



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE HIDALGO**

**INSTITUTO DE CIENCIAS DE LA SALUD
ÁREA ACADÉMICA DE PSICOLOGÍA**

**Habilidades sociales y estilos de afrontamiento
en mujeres trabajadoras y no trabajadoras,
de localidades conurbadas de Pachuca**

T E S I S

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

P R E S E N T A:

SHAMANTA CINTIA LEONEL CASTILLO

DIRECTOR DE TESIS:

DRA. CLAUDIA MARGARITA GONZÁLEZ FRAGOSO



San Agustín Tlaxiaca, Hidalgo

Agosto, 2017



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO
 Instituto de Ciencias de la Salud
 School of Health Sciences
 Área Académica de Psicología
 Department of Psychology

ACTA DE DICTAMEN DE EVALUACIÓN AL DOCUMENTO RECEPCIONAL

En el Instituto de Ciencias de la Salud, siendo las 11, del día 6 de Julio de 2017, se reunieron los integrantes del Jurado para Evaluación del Documento Recepcional presentado por la pasante **Shamanta Cintia Leonel**, cuyo título preliminar es "**Habilidades sociales y su relación con los estilos de afrontamiento en mujeres trabajadoras y no trabajadoras de localidades conurbadas de Pachuca**", con la finalidad de comentar la valoración individual al Documento y realizar las Observaciones y Sugerencias para garantizar su calidad académica.

Una vez Discutidas las Observaciones y sugerencias, quedan asentadas en el trabajo y se procede a la votación para Autorizar la Impresión Formal del Trabajo de Investigación, que en adelante se denominará Tesis. Derivado de la votación, el resultado es el siguiente:

*Autorizado para su impresión formal
 (atendiendo a sugerencias)*

Nombres de los Docentes Jurados	Función	Firma de Corroboración del Resultado de la Evaluación
Dra. Norma Angélica Ortega Andrade	Presidente	
Dra. Claudia Margarita González Fragoso	Primer Vocal	
Dr. David Jiménez Rodríguez	Segundo Vocal	
Dr. Sergio Santamaría Suárez	Tercer Vocal	
Dra. Rebeca María Elena Guzmán Saldaña	Secretario	
Dra. Verónica Rodríguez Contreras	Suplente	
Mtra. Ana María Rivera Guerrero	Suplente	

Observaciones y Sugerencias realizadas por el jurado al Trabajo de Investigación que presenta el pasante Shamanta Cintia Leonel bajo la modalidad de tesis cuyo título preliminar es: Castillo

Ajuste en el número de palabras del título



Circuito Ex Hacienda La Concepción S/N
 Carretera Pachuca Actopan
 San Agustín Tlaxiaca, Hidalgo, México; C.P. 42160
 Teléfono: 52 (771) 71 720-00 Ext.5104, 5118 y 4313
 psicologia@uaeh.edu.mx

www.uaeh.edu.mx

Dedicatoria

Para Aldaim

Porque desde el día en que te conocí
Tú has sido mi mayor motivación.

Te amo inmensamente hijo.

Agradecimientos

Gracias a Dios, que una vez más me ha permitido vivir extraordinarias cosas.

Gracias papá, por todo tu apoyo, por compartirme de tu fortaleza y porque nunca dejaste de confiar en mí.

Gracias Mamá, por animarme siempre y por todo tu amor a pesar de la distancia.

Gracias Giova y Alda, por siempre estar a mi lado, por apoyarme durante todo este recorrido, por animarme a dar más cuando creí que ya lo había dado todo. Gracias por su paciencia y por su cariño.

Gracias Lore, porque siempre has estado ahí, mi gemela y compañera de vida, eres mi mejor amiga y la versión más hermosa de mí. Gracias por apoyarme durante todo el camino.

Gracias Dra. Clau, por su paciencia y sobre todo por la bondad con la que comparte su conocimiento. Gracias por guiarme durante todo este recorrido.

Gracias a toda mi familia, a mis amigas, a todas esas personas que siempre me desearon lo mejor y a todas aquellas mujeres que participaron en este estudio, pues ellas lo hicieron posible.

