settings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 399-414.
- Morales-Calatayud, S. (2001). *Introducción a la psicología de la salud*. México, DF: Paidós.
- Myers, D. (2005). *Psicología social* (8. ed.). México, DF: McGraw-Hill.
- Ojeda García, A., Domínguez Espinosa, A., Polo Velázquez, A., Polanco Hernández, G., & Butler, E. (in press). La construcción de la intimidad desde los estilos de comunicación y afrontamiento en migrantes mexicanos. *Revista de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*.
- Piquero, A., MacIntosh, R., & Hickman, M. (2000). Does self-control affect survey response? Applying exploratory, confirmatory and item response theory analysis to Grasmick's self-control scale. *Criminology*, 38, 897-929.
- Salgado de Zinder, N. (2002, Summer). Research and clinical perspectives on Mexican Migration: Those who go, those who stay. *Journal of Multicultural Nursing & Health*, 8(2).
- Sánchez de la Barquera, V. L. B. (1997). *La migración laboral e Indocumentada Mexicana a los Estados Unidos*. Unpublished doctoral dissertation, Universidad Iberoamericana, México, DF.
- Sánchez-Moreno, E. (2002). *Individuo, sociedad y depresión*. México, DF: Aljibe.
- Simpson, S. S., & Piquero, N. L. (2002). Low self-control, organizational theory, and corporate crime. *Law & Society Review*, 36(3), 509-548.
- Snyder, C. R. (1999). *Coping*. New York: Oxford University Press.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predictors' good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271-324.
- Terry, D. J. (1994). Determinants of coping: The role of stable and situational factors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 895-910.
- Walsh, F. (2004). *Resiliencia familiar*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.

Received 04/01/2010
Accepted 04/01/2010

Angélica Ojeda García. Universidad Iberoamericana, México, DF.
Dyana Ivette Espinosa Garduño. Universidad Iberoamericana, México, DF.