

Afrontamiento en crisis familiares: El caso del divorcio cuando se tienen hijos adolescentes

Coping in family crisis: Divorce with teenager's children

Myriam Jiménez Arrieta¹, María Amarís Macías², Marcela Valle Amarís³

Resumen

Objetivo: Describir las estrategias de afrontamiento familiar frente al divorcio como crisis no normativa en familias con hijos adolescentes de la ciudad de Barranquilla (Colombia).

Materiales y métodos: Estudio descriptivo, en el que se analizaron 43 familias con hijos adolescentes. El instrumento utilizado fue la Escala F COPES (escala de evaluación personal del funcionamiento familiar en situaciones de crisis) de McCubbin, Larsen y Olson.

Resultados: En todas estas familias se hizo evidente la tendencia a recurrir al apoyo social como principal estrategia de afrontamiento ante la crisis, seguida por la reestructuración. La estrategia menos utilizada fue la movilización, seguida por la evaluación pasiva y el apoyo espiritual.

Conclusiones: Las familias en proceso de separación privilegian el apoyo social como estrategia principal en sus vidas. Se corroboró que los miembros de estas acuden a parientes, amigos y personas con dificultades similares para sentirse seguros y apoyados en medio de la crisis. Sin embargo, todos sus miembros utilizan estrategias tanto externas como internas para afrontar la crisis.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento, crisis no normativa, divorcio, adolescencia.

Abstract

Objective: To describe the family coping strategies with the divorce as a non-normative crisis.

Materials and method: Descriptive study, with an intentional selection of a sample of 43 families with teenagers' children. The instrument was the F-COPES scale (Family-Crisis Oriented Personal Evaluation Scale) from McCubbin, Larsen y Olson.

Results: It was a familial tendency to use the social support as the main coping strategy in a moment of crisis, followed by Reframing. The least used strategy was Mobilizing the family to accept help, followed by the passive appraisal and spiritual support.

Fecha de recepción: 26 de noviembre de 2011
Fecha de aceptación: 15 de marzo de 2012

¹ Docente del Departamento de Historia y Ciencias Sociales de la Universidad del Norte. Barranquilla (Colombia). jimenez@uninorte.edu.co

² Docente del Departamento de Psicología, Universidad del Norte. Barranquilla (Colombia). mamaris@uninorte.edu.co

³ Psicóloga. Candidata a magister en Psicología Clínica, Universidad del Norte. Barranquilla (Colombia). marcelavalle87@hotmail.com

Correspondencia: Myriam Jiménez Arrieta. Universidad del Norte, Departamento de Historia. Km 5, vía a Puerto Colombia. Tel. 3509509. jimenez@uninorte.edu

***Conclusions:** Families going through a divorce or separation process give a special place to the social support. Their members used to appeal to external family, friends and people in the same condition, looking for feelings of safety and support in the middle of the crisis. Nevertheless, they use internal and external strategies to cope with the crisis.*

Keywords: Coping strategies, non-normative crisis, divorce, adolescence.

INTRODUCCIÓN

Con el pasar de los años, las familias han sufrido cambios sustanciales no solo en su estructura sino también en la redefinición y distribución de sus roles fundamentales a raíz del proceso de modernización y de los cambios sociales, políticos, culturales y demográficos, que afectan e influyen directamente en nuestra sociedad y, por ende, en las familias como el cimiento de esta (1).

Los conflictos se hacen cada vez más frecuentes y difíciles de solucionar por parte de los cónyuges, siendo el divorcio o la separación de cuerpos una de las principales soluciones que han venido empleando los cónyuges para resolver sus problemas matrimoniales. Según Profamilia, en Colombia los divorcios se han venido incrementado, más específicamente, se han triplicado en los últimos 30 años, lo cual deteriora el bienestar y la calidad de vida del grupo familiar (1).

Desde el enfoque sistémico, la familia se explica como el “sistema relacional primario en el que se da el proceso de individuación, crecimiento y cambio del individuo. Entonces cabe considerar el sufrimiento del individuo como expresión de la disfuncionalidad de todo el sistema, ya sea en sus relaciones internas o con el ambiente exterior” (2). La familia es definida como un sistema abierto, propositivo y autorregulado. “Sistema” significa una unidad formada por unos miembros que interactúan entre sí, entre los que existen determinados vínculos

y se mantienen unas transacciones que se transmiten al resto del sistema (3).

Desde esta consideración, las decisiones que se tomen en el grupo influyen en cada miembro de la familia. Por lo tanto, la separación o el divorcio es un tema que no solo compete a los cónyuges, sino que también afecta a sus hijos y a sus respectivas familias (4). Quienes eligen esta opción para la resolución de problemas conyugales tienen poca noción acerca de sus implicaciones. “El divorcio significa una crisis tanto para los padres como para los hijos” (5), que puede volverse un hecho traumático si no se logra manejarlo adecuadamente.

La separación de los padres es el resultado de un proceso cuya crisis se inicia en la familia a partir de frecuentes contradicciones, que en ocasiones pueden llevar a la violencia intrafamiliar y conyugal y fomentar actitudes y comportamientos no adecuados a nivel psicológico, físico, emocional, cognitivo y social en los miembros que la componen (6). Estas contradicciones pueden explicar el comportamiento agresivo, la desconfianza, además de la disminuida capacidad para superar dificultades y las pocas destrezas para solucionar conflictos de estos jóvenes que enfrentan la separación de sus padres (7-9). En últimas, el manejo de esta situación no solo dependerá de los recursos psicológicos que estos tengan, sino también de los valores, normas, grado de aceptación personal y social, y de la capacidad de afrontamiento frente a otras circunstancias, lo cual funciona como recurso para hacer frente a esta nueva situación (10).

El estudio “Estrés en las familias colombianas, tensiones típicas y estrategia de afrontamiento”, realizado por Ángela Hernández Córdoba (3), da a conocer que: en todas las escalas del instrumento F COPEs los colombianos obtuvieron puntajes inferiores en relación con los norteamericanos y fueron mayores las diferencias en la búsqueda de apoyo social y de apoyo espiritual. Esta diferencia podría interpretarse como la presencia de un patrón de enfrentamiento del estrés menos definido en la población colombiana, lo cual revelaría cierta flexibilidad a la hora de utilizar las distintas estrategias para superar las dificultades, pero también un rango total de recursos menor que el de los norteamericanos.

Teniendo en cuenta que el afrontamiento se concibe como un proceso dinámico en el cual entran en juego factores referidos al individuo y componentes propios del entorno en el que se desarrolla la situación de estrés psicológico (11), se encontró en las poblaciones analizadas en los estudios mencionados que los pocos ingresos, el bajo nivel educativo y la inestabilidad laboral aparecen como factores asociados a las tensiones acumuladas durante el ciclo vital de vida y al afrontamiento de estas (3).

Afrontamiento

El *afrontamiento* se define como “aquellos procesos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para mejorar las demandas externas y/o internas que son evaluadas como desbordantes de los recursos del individuo” (12).

Las estrategias de afrontamiento hacen referencia a los esfuerzos cognitivos y comportamentales (fluctuantes) que se desarrollan para modificar las exigencias o problemáticas intrínsecas que los individuos enfrentan

con el fin de, por un lado, protegerse y evitar las consecuencias negativas y, por otro lado, modificar la situación de tensión y dificultad (13).

Las estrategias de afrontamiento se refieren a todos aquellos pensamientos, reinterpretaciones, conductas, etc., que el individuo despliega en búsqueda de obtener mejores resultados en una situación particular generadora de estrés, ya sea para obtener una regulación en la respuesta emocional (afrontamiento dirigido a las emociones) y/o manipular o alterar el problema (afrontamiento dirigido a la conducta) (14).

No obstante, la definición del tipo de estrategia de afrontamiento que se va a seleccionar es establecida por los efectos de cada situación y los resultados a largo plazo (15). El modo de afrontamiento de un individuo es determinado por los recursos de los cuales dispone, las creencias existentes, las creencias generales sobre el control, los compromisos que tiene como propiedad motivacional, los recursos para la solución de problemas, las habilidades sociales, el apoyo social y los recursos materiales (12).

A nivel conceptual y metodológico se interpreta el afrontamiento como una variable de carácter bien sea mediador o moderador, que modifica los efectos desestabilizadores del estrés. Kirchner (16) plantea: “El concepto envuelve todos los recursos y mecanismos bio-psico-sociales que activa el sujeto ante una situación que le genera incomodidad y tensión”.

Desde que se introdujo el concepto de afrontamiento (*coping*) en el campo de la psicología, numerosos estudios se han centrado en su relación con la salud mental. El afrontamiento como tal forma parte de los recursos psicológicos de cualquier individuo y es

una de las variables personales declaradas como intervinientes o participantes en los niveles de calidad de vida percibida, a la cual se atribuye un gran valor e importancia en las investigaciones sobre bienestar psicológico. En ellas se ha puesto de manifiesto la complejidad e importancia de su papel para entender los ajustes del individuo en su entorno y poder percibir niveles positivos y/o negativos con respecto a la calidad de vida (12, 14, 17, 18, 3).

Estrategias de Afrontamiento Familiar

La familia es considerada un sistema en el que la reacción de un solo miembro frente a un evento afecta a todos los demás. La concepción de la familia como un sistema permite comprender esta interacción; permite, de igual forma, esclarecer cómo el nivel de estrés de la familia como unidad difiere del nivel del estrés de la suma de cada uno de sus miembros. A partir de esto se define el *afrontamiento familiar* como la capacidad de la familia para movilizarse y poner en acción medidas que actúen sobre las exigencias que demandan los cambios (3, 19, 20).

El afrontamiento familiar es una respuesta que aparece cuando la familia debe realizar un esfuerzo inusual para observar, experimentar, definir, comprender o realizar algún tipo especial de acción para poder retomar las rutinas de la vida diaria.

Hernández (3) define el afrontamiento como un proceso para lograr equilibrio en el sistema familiar que facilite la organización y la unidad, y promueva así el desarrollo y el crecimiento individual. McCubbin y cols. definen el afrontamiento ante el estrés como el manejo que realizan todos los miembros de un grupo familiar frente a una situación crítica. Según McCubbin y Patterson, las respuestas del afrontamiento bus-

can cambiar las circunstancias estresantes, reducir el nivel de tensión familiar y mantener la unidad y el equilibrio al enfrentar las tensiones. Boss aporta a la definición enfocándose principalmente en las características individuales, afirmando que cuando uno de estos miembros de un grupo se ve afectado, el grupo difiere funcionalmente. A partir de esto se hace importante tener en cuenta los procesos de afrontamiento individuales como los grupales o familiares (3, 21, 22).

A nivel familiar, las estrategias de afrontamiento se manifiestan en dos dimensiones: la primera que hace referencia a la realidad subjetiva de la familia, asumiéndola como una entidad en sí misma; y la segunda se refiere a la naturaleza interaccional del afrontamiento en la familia, lo cual permite tener en cuenta el nivel individual del afrontamiento dentro de la dinámica familiar (3,9).

En relación con la primera dimensión, se encuentra que más allá de una perspectiva individual, la realidad subjetiva de la familia se vuelve una entidad en sí misma, estableciéndose el “paradigma” familiar o construcción grupal de la realidad. La familia debe ser considerada como un grupo complejo que elabora su propia lectura de la realidad (24, 25).

Las estrategias y la coordinación entre los miembros de la familia emergen como variables críticas. Algunas estrategias específicas pueden ser más importantes que otras, especialmente en momentos concretos del ciclo vital y en conexión con sucesos específicos (22). En este sentido, el afrontamiento familiar es visto como algo más que las respuestas familiares a un estresor; se ve como un grupo de interacciones dentro de las familias, y transacciones entre la familia y la comunidad.

Las estrategias de afrontamiento en las familias no se crean en un solo instante, se forman y modifican en el tiempo. El afrontamiento cambia a lo largo del tiempo y varía como resultado del estresor, la severidad de este, el alcance y la acumulación de otras demandas, la cantidad de perturbaciones en el sistema familiar y la disponibilidad y uso de los recursos intrafamiliares y comunitarios (26). La acumulación de tensiones y estresores en las familias se relaciona con su etapa de desarrollo (27). Esta hipótesis fue comprobada en las familias colombianas, en las que la etapa del nacimiento de los hijos y de su crianza antes del ingreso a la escuela se considera la fase de mayor vulnerabilidad y ante la cual se incrementa el nivel de estrés en la familia (3).

Las estrategias de afrontamiento en la familia cumplen una serie de funciones que se describen a continuación (24):

1. Mantener condiciones internas satisfactorias para la comunicación y la organización familiar.
2. Promover la independencia y la autoestima de los miembros.
3. Mantener los vínculos de coherencia y la unidad de la familia.
4. Mantener y desarrollar el apoyo social y las transacciones con la comunidad.
5. Mantener algún esfuerzo por controlar el impacto de las situaciones y el cambio en el sistema familiar.

Se entiende, pues, que los estilos y estrategias pueden ser puestos en marcha ante otras experiencias que no tienen que ser entendidas como estresantes sino como aquellas formas en que el individuo hace frente a situaciones que le requieren movilización de esfuerzos, tanto cognitivos como comportamentales, en

el intento de reducir o eliminar la posibilidad de una experiencia de estrés (28 - 30).

El estrés no debe ser concebido únicamente en relación con las demandas planteadas por el entorno o por los cambios producidos en el organismo, sino también con respecto a la interacción establecida entre exigencias contextuales y determinadas variables moduladoras, que influyen en cómo la persona percibe sus posibles respuestas ante las demandas específicas. En el fenómeno de crisis familiar, el evento estresor se ha conceptualizado como un evento que produce un cambio en el sistema familiar (31-34).

Las estrategias de afrontamiento se clasifican en internas y externas. Las internas son aquellas que utiliza el individuo para enfrentar las dificultades tomando recursos existentes dentro de su propia familia:

- *Reestructuración*: Es la habilidad para redefinir las experiencias estresantes de manera que sean más aceptables y manejables. La familia cambia su punto de vista gracias a la confianza en su capacidad para manejar los problemas.
- *Evaluación pasiva*: Se refiere a los comportamientos menos activos que podría desplegar una familia ante el estrés. Para adoptar una actitud más pasiva se minimiza la responsabilidad y la iniciativa para afrontar las dificultades. Se trata de la intención de evitar los problemas y de la manifestación de una actitud pesimista.

Las estrategias externas se refieren a las conductas de los miembros dirigidas a conseguir recursos en fuentes ajenas a la familia:

- *Obtención de apoyo social*: Hace referencia a la habilidad para usar los recursos familiares, amigos y vecinos.

- *Búsqueda de apoyo espiritual*: Es la habilidad familiar para acercarse a soportes espirituales o religiosos.
- *Movilización familiar para obtener y aceptar apoyo*: Es la habilidad para buscar recursos en la comunidad y aceptar ayuda profesional y/o de servicios sociales (35).

Modelo ABC-X

Centrándose en el afrontamiento familiar, la teoría del estrés familiar y su correspondiente marco de organización, la teoría de la resistencia familiar, se interesa por el estudio de las transiciones familiares normativas y por la respuesta familiar a estas transiciones. Las raíces de tales teorías se encuentran en el trabajo de Rueben Hill (36, 37), quien desarrolló el modelo ABCX, en el cual:

- A. Es el hecho precipitante y las penas vinculadas a él (dolor, angustia, miedo, tensión).
- B. Los recursos de las personas o familias para enfrentarse a ese hecho. Estos pueden ser personales, familiares o extrafamiliares, a su vez, afectivos y económicos.
- C. La definición que se hace de ese hecho.

Burr (38) amplía el modelo añadiendo dos elementos más (D y E):

- A. El poder regenerativo de la familia, es decir, su capacidad de recobrar o salir de la crisis, que supone evaluar los recursos de la familia, tanto los internos como los externos. También se analiza cómo la familia ha afrontado otras crisis y su capacidad de organización, teniendo en cuenta las interacciones entre sus miembros.
- B. La vulnerabilidad familiar: todas las familias están expuestas a sufrir acontecimientos que pueden provocar crisis.

Modelo de Resistencia de Ajuste Familiar y Adaptación

A partir de los estudios sobre el tema se distinguen dos patrones de afrontamiento familiar: el patrón de Resistencia, que implica los esfuerzos de la familia en búsqueda de minimizar o reducir el impacto estresor, y el Adaptativo, constituido por los esfuerzos de la familia dirigidos a organizarse y consolidarse como sistema para recuperar el orden alterado por el evento estresante.

El modelo de resistencia de ajuste familiar y adaptación (39-41) es la extensión más actual de estas teorías. Este modelo incluye una fase de ajuste y otra de adaptación; en ambas las estrategias de afrontamiento son uno de los diversos componentes que interactúan y determinan el proceso y resultado familiar ante un estresor.

El divorcio como crisis no normativa

Las *crisis normativas* son aquellas crisis que aparecen como normales o esperables durante el ciclo de la vida, reflejo de un proceso de desarrollo y crecimiento de cada individuo y de la familia (matrimonio, nacimiento de hijo, comienzo de vida de escolar, adolescencia, nido vacío, jubilación, etc.). Algunas de estas crisis son determinadas por diversas etapas biológicas o por condicionamientos sociales. Aunque en ocasiones estas pueden generar cambios permanentes en el funcionamiento familiar, en la mayoría de los casos se presentan únicamente como crisis temporales.

Las *crisis no normativas* aparecen frente a eventos accidentales e inesperados, como una enfermedad física, pérdida material o divorcios y separación. Estas crisis se definen como "Un evento inesperado que representa una amenaza a la supervivencia

familiar y que debido a las circunstancias en que se presenta, deja a quienes la experimentan con una sensación de intenso desvalimiento" (43).

El divorcio como crisis no normativa se presenta en dos dimensiones diferentes: en principio, se valora su dimensión traumática por los eventos que lo acompañan, ya que estos generan altos niveles de incertidumbre y de estrés, pues esta situación desencadena inestabilidad emocional en los sujetos que viven la disolución de la familia; en segundo lugar, se valora su dimensión temporal, en tanto que asumir el divorcio como nueva condición de vida exacerba los síntomas de estrés posttraumático que implican la tendencia a la evitación, lo cual le resta funcionalidad al individuo (44).

METODOLOGÍA

Teniendo en cuenta que las investigaciones tratadas en este artículo hacen parte del estudio de la dinámica familiar y de las estrategias de afrontamiento que utilizan las familias en situaciones de crisis, se debe aclarar que la descripción de las estrategias de afrontamiento realizadas se elabora desde el Modelo de Resistencia de Ajuste Familiar y Adaptación (39-41).

La población estudiada fueron 43 familias de estrato socioeconómico medio de la ciudad de Santa Marta (Colombia), cuyas parejas cuentan con estudios técnicos y se encuentran en situación de separación. Se analizaron e integraron en dos investigaciones; dichas investigaciones se desarrollaron con igual metodología y con el mismo enfoque. Estas 43 familias de estrato socioeconómico medio se caracterizaban por tener máximo 12 meses de separación y cuyos hijos, de entre 10 a 20 años, presentaron cambios emocionales, sociales o académicos.

Se utilizó como instrumento de medición la Escala F COPES (escala de evaluación personal del funcionamiento familiar en situaciones de crisis), desarrollada por McCubbin, Larsen y Olson (35), para identificar las estrategias conductuales y de resolución de problemas utilizadas por estas familias. Esta escala está compuesta por cinco subescalas, que a su vez se agrupan en dos tipos de estrategia: 1) Estrategias internas, que evalúan cómo la familia internamente maneja las situaciones críticas que enfrenta; estas son: reestructuración y evaluación pasiva. 2) Estrategias externas, que examinan las formas como la familia maneja los eventos críticos, utilizando los recursos psicosociales provenientes de su relación con el exterior de sus fronteras. Las subescalas en esta condición son: Obtención de apoyo social, búsqueda de apoyo espiritual y movilización familiar.

Hernández señala que esta escala al ser aplicada y validada en el contexto colombiano arrojó una confiabilidad de la escala total de .87, y la de las subescalas fluctuó entre .62 y .95. A partir del análisis factorial se eliminó un ítem, por lo cual la escala quedó constituida por 29 ítems.

En estas investigaciones, la prueba presentó un valor de Alpha de Cronbach de 0.77 y la confiabilidad test-retest para la escala total es 0.71. El instrumento fue aplicado dentro del núcleo familiar al padre, a la madre, hijos e hijas.

RESULTADOS

Estrategias de afrontamiento más y menos utilizadas por los padres y madres

Se parte del promedio individual y de las frecuencias por familias. A este respecto se observa que la estrategia más utilizada por los padres y madres es el apoyo social (ta-

bla 1). Por otro lado, la evaluación pasiva se presenta en muchos de los padres y madres como la estrategia de menor uso; en el caso de algunas pocas excepciones tanto en padres como en madres, la movilización familiar es la estrategia menos utilizada.

Analizando cada tipo de estrategia utilizada por las familias, se evidencia que valoran en primer lugar el apoyo social, el cual actúa como estrategia externa a la unidad familiar. Esto podría interpretarse como una tendencia de los padres y las madres frente al divorcio a acudir a los amigos, vecinos y familiares (contexto externo) en búsqueda de orientación para afrontar la situación; esto coincide con los resultados de las investigaciones realizadas sobre el funcionamiento de la familia en Colombia (42). Parece que las familias colombianas privilegian el apoyo social como estrategia para afrontar sus problemas.

La estrategia de búsqueda de apoyo espiritual es inusual en estos padres y madres (así como en los hijos e hijas) (tabla 2), es decir, existe muy poca tendencia a dirigirse a una religión, culto o cualquier corriente religiosa para afrontar la crisis de divorcio. Esto es coherente con los cambios culturales, sociales y políticos que ha venido experimentando la sociedad colombiana.

La reestructuración aparece como la segunda estrategia más utilizada por los padres y madres (tabla 2), y señala el esfuerzo de estos por valorar sus capacidades y recursos propios para afrontar la situación, asumiendo que las problemáticas derivadas de la separación son susceptibles de manejar o superar. La reestructuración como estrategia de afrontamiento interna implica procesos intrafamiliares que están en relación con las habilidades de la familia para definir el suceso estresor que genera la crisis.

Este se define como un desafío que puede ser superado, corregido o reevaluado, incluso como un suceso o tensión que puede ayudar a neutralizar el impacto al minimizar la amenaza cambiando el significado de la situación.

Como se puede apreciar, las dos estrategias más utilizadas recurren a un uso combinado de estrategias externas e internas, lo que genera variedad, flexibilidad y el uso de un repertorio complementario de estrategias, lo cual apunta a facilitar la adaptación a la nueva situación vital en busca de mejorar la calidad de vida.

Estrategias más y menos utilizadas por las hijas e hijos

En la adolescencia, como fase de transición y adaptación, se generan preocupaciones que inciden significativamente en la forma que se perciben los eventos vitales. Por esta razón, los jóvenes requieren un uso numeroso y flexible de habilidades de afrontamiento, es decir, estrategias conductuales y cognitivas que permitan, por un lado, una acomodación al medio y, por el otro lado, solventar diversas preocupaciones propias de esta etapa de desarrollo con relación a la vida personal, familiar, social, escolar, afectiva, etc.

Los estados de estrés o tensión son un componente de la cotidianidad en los adolescentes, pero se tienden a manifestar e incrementar a partir de la dualidad presente entre las demandas del medio y su disposición para afrontarlas. Por esta razón, las frecuentes presiones y dilemas que experimentan los adolescentes los llevan a verse sin salida; esto conlleva a seguir conductas desadaptativas que tienen efectos negativos para sí mismos y para la sociedad (45).

La manera en que los adolescentes afrontan sus problemas se considera cada vez más una parte importante del currículo en el área escolar, lo cual es un punto a favor frente a la adaptación no solo de su momento en el ciclo vital, sino frente a las crisis no-normativas. El afrontamiento incluye una serie de habilidades cognitivas y comportamentales, entre las cuales se encuentran el obtener, analizar y organizar la información, la comunicación de ideas e informaciones, la planificación, la solución de problemas, el trabajo en equipo, las relaciones, la búsqueda de apoyo, etc. La importancia de desarrollar este tipo de habilidades adquiere cada vez más un papel fundamental en el ámbito escolar, pues se trata de generar recursos que faciliten la adaptación al mundo y a la sociedad.

Para afrontar la situación de divorcio, las hijas e hijos siguen la tendencia de los padres, es decir, siguen reafirmando el apoyo social como estrategia bandera para afrontar las crisis. La tendencia a utilizar en menor medida la estrategia "movilización familiar" continúa en las hijas, incluso por debajo de la evaluación pasiva, lo cual es diferente en los hijos varones, quienes utilizan en menor medida la evaluación pasiva (tabla 1). Las hijas recurren más a las personas de su familia, especialmente a las abuelas o tíos, para resolver las crisis, en lugar de la simple evaluación pasiva.

Análisis general por Familia y Roles

El contexto familiar (la manera de resolver conflictos por parte de los padres, el número y características de los hermanos, el ambiente de la casa, etc.), el escolar (características, organización y localización del colegio, etc.), el grupal (relaciones interpersonales con su grupo de iguales u otros, etc.) y el social (la comunidad, la presión social, etc.)

ejercen una influencia importante, especialmente como fuentes de estrés. No obstante, no todas las dificultades generan tensión, ni implican respuestas inadecuadas, ya que en ocasiones conllevan a la resolución del problema a partir de estrategias de afrontamiento productivas; por lo tanto, el estrés puede ser un elemento positivo o negativo en cada uno, dependiendo de sus características personales y de la percepción que se tiene frente a los acontecimientos de la vida cotidiana. Las situaciones difíciles se pueden volver fuentes de estrés crónico, pues la dificultad para manejar el evento tiene que ver mayormente con la forma en que la persona asume el evento o estresor (46).

Los miembros de las familias buscan, en primera instancia, las posibles soluciones que puedan dar compañeros, vecinos y conocidos, o tal vez exploran las posibles soluciones dadas en circunstancias ajenas, para luego aplicarlas en sus familias, según la situación (47). Se destaca que la segunda estrategia más utilizada es la reestructuración, le sigue el apoyo espiritual, lo que evidencia una tendencia familiar que indica que el refugio en los curas, sacerdotes, brujos o lo que actué como posible guía espiritual es una de las últimas instancias para resolver situaciones conflictivas, pero tampoco se descarta como estrategia para afrontar una crisis (tabla 1).

Por último, buscan muy poco la ayuda profesional y/o de servicios sociales; esto puede tener una explicación coherente si se tiene en cuenta que socialmente se fomenta el mito de los "secretos familiares", esperando hasta último momento para solicitar ayuda profesional o buscar la orientación pertinente ante las instancias competentes. Se observa entonces que la estrategia menos utilizada, antes de la evaluación pasiva, es la movilización familiar.

La estrategia más utilizada en las familias la constituye el apoyo social, lo cual refleja el importante papel que juega el apoyo en vecinos y amigos en la mediación entre los efectos de una situación estresante y la salud mental en los procesos de afrontamiento. Esto se ve más detalladamente en la influencia que tiene la percepción del apoyo emocional en los procesos de afrontamiento para amortiguar los efectos estresantes de una situación nociva (48). En segundo lugar se encuentra la reestructuración, como se ha descrito hasta el momento. Además de ello, las hijas son las que más tienden a utilizar el mayor número de estrategias, seguidas de las madres y los hijos (tabla 1).

Tabla 1. Indicadores estadísticos por rol y sexo y por estrategia

Subescala	Mediana			
	Padres	Madres	Hijas	Hijos
Apoyo social	28	28	32	27
Reestructuración	27	28	29,5	23
Apoyo espiritual	12	12	12	11
Movilización familiar	10,5	11	11	13
Evaluación pasiva	9	10	11	11

Fuente: Datos tabulados por los autores.

Análisis por Familia y Género

En relación con la reestructuración y el apoyo espiritual, los padres superan a los hijos en la utilización de estas estrategias, es decir, que aunque el orden de estrategias utilizadas sea el mismo, los padres utilizan, en proporción, más estrategias de reestructuración y apoyo espiritual que los hijos, con puntajes de 27 y 23 respectivamente. Lo mismo sucede con el apoyo espiritual, en el que los padres obtuvieron 12 y los hijos 11. Sin

embargo, en las escalas de apoyo social, movilización familiar y evaluación pasiva, los padres fueron por los hijos.

La diferencia fundamental entre padres e hijos la constituyen principalmente la estrategia de movilización familiar y evaluación pasiva. Por un lado, los hijos, en promedio, buscan el apoyo de familiares cercanos más que los padres, y por otro lado, existe una tendencia mayor de los hijos a no hacer nada y esperar que los padres solucionen los problemas (tabla 1). Ambas estrategias, una externa y otra interna, reflejan un mayor acercamiento de los hijos con sus familiares cercanos por encima de los padres, sin embargo, estos últimos son menos dados a quedarse sin hacer nada ante los problemas en comparación con sus hijos varones.

En cuanto al sexo femenino, las madres superan a sus hijas en la búsqueda de apoyo espiritual; en las demás estrategias, las hijas superan a sus madres. Las hijas son mucho más activas en la búsqueda de soluciones a los problemas recurriendo a vecinos y, sobre todo, a compañeras de estudio, aspecto que se refleja en el uso de la estrategia externa de apoyo social como principal estrategia. Las hijas utilizan en menor medida que sus madres la evaluación pasiva, lo que concuerda con la afirmación de que hay mayor búsqueda de soluciones por parte de las hijas al problema que por parte de las madres; al parecer, estas últimas esperan que la situación se resuelva sola (tabla 1).

Las mujeres parecen utilizar, en proporción, un mayor número de estrategias que los hombres en todos los aspectos, excepto el de movilización familiar; al parecer, los hombres muestran más tendencia a buscar recursos en la comunidad y a aceptar ayuda de otros (tabla 2).

Tabla 2. Estrategias más utilizadas por género

	Hombres	Mujeres	Promedio total familias	Dispersión hombres	Dispersión mujeres
Subescala					
Apoyo social	27,87	29,48	28,8	0,9	-0,7
Re-estructuración	26,23	28,25	27,6	1,4	-0,6
Apoyo espiritual	11,76	11,93	11,8	0	-0,1
Movilización familiar	11,72	11,23	11,3	-0,5	0
Evaluación pasiva	9,53	10,15	9,5	0	-0,6

Fuente: Datos tabulados por autores.

CONCLUSIONES

Finalmente podemos señalar que aunque estas familias tienen diferentes características entre sí, tienen aspectos comunes en cuanto a contexto cultural y crisis no normativa experimentada a raíz del divorcio, por lo tanto están sujetas a presiones y eventos cambiantes que se van acumulando de manera progresiva, incrementando el porcentaje de separaciones o divorcios, generando crisis e inestabilidad.

Las estrategias de afrontamiento forman parte de los recursos psicológicos de cualquier individuo en relación con el mejoramiento de la calidad de vida y bienestar psicológico. En el caso de estas familias se describe su utilización frente a la crisis por la separación.

A partir de lo planteado anteriormente se puede concluir que las familias en proceso de separación privilegian el apoyo social como estrategia principal en sus vidas. Se corroboró que los miembros de estas acu-

den a parientes, amigos y personas que experimentan o han experimentado dificultades similares para sentirse seguros y apoyados en medio de la crisis.

A la luz del modelo de resistencia de ajuste familiar y adaptación (39, 40, 41), los resultados presentados en este artículo aportan evidencia de que las estrategias de afrontamiento son uno de los diversos componentes que interactúan y determinan el proceso familiar ante un estresor.

Se evidenció que el afrontamiento individual de cada miembro es importante y parece estar en estrecha relación con las estrategias que las familias siguen en momentos de crisis. Para el caso, la más utilizada fue apoyo social, por el vínculo emocional y social que los miembros de la familia tienen entre sí, la importancia en la toma de decisiones y el manejo de los conflictos y dificultades, lo mismo que la influencia de los amigos en algunas decisiones.

Según el modelo ABCX de Hill (36, 37), el poder regenerativo de las familias, es decir, la capacidad de recobrar la normalidad y salir de la crisis, supone evaluar los recursos de la familia, tanto internos como externos. Estos planteamientos se evidencian al mostrar la capacidad que tienen los diferentes miembros de las familias del estudio para contrarrestar y remediar los efectos adversos manejando las estrategias de afrontamiento para sentirse mejor; lo cual exige un desarrollo de habilidades para sobrellevar las situaciones de crisis (49).

La crisis familiar que se abordó en este artículo (separación de los padres) es de carácter no normativo, tiene un impacto más desfavorable en la familia y un costo mayor para la salud de sus hijos, tal como lo plantea Kirchner (16). Estas familias, mediante

el uso de sus estrategias, se esfuerzan en utilizar sus recursos y mecanismos bio-psico-sociales ante la situación de estrés que les genera el proceso de divorcio, enfrentan un desafío que requiere ser superado y las estrategias ayudan a minimizar el impacto que produce la separación (50).

Declaración de conflictos: Ninguno.

Financiación: Personal.

REFERENCIAS

- (1) Zamudio L, Rubiano N. Las separaciones conyugales en Colombia. En *Reflexiones para la intervención en la problemática familiar*. 1994.
- (2) Malagoli M. *La teoria generale dei sistemi. Breve storia e presentazione*. 1983. p. 17.
- (3) Hernández A. *Estrés en la familia colombiana. Tensiones típicas y estrategias de afrontamiento*. Universidad Santo Tomás; 2001.
- (4) Amarís M, Senior D, Sales J, Lora J. Comunicación en la relación padre e hijo varón entre 5-7 años de edad, en familias desintegradas a causa de la separación conyugal, pertenecientes a la ciudad de Barranquilla. Universidad del Norte; 2005.
- (5) Petit C. *El diálogo entre padres e hijos: cómo comprender y superar los conflictos*. Barcelona: Martínez Roca; 1986.
- (6) Kieffer D. Niños que hacen frente a divorcio: Gerencia y tratamiento psicológico de la escuela. En Grimes J, Desmoines IA, editores. *Acercamientos psicológicos a los problemas de niños y adolescentes*. Departamento del Estado de Iowa de Instrucción Pública; 1982 (ED 232 082).
- (7) Kieffer D. Niños que hacen frente a divorcio: Gerencia y tratamiento psicológico de la escuela. En *Acercamientos psicológicos a los problemas de niños y adolescentes*.
- (8) Wallerstein Kely, JB y JS. Breve intervencions con los niños en familias que divorcian. *Diario americano de orthopshychiatry* 1977; 47: 23-39.
- (9) Ruano R. Estrategias de afrontamiento en familias con hijos adolescentes. Facultad de Psicología. Universidad de Valencia España 2000; 16:199-206.
- (10) Reiss D, Oliveri M. Family paradigm and family coping: A proposal for linking the family's instric adaptive capacities to its responses to stress. *Family Relations* 1980; 29(4):431-44.
- (11) Amarís M, Cantillo G. Estrategias de Afrontamiento que utilizan las familias con hijos cuyas edades van de 12 a 20 años. Universidad del Norte; 2006.
- (12) Lazarus, Folman. *Estrés y proceso cognitivo*. Ediciones Martínez Roca; 1986.
- (13) Olson DH, McCubbin H, Assc. *Families: What makes them work*. Beverly Hills, C.A.: Sage; 1993.
- (14) Folkman. *Concepto de afrontamiento en estrés*. España: Ediciones Roca; 1986.
- (15) McCubbin, Fregley (1981). *Stress and family. Doping with catastrophe*. New York.
- (16) Kirchner T. Estrategias de afrontamiento y nivel de psicoterapia en jóvenes presidarios. Relación con el tiempo de reclusión y situación penitenciaria. *Revista de Acción Psicológica* 2003; 2 (3): 199 - 211.
- (17) Lazarus RS. Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine* 1993; 55:234-247.
- (18) Font A. Estrategias de afrontamiento, adaptación y calidad de vida. I1 Congreso Oficial de Psicólogos. Área 5 Psicología y Salud: Psicología de la Salud. Libro de comunicaciones. 1990. p. 90-96.
- (19) Malagoli Togliatti M. *La teoria generale dei sistemi. Breve storia e presentazione*. 1983.
- (20) Louro I. Modelo de la salud del grupo familiar. Escuela Nacional de Salud Pública: Cultura de los Cuidados 2. 2005; (18):45-51.
- (21) McCubbin HI, Joy CB, Cauble AE, Comeau JK, Patterson JM, Needle RH. Family stress

- and coping: A decade review. *Journal of Marriage and the Family* 1980; 42:855 - 871.
- (22) McCubbin HI, Patterson JM. The family stress process: The double ABCX model of adjustment and adaptation. *Marriage and Family Review* 1983; 6(7):7-37.
- (23) Boss P. (1987). Family stress: Perception and context. In: Sussman M, Steinmetz S, eds. *Handbook on marriage and the family*. New York: Plenum Press. p. 695-723.
- (24) Galindo B, Milena M. Estrategias de afrontamiento desplegadas por cuatro familias en situación de desempleo. [Tesis de Maestría]. Universidad Santo Tomás; 2003.
- (25) Hansen D, Johnson V A. *Rethinking family stress theory: Definitional aspects*. 1979. p. 582-603.
- (26) McCubbin HI, Figley CR. Stress and the Family. Vol. I: Coping with Normative Transitions. In the *Psychosocial Stress Book Series*. 1983.
- (27) McCubbin, McCubbin. *Family stress theory and assessment*. Madison: University of Wisconsin; 1987.
- (28) Sandin B. *Ansiedad, miedos y fobias en niños y adolescentes*. 1997.
- (29) Sandin B, Chorut. *Escala de síntomas somáticos*. Madrid: McGraw-Hill; 1991. p. 401-469.
- (30) Buendía J. *Familia y Psicología de la Salud*. Madrid: Ediciones Pirámide; 1999.
- (31) Lazarus R S. *Psychological stress and the coping process*. Nueva York: McGraw-Hill; 1996.
- (32) Lazarus RS, Folkman S. *Stress, Appraisal and Coping*. Nueva York: Springer Publishing; 1984.
- (33) Folkman S, Lazarus RS. Coping as a Mediator of Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology* 1988; 54:466 - 475.
- (34) Lavee Y, McCubbin HI, Patterson J. The Double ABCX Model of family stress and adaptation: An empirical test by analysis of structural equations with latent variables. *Journal of Marriage and the Family* 1985; 47(4):811-825.
- (35) McCubbin H I, Larsen A, Olson DH. F- CO-PES. Family Crisis Oriented Personal Evaluation Scales. In: Olson DH, McCubbin HI, Barnes H, Larsen A, Muxen M, Wilson LR, editors. *Family inventories*. St. Paul: University of Minnesota; 1981.
- (36) Hill R. *Families under stress*. New York: Harper & Row; 1949.
- (37) Hill R. *Generic Features of families under stress "en social Casework"*. 1958. p. 139-150.
- (38) Burr WR. *Theory construction and the sociology of the family*. New York: John Wiley & Sons; 1973.
- (39) McCubbin HI, McCubbin MA, Thompson A I, Thompson EA. Resiliency in ethnic families: A conceptual model for predicting family adjustment and adaptation. In: McCubbin HI, Thompson EA, Thompson AI, Fromer J, editors. *Resiliency in ethnic minority families: Native and imigrant American families*. Madison: University of Wisconsin System. 1995; 1:3-48.
- (40) McCubbin M, McCubbin H. Family coping with health crises: The Resiliency Model of Family Stress, Adjustment and Adaptation. In Danielson C, Hamel-Bissell B, Winstead-Fry P, editors. *Families, health and illness*. New York: Mosby; 1993.
- (41) McCubbin HI, Thompson AI, McCubbin M A. *Family assessment: Rsiliency, coping and adaptation. Inventories for research and practice*. Madison: University of Wisconsin; 1996.
- (42) Hernández A. *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve*. Bogotá, Colombia: Editorial el Búho; 1998.
- (43) Figley, McCubbin. *Stress and the family*. Vol. II: *Coping with catastrophe*. New York: Brunner/Mazel Publishers; 1983.
- (44) Cantrel RG. Ajuste en el divorcio: Tres componentes para asistir a niños. Dirección de la escuela primaria y asesoramiento de 20 (3). 1986.
- (45) Moreno A, Del Barrio C. *La experiencia adolescente: A la búsqueda de un lugar en el mundo*. Buenos Aires: Aique; 2000.

- (46) Fridenberg E. *Adolescent doping. Theoretical and rescarh perspectiva*. New York: Routhedge; 1997.
- (47) Pratt L, Mccubin M. *Family structure and health work: coping in the context of social change. Family stress, coping, and social support*. Illinois: Thomas Publisher; 1982.
- (48) Riquelme A, Buendía J, Rodríguez MC. Estrategias de afrontamiento y apoyo social en personas con estrés económico. *Psicothema* 2005; 5(1):83-89. dialnet.unirioja.es.
- (49) Viñas F, Coparros B, Masegú C. *Estrategics d' afrontament simptomatología auotoinformada*. Barcelona: El Masnoy; 1999.
- (50) Marshall J. *Motivación y emoción. Estrés, afrontamiento y salud*. McGraw-Hill; 1995. p. 393-415.