Índice

Resumen	i
Abstract	ii
Introducción	1
Capítulo 1. Habilidades sociales	4
1.1 Definición, características y componentes de la habilidad social.....	4
1.2 Fundamentos del aprendizaje social	8
1.3 Clasificaciones del comportamiento social.....	10
1.4 Importancia la adquisición de la habilidad social	12
1.5 Competencia social en mujeres.....	14
1.6 Estudios relacionados con las habilidades sociales	17
Capítulo 2. Estilos de afrontamiento	28
2.1 Definición de estilos de afrontamiento	28
2.2 Construcción del afrontamiento.....	31
2.3 Clasificaciones del afrontamiento.....	34
2.3.1 Estilos.....	38
2.3.2 Estrategias.....	40
2.4 Afrontamiento en mujeres.....	43
2.5 Estudios sobre afrontamiento.....	57
Capítulo 3. Planteamiento del problema	68
3.1 Justificación	68
3.2 Preguntas de investigación.....	70
3.3 Objetivos.....	71
3.3.1 Generales.....	71
3.3.2 Específicos	71
Capítulo 4. Método	72
4.1 Participantes.....	72
4.2 Hipótesis	77
4.2.1 De diferencia	77

4.2.2 De correlación	77
4.3 Variables	77
4.3.1 Definición conceptual	77
4.3.2 Definición operacional.....	78
4.4 Diseño y Tipo de Estudio.....	78
4.4.1 Muestreo	79
4.5 Instrumentos.....	79
4.5.1 Escala Multidimensional de Asertividad, EMA	79
4.5.2 Cuestionario de Afrontamiento del Estrés, CAE	81
4.6 Procedimiento	82
4.7 Análisis de datos	83
Capítulo 5. Resultados	84
Capítulo 6. Discusión y conclusiones	96
Referencias	115
Anexos	126
Anexo 1. Cuestionario de datos sociodemográficos	126
Anexo 2. Instrumento EMA.....	126
Anexo 3. Instrumento CAE.....	128

Lista de Tablas

Tabla 1. Medias por grupo en el instrumento EMA (habilidad social)	84
Tabla 2. Medias por grupo en el instrumento CAE (Afrontamiento: Factores de 1° orden)	85
Tabla 3. Medias por grupo en el instrumento CAE (Afrontamiento: Factores de 2° orden)	87
Tabla 4. Coeficientes de correlación de Pearson por grupo, entre Habilidad social (EMA) y Estilos de afrontamiento (CAE: Factores de 1° orden).....	89
Tabla 5. Coeficientes de correlación de Pearson entre Habilidad social (EMA) y Estilos de afrontamiento (CAE: Factores de 2° orden).....	90

Lista de Figuras

Figura 1. Diagrama de categorizaciones del afrontamiento.	35
Figura 2. Distribución de porcentajes de residencia por municipio.	72
Figura 3. Distribución de porcentajes de estado civil por grupo.	73
Figura 4. Distribución de porcentajes de escolaridad por grupo.	74
Figura 5. Distribución de porcentajes de ocupación.....	74
Figura 6. Distribución de porcentajes de actividad laboral, respecto a mujeres trabajadoras.	75
Figura 7. Distribución de porcentajes de condición de maternidad, por grupo.	76
Figura 8. Distribución de porcentajes de gastos en el hogar, de mujeres trabajadoras.	76

Resumen

Los objetivos de esta investigación fueron examinar la diferencia en el grado de habilidades sociales y los estilos de afrontamiento en mujeres que trabajan y en mujeres que no trabajan así como correlacionar estas variables en ambos grupos. La muestra fue de 270 mujeres de 23-65 años, divididas en trabajadoras y no trabajadoras, residentes de Pachuca, Mineral de la reforma y Pachuquilla. Se aplicó la Escala Multidimensional de Asertividad EMA y el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés CAE. Se utilizaron las pruebas estadísticas: t de Student y Coeficiente de correlación de Pearson. Los resultados evidenciaron alto grado de asertividad en ambos grupos y diferencias significativas en afrontamiento centrado en la solución del problema ($t=2.502$, $p<.05$) y reevaluación positiva ($t=-3.122$, $p<.01$), a favor de las no trabajadoras. Las asociaciones de intensidad media fueron las más altas en ambos grupos: en trabajadoras hubo correlaciones entre asertividad y focalización en la solución del problema (positiva: $r=.420$, $p<.01$); y entre no asertividad con focalización en la solución del problema (negativas: $r=-.415$, $p<.01$) y autofocalización negativa (negativa: $r=-.415$, $p<.01$). En mujeres no trabajadoras sucedieron entre no asertividad con expresión emocional abierta (positiva: $r=.433$, $p<.01$), religión (positiva: $r=.351$, $p<.01$) y autofocalización negativa ($r=-.356$, $p<.01$: negativa); y entre asertividad indirecta con evitación (positiva: $r=.340$, $p<.01$) y expresión emocional abierta (positiva: $r=.396$, $p<.01$).

