

I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2009.

Estrategias de afrontamiento en adolescentes que viven el desarraigo.

Bertella, María Adela y Parola, María Jesús.

Cita:

Bertella, María Adela y Parola, María Jesús (2009). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes que viven el desarraigo. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-020/10>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eYG7/WVs>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES QUE VIVEN EL DESARRAIGO

Bertella, María Adela; Parola, María Jesús
Universidad Católica Argentina

RESUMEN

El presente trabajo se propone el estudio de la vivencia del desarraigo con la que se enfrentan un grupo de adolescentes, por la decisión de emigrar a Capital Federal para continuar sus estudios universitarios. El desarraigo es una experiencia compleja que convoca una pluralidad de mecanismos vinculados a la capacidad de duelo y de tolerar la frustración, como también la capacidad de recurrir a estrategias que permitan afrontar esta vivencia. El afrontamiento es un fenómeno complejo y su análisis responde a la necesidad de conocer los modos en que los adolescentes afrontan situaciones estresantes en un contexto sociocultural distinto. El objetivo de este trabajo es explorar cuáles son las estrategias de afrontamiento más usuales que utilizan las adolescentes que viven el desarraigo. La metodología escogida para la investigación corresponde al enfoque cuantitativo. La muestra final fue de 25 adolescentes mujeres de 18 años de edad. A pesar del tamaño muestral, los resultados arrojaron que aquellas adolescentes que implementan estrategias de afrontamiento más adaptativas como invertir en amigos íntimos, buscar apoyo social, buscar ayuda profesional, distracción física, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, tienen mayores posibilidades de vivir la experiencia del desarraigo en forma más positiva.

Palabras clave

Adolescencia Estrategias afrontamiento Desarraigo

ABSTRACT

COPING STRATEGIES OF ADOLESCENTS LIVING IN THE UPROOTEDNESS

This paper deals with a particular group of adolescents who go through an uprooting experience when they migrate to the City of Buenos Aires in order to continue their undergraduate studies. Uprootedness is a complex experience that involves many mechanisms linked with the ability to tolerate anguish and frustration as well as the ability to use different strategies that help students to deal with this kind of situations. The aim of this paper is to investigate which are the most common coping strategies used by adolescents that must face uprootedness. This is achieved using an empirical research design that is elaborated with a sample of twenty five 18 years old female teenagers. Several quantitative and qualitative instruments are applied. Despite the tied sample size the study results are pretty consistent; they show that those adolescents who are implementing more adaptive coping strategies as investing in close friends, seeking social support, seeking professional help, seeking physical distractions, focusing in solving the problem, trying and succeeding, deal with the displacement experience in a healthier way.

Key words

Adolescent Coping Strategies Uprootedness

1. INTRODUCCIÓN

La adolescencia es el período de la vida en el que la tarea psíquica central es la búsqueda de consolidación de la identidad. Cuando un estudiante debe elegir una carrera universitaria, y eso implica la posibilidad de tener que dejar su ciudad y radicarse en otro lugar para poder cursar sus estudios, afronta una triple problemática: la evolutiva, la vocacional y la derivada de la experiencia de salir de su propio habitat. Esta nueva y compleja situación - "estudiando lejos de casa"-, le permite acceder a nuevas adquisicio-

nes vitales, pero también puede generarle conflictos de importancia. De no contar con estrategias positivas de afrontamiento para responder a estas situaciones pueden generarse comportamientos menos adaptativos y una mayor vulnerabilidad en el adolescente (María Inés Figueroa, 2006). El creciente interés por el estudio de las estrategias de afrontamiento es producto de reconocer en ellas un particular modo de responder a las diferentes situaciones que generan estrés, así como también de entender su función positiva de mitigar los efectos nocivos que ese estrés produce. (Leibovich, Schmidt y Marro, 2002).

2. MARCO CONCEPTUAL

Adolescencia: Los complejos fenómenos de la adolescencia están contruidos sobre antecedentes específicos que residen en la niñez temprana. Los procesos regresivos de la adolescencia llevan a la reconstrucción de desarrollos tempranos defectuosos o incompletos; nuevas identificaciones y contraidentificaciones juegan un papel importante. Ser adolescente es una experiencia que varía según las personas, la propia cultura de origen y a lo largo del tiempo, vale decir que la adolescencia es un concepto que como todos los estadios del desarrollo humano, no tiene una naturaleza fija e inmutable sino que está particularmente influida por circunstancias históricas, socioeconómicas y debe ser analizada desde esta perspectiva, tomando en cuenta la categoría dialéctica de lo universal y lo particular. Todo este conjunto genera los patrones de conducta de los adolescentes. El grupo de pares constituye el verdadero mundo adolescente y puede llegar a romper los patrones de aislamiento que presentan algunos jóvenes y permite modificaciones en la subjetividad a raíz de las situaciones de cambio que viven. Estas consideraciones, nos conducen a concluir que la función de la sociedad representada en este caso por el mundo adulto, es apoyar el proceso adolescente, permitiéndole poner en palabras sus actos, hablando de los problemas que les preocupan, compartiendo sus logros y frustraciones, sus angustias y satisfacciones para que el joven reconozca que las exigencias de la sociedad deben ser obedecidas o rechazadas pero no ignoradas, y para que aprenda a ver sus limitaciones, tolerando sus fracasos, pero también confiando en sus facultades aceptando los riesgos.

Cuando hablamos de un grupo de adolescentes que deciden una residencia en común estamos hablando de un tipo particular de grupo, este resulta del agrupamiento de individuos de una misma edad que comparten un ámbito físico por un período de tiempo establecido y del cual se espera que cumplan con determinados objetivos pedagógicos y sociales.

Desarraigo: En nuestra época globalizada, el fenómeno del desplazamiento de un lugar a otro y con lo que ello supone de desarraigo, está cada vez más presente en la vida de las personas. Las razones son muy amplias y diversas: laborales, económicas, afectivas y académicas entre otras. Emigrar supone un paulatino proceso de duelo, de reconocimiento y aceptación de la pérdida de vínculos primarios y referenciales en la vida de toda persona: la familia, los amigos, la cultura, la lengua. De por sí la emigración implica que se realicen dos exigencias simultáneas: la separación de lo anterior y la adaptación a lo nuevo. El sentimiento de desarraigo suscitado por la migración es un cambio, que pone en riesgo el sentimiento de identidad. Estos adolescentes están más expuestos, el esfuerzo psíquico se redobra y aparece en muchas ocasiones la necesidad de encontrar a alguien en el nuevo medio, que asuma funciones de "maternaje" y de "continencia", que le permitan reorganizarse (De Giusti, M. 2003). Esta particularidad puede ser abordada preventivamente en la familia y en las distintas instancias institucionales de la ciudad de origen, y mediante la organización de redes protectoras en la ciudad receptora. La intensidad de las dificultades en el proceso de elaboración del cambio, la modalidad y áreas de expresión (mente, cuerpo, y mundo externo), varían según diferentes aspectos intervinientes: dinámica familiar, historia personal, inserción en el grupo de pares, vínculo con el estudio, proyecto personal, etc.

Estrategias de Afrontamiento: Los requerimientos que se le plantean al adolescente implican el desarrollo de competencias psicosociales importantes para su posterior posicionamiento en el mundo adulto. Explorar las estrategias de afrontamiento es producto de reconocer en ellas un particular modo de responder a las

diferentes situaciones a las que este grupo de adolescentes debe enfrentar, así como también de entender su función positiva de mitigar los efectos nocivos que la nueva situación produce, como es el hecho de dejar sus lugares de origen y con esto lo conocido y lo propio, para emigran desde el interior del país a Buenos Aires con el objetivo de realizarse profesionalmente. Lazarus y Folkman (1984) definen al afrontamiento como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes para los recursos del individuo” señalando además, que los individuos varían sus patrones de estrategias de afrontamiento en función del tipo de problema a resolver. En la misma línea, Frydenberg y Lewis (2000) definen el afrontamiento como “las estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y una adaptación efectivas”. Por lo cual cada sujeto tiende a la utilización de los estilos de afrontamiento que domina, ya sea por aprendizaje o por hallazgo fortuito en una situación de emergencia. A su vez las estrategias de afrontamiento pueden resultar, según Giordano y Everly (1986), adaptativas o inadaptativas. Las primeras tienden a reducir el estrés y promueven la salud a largo plazo, mientras que las segundas reducen el estrés sólo a corto plazo, y tienen un efecto nocivo en la salud a largo plazo. Llegado a este punto, se hace preciso diferenciar los *estilos* de afrontamiento de las *estrategias* de afrontamiento. Los primeros se refieren a predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones y son los responsable de las preferencias individuales en el uso de unos u otros tipos de estrategias de afrontamiento, así como de su estabilidad temporal y situacional. Por otro lado, las estrategias de afrontamiento son los procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes” (Fernandez-Abascal, 1997). Así, mientras los estilos son las formas habituales, relativamente estables, que tiene una persona para manejarse ante el estrés, las estrategias son situacionalmente dependientes, constantemente cambiantes y también están influidas por los estilos que tiene un sujeto para afrontar los problemas de la vida diaria.

Podemos coincidir en señalar que se entiende por estrategias de afrontamiento al conjunto de repuestas (pensamientos, sentimientos y acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que esta situación genera (Casullo y Fernández Liporace, 2001). Estas estrategias dependen de la combinación de múltiples factores, como los aspectos personales y las exigencias individuales por un lado, y las exigencias del ambiente, con sus permanentes desafíos y presiones sociales por el otro.

3. OBJETIVO GENERAL

El objetivo general de este trabajo es descubrir cuáles son las estrategias de afrontamiento más comunes en los adolescentes que viven el desarraigo. Los objetivos específicos son:

- Identificar las Estrategias de Afrontamiento en la muestra de adolescentes del interior del país que se establecen en la ciudad de Buenos Aires para realizar sus estudios universitarios
- Explorar los sentimientos asociados a la experiencia del desarraigo
- Reconocer la importancia que le asignan las adolescentes al grupo de convivencia.

4. METODOLOGÍA

El presente estudio se realiza bajo el tipo de investigación empírica, ya que se trabaja con una muestra poblacional, a la que se le aplican instrumentos técnicos de carácter psicométricos y proyectivos.

4.1 Participantes: Participan de la muestra 25 adolescentes mujeres de 18 años. Las mismas son oriundas de diversas provincias y tienen en común que emigraron a la Ciudad de Buenos Aires con el objetivo de realizar estudios universitarios. Así mismo todas residen en una Residencia Estudiantil religiosa de un Barrio céntrico de esta Capital.

4.2 Instrumentos de recolección de datos: Los instrumentos utilizados fueron: entrevista semidirigida (Siquier de Ocampo, M; García Arzeno, M, 1996), en la cual se dejó expresar a los sujetos en forma libre, pero se les hizo algunas preguntas para ayudar a

focalizar el tema a investigar. El test de Persona Bajo la Lluvia (Querol, S.; Chavez P, 2004) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes. (Fridenberg, E; R, Lewis, 2000).

4.3 Procedimientos: Los distintos instrumentos se administraron a aquellas estudiantes que dieron su consentimiento para participar en la investigación. Las entrevistas se analizaron individualmente a partir de sus contenidos y temáticas. Con respecto al test de persona bajo la lluvia, se observó la frecuencia de los indicadores: Ausencia de paraguas, Paraguas hacia la derecha, Paraguas hacia la izquierda, Paraguas cubriendo adecuadamente a la persona, Paraguas cerrado y Paraguas muy chico respecto al tamaño de la persona dibujada. En relación con la escala de estrategias de afrontamiento se evaluó la frecuencia de las estrategias más utilizadas Preocuparse, Autoinculparse, Concentrarse en resolver el problema, Reservarlo para sí, Invertir en amigos íntimos, Buscar apoyo social, Buscar apoyo profesional, Esforzarse en resolver el problema, Distracción física e Ignorar el problema.

5. RESULTADOS

Se puede decir que las adolescentes con tendencias a la sociabilidad se muestran más activas y se inclinan por utilizar estrategias dirigidas a la resolución de problemas. Así mismo las adolescentes que pueden contar con mayor apoyo social y familiar están en mejores condiciones de usar estrategias de afrontamiento más adaptativas, hecho que le permite reducir la tensión que le implica la vivencia del desarraigo y la adaptación al nuevo contexto. Las adolescentes que utilizan con mayor frecuencia estrategias como preocuparse, autoinculparse, reservarlo para sí, ignorar el problema presentan menores defensas (coincidente con la ausencia de paraguas en el Test del dibujo de la persona bajo la lluvia) ante los elementos estresores a los que se ven expuestas y atraviesan con mayores dificultades el proceso de desarraigo. Aquellas adolescentes que pueden implementar estrategias más adaptativas como invertir en amigos íntimos, buscar apoyo social, buscar ayuda profesional, distracción física, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito presentan mayores defensas para enfrentar el desarraigo y lo resuelven mejor.

6. DISCUSIÓN

Podemos pensar que las transformaciones que viven estas adolescentes y sus familias a partir del desarraigo pueden ser vividas adecuadamente posibilitando nuevos y crecientes desarrollos. Esto sobreviene en la medida en que se efectúa un nuevo entramado entre lo antiguo y lo nuevo, un tejido entre lo afectivo y lo corporal en el marco de un nuevo entorno cultural. En este sentido cobra gran importancia la presencia y asistencia del grupo de convivencia, como factor fundamental de continencia y apuntalamiento frente a la amenaza de disociación y quiebre como resultado de la pérdida de los anclajes habituales y cotidianos. Cada adolescente dispone de varias estrategias para enfrentar los estresores. La selección de las mismas va a depender del contexto psicosocial y de la personalidad de cada una, que da cuenta de la variedad de recursos de que disponen. Ambos aspectos interactúan en la determinación del afrontamiento. Podemos concluir diciendo que según las estrategias de afrontamiento que se pongan en juego la vivencia del desarraigo y la elaboración de los duelos que ésta conlleva pueden significar una experiencia de crecimiento y desarrollo, tanto a nivel personal como grupal. También se abren planteos en cuanto a investigar cómo los modelos de apego adquiridos en la infancia serían precursores de las estrategias de afrontamiento en la adolescencia.

BIBLIOGRAFÍA

- CASULLO, M. y FERNÁNDEZ LIPORACE, M. (2001) Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes, Revista del Instituto de Investigación, Buenos Aires, Facultad de Psicología, año 6, n° 1, págs. 25-49.
- CASULLO, M.M. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. Paidós. Buenos Aires.
- DE GIUSTI, M. (2003). Procesos migratorios en la adolescencia. Ed. Del Candil
- FERNANDEZ ABASCA I. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. Ed. Pirámide. Madrid.

- FIGUEROA, I. (2006) Pensar la adolescencia hoy. Paidós. Buenos Aires.
- FRYDENBERG, E. y LEWIS, R. (2000). Manual: ACS. Escalas de afrontamiento para adolescentes. Ed.Tea. Madrid.
- GIORDANO D.A.; DUSEK, D. & EVERLY, G.S. (1985). Experiencing Health (pp. 1-10). Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice- Hall, Inc.
- GRINBERG L. y R. (1996). Migración y exilio. Ed. Biblioteca Nueva. Madrid. María
- LAZARUS, R.S. y FOLKMAN, S. (1984). Stress, Appraisal and Coping. Nueva York: Springer Publishing Company, Inc. Ed. Española (1986): Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca, S. A.
- LEIBOVICH, N.; SCHMIDT, V. y MARRO, C. (2002). Afrontamiento, en el malestar y su evaluación en diferentes contextos. Ed. Eudeba. Buenos Aires.
- OCAMPO, M. E.; ARZENO, M.L.; GRASSANO DE PICCOLO y colab. (1982) Las técnicas proyectivas y el proceso psicodiagnóstico. Bs.As. Nueva Visión, Tomo I. cap. 2.
- QUEROL M.S. (2008). Test de la persona bajo la lluvia. Ed. Lugar.Argentina