Palabras clave: *Habilidad Social, Afrontamiento, Mujeres, Trabajo.*

Abstract

The objectives of this study were to examine the difference in the degree of social skills and styles of coping in women at work and women who do not work as well as to correlate these variables in both groups. The sample was of 270 women 23-65 years, divided into workers and-not-workers, residents of conurbated areas (Pachuca, Mineral de la Reforma and Pachuquilla). Applied Multidimensional scale of assertiveness EMA and the CAE stress coping questionnaire. Statistical tests were used: Student's t test and Pearson correlation coefficient. The results showed high level of assertiveness in both groups and no significant differences in coping focused on solving the problem ($t= 2.502, p<.05$) and positive re-evaluation ($t=-3.122, p<.01$) in favor of non-working women. Moderate associations were the highest in both groups: workers there were correlations between assertiveness and focus on solving the problem (positive: $r=.420, p<.01$); and not-assertiveness with focus on the solution of the problem (negative: $r=-.415, p<.01$) and negative self-targeting (negative: $r=-.415, p<.01$). In not working women occurred between not-assertiveness with open emotional expression (positive: $r=.433, p<.01$), religion (positive: $r=.351, p<.01$) and negative self-targeting ($r= .356, p<.01$: negative); and indirect assertiveness with avoidance (positive: $r=.340, p<.01$) and open emotional expression (positive: $r=.396, p<.01$).

Key words: *Social Skills, Coping, Women, Work.*

Introducción

El desenvolvimiento laboral de las mujeres ha sido ampliamente estudiado durante las últimas décadas. Respecto a los antecedentes de la participación laboral de éstas en México, la *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo* publicada por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía INEGI (2016), publicó que en 2015, había 61.4 millones de mujeres, cifra que represento el 51.4% de la población nacional; concentradas la mayoría en la Ciudad de México, Oaxaca y Puebla. El cambio socio económico en relación a la condición laboral en el país documenta que la población de mujeres en edad productiva (15 a 64 años) ascendió a 40.6 millones en el mismo año (el 66.1% del total de población de mujeres en nuestro país). Un 43.9 % de mujeres en edad productiva laboralmente se encuentra laborando o está en búsqueda de un empleo, sin embargo, aunque en las últimas dos décadas el incremento del trabajo para mujeres ha sido más veloz que el incremento del empleo en hombres, ellos siguen teniendo mayor participación laboral.

Según este mismo instituto, la suma de mujeres trabajadoras formales en 2016, fue de 19.9 millones; de este porcentaje, el 78.7%, laboraron en actividades como la prestación de servicios, el comercio e industrias de servicio, hotelería, entre otros. Un 17.1% del total se emplearon en el sector secundario, dedicado a la manufactura y 3.8% laboró en actividades primarias como agricultura, ganadería, silvicultura, caza y pesca. De forma adicional al trabajo asalariado que se acaba de mencionar, existe también el caso de aquellas mujeres que además realizan actividades de cuidados en el hogar y la familia, sin remuneración alguna, contemplando el tiempo que equivaldría a una doble jornada.

El análisis *Estadísticas a propósito del día internacional de la Mujer* informó que las mujeres tienen la mayor carga total de trabajo, ya que por cada 10 horas que laboran, los hombres de nuestro país laboran 8.3 horas, desde el año 2014. Respecto a la distribución del tiempo, las

mujeres (trabajadoras o no) destinan más horas de su día a las actividades domésticas y de cuidado a la familia que a tareas por las que reciben ingreso monetario. En contraste, los hombres dedican más tiempo a las labores remuneradas que a las actividades dentro del hogar. Algunos otros cambios significativos son el aumento de la participación de las mujeres en sectores de trabajo como la agricultura y la pesca, la industria manufacturera y de construcción, así como en los servicios de transporte. A pesar del incremento, las mujeres que laboran de modo formal, siguen desarrollándose mayormente en sectores orientados a servicios y comercio (INEGI, 2016).

Según el mismo estudio, existen condiciones que mantienen un desenvolvimiento diferente para hombres y mujeres en nuestro país, un ejemplo de ello es el desempeño laboral, económico y político, en el que décadas atrás, el mayor protagonista era el varón, mientras la mujer permaneció de espectadora gran parte del tiempo. Hoy, las mujeres también son actrices primarias de estas actividades, con participación en puestos políticos, en el ámbito laboral formalizado, independencia económica, entre otros. Observar cambios como los mencionados, permiten ver la diversidad de modificaciones sociales que han asimilado ambos sexos, en condiciones de vida diferentes, que hacen que el desenvolvimiento de cada uno sea diferente y que las habilidades que desarrollan en los contextos en los que se encuentran inmersos, sean diferentes en igual manera.

El derecho de trabajo para la mujer en nuestro país y en el mundo ha sido un proceso histórico lento, sin embargo conocer e investigar más sobre esta condición permite ampliar los parámetros de desenvolvimiento social de las mujeres, trabajadoras como de no trabajadoras. Integrar el estudio de diversas variables en diversos grupos, con diferentes condiciones puede ser un elemento importante para conocer cómo lograr un mejor desarrollo humano para hombres y mujeres (Aguiar & Gutiérrez, 2015).

Este estudio persigue como objetivos examinar la diferencia en el grado de habilidades sociales y los estilos de afrontamiento en mujeres que trabajan y en mujeres que no trabajan y correlacionar estas variables en ambos grupos. Para lograr este cometido, se explica el proceso de investigación a lo largo de cinco capítulos: el primer capítulo, pretende exponer los antecedentes que preceden a las habilidades sociales, a través de la explicación del propio término, características, componentes, clasificaciones del comportamiento social, importancia la adquisición de la habilidad social. También ahonda en estudios que se han realizado sobre las habilidades sociales de manera general y en mujeres específicamente.

El segundo capítulo retoma los estilos de afrontamiento y documenta aspectos como la definición, la construcción del afrontamiento, clasificación, estilos y estrategias; de igual manera aborda la información más importante de estudios e investigaciones recientes en mujeres y en otras poblaciones.

El tercer capítulo aborda el planteamiento del problema y el capítulo cuatro complementa el proceso metodológico, al exponer las premisas e hipótesis que dirigieron este proyecto así como el diseño herramientas de recolección de datos y el proceso de investigación.

El quinto capítulo expone los resultados obtenidos a través de análisis estadísticos descriptivos e inferenciales mediante la obtención de correlaciones y diferencias encontradas entre grupos. En el sexto y último capítulo se presentan la discusión y conclusiones así como las limitaciones y sugerencias sobre las formas de seguir indagando en el estudio de estas variables.

Cabe destacar que este estudio no se enfoca específicamente en obtener resultados desde una perspectiva de género, pero es posible que lo redactado en este estudio sirva como un referente o punto de partida para comparar hechos que están ocurriendo con hombres y mujeres en la sociedad actual.

Capítulo 1. Habilidades sociales

El desarrollo de las competencias sociales es un fenómeno al que tiempo atrás no se le concedía la misma importancia que se le da ahora. Según Caballo (1993), las habilidades sociales pueden verse transformadas en función de diversos aspectos, entre ellos el sexo, la edad, la cultura, la educación, entre otros; por lo que muchas veces es difícil definir las de una forma específica. Por este motivo, es complejo tener una definición permanente de ellas, pues dependen de la situación y el contexto en el que se presentan.

1.1 Definición, características y componentes de la habilidad social

Santrock (2006) expone que las habilidades sociales no son un aspecto natural o inherente al humano, más bien corresponden a un acto continuo dentro de la vida del sujeto que es aprendido y reforzado desde el nacimiento, pues la interacción del sujeto con otros sujetos facilita este aprendizaje. Moral, Valdez, González y López-Fuentes (2011), describen que las conductas sociales son emitidas en situaciones interpersonales para obtener una respuesta positiva de los demás. Monjas (2013) explica que las habilidades sociales son un cúmulo de emociones, conductas y cogniciones, que permiten a las personas relacionarse y convivir con otros de manera eficaz y agradable; se trata de conductas específicas necesarias para ejecutar competentemente una tarea interpersonal, así como para interactuar y relacionarse con otros de forma efectiva.

Por su parte, Kelley (2000) expresa que las habilidades sociales son aquellas conductas aprendidas que ejecutan las personas ante situaciones de tipo interpersonal para obtener reforzamiento de su contexto y se realizan para lograr algún objetivo. Enfatiza tres características:

1. Entiende la conducta socialmente hábil como un fin para llegar a resultados reforzantes.
2. Es importante el contexto en el que se está mostrando determinada habilidad social.
3. Representa la conducta socialmente aceptada de forma objetiva.

Caballo (1993), expresa la competencia social como una idea más completa, que concibe a las habilidades sociales como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás y resolviendo de manera general los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

En cuanto a las características de la competencia social, León y Medina (1998) mencionan que existen cuatro características que determinan la existencia de habilidades sociales: (a) el carácter aprendido, que se refiere a que las actuaciones sociales son aprendidas, (b) comprender la reciprocidad de la utilización de éstas, que quiere decir que todo comportamiento social exige entender la perspectiva del otro, (c) tener objetivos en relación con las situaciones sociales específicas en las cuales se encuentra el sujeto, aludiendo a que es necesario emprender conductas sociales con el fin de que estas cubran nuestras necesidades de comunicación interpersonal y respondan a exigencias y demandas individuales; y (c) que los comportamientos sociales emprendidos evoquen eficacia personal.

Oyarzún, Estrada, Pino y Oyarzún (2012) refieren que las habilidades sociales son potencialmente entrenables y susceptibles de ser mejoradas en diversos contextos. Ejercer competencias de tipo social en el contexto escolar permite adquirir comportamientos, actitudes y hábitos, además del aprendizaje de contenidos; esto posibilita el aprendizaje de las relaciones entre pares y predice una mejor adaptación en el desarrollo adulto. Los autores mencionan que estas relaciones se asocian al grado de bienestar psicológico y pueden contribuir a generar y fortalecer recursos emocionales y personales que permitan adaptarse al estrés, solucionar problemas, adquirir conocimientos y practicar competencias sociales.

Garcés, Santana y Feliciano (2012) indican que las habilidades sociales son herramientas aprendidas e indispensables para la interacción con otros; carecer de ellas puede evocar condiciones de bajo control emocional en las personas, así como baja autoestima, percepción del fracaso personal, entre otros. Emplear habilidades sociales no siempre es algo que se aprende desde el hogar, ya que requiere de tener un modelo adecuado que permita potenciar el desarrollo, la búsqueda activa de soluciones a los diversos problemas sociales y bienestar social. Otro aspecto que remarcan los autores es la importancia de que esta enseñanza ocurra desde la infancia, de modo que el niño cuente con recursos sociales desde temprana edad y esto beneficie su adaptación a los constantes cambios venideros en la adultez.

Después de considerar las definiciones y características de las que parte este estudio, es preciso exponer los componentes de la habilidad social. Existen tres aspectos que componen una respuesta habilidosa socialmente aceptada y según Valles (1996) se refieren a:

1. Conductual. Se refiere a aquellas conductas que implican componentes actitudinales o comportamientos que acompañan una interacción social y que pueden expresar agrado o desagrado por esta; implica componentes no verbales como la mirada, la sonrisa, expresiones faciales, postura corporal, entre otros. De igual forma implica componentes paralingüísticos como el volumen, tono de voz, claridad, fluidez, timbre, entre otros. Finalmente implica componentes conversacionales que se refieren a acciones como hablar, saludar, conversar, generar peticiones, expresar opiniones, hacer preguntas, entre otros.
2. Cognitivo. se refiere a los componentes de estructuración psíquica que el sujeto construye con la interacción y a los que recurre el sujeto para lograr la interacción,

como la percepción social, variables cognitivas propias, autocontrol, regulación emocional, entre otros.

3. Fisiológico. Se refiere a las acciones que se presentan de forma psicofisiológica, activando funciones y respuestas orgánicas variables, como el aumento o disminución de presión sanguínea, taquicardia, relajación, entre otros. Este componente se asocia al estado emocional en el que se encuentra el sujeto.

Por otro lado, Ballester y Gil (2002) entienden a las habilidades sociales como comportamientos socialmente competentes que implican tres componentes: (a) consenso social, que se refiere a la necesidad de aprobación de un grupo para que un comportamiento sea calificado como adecuado, (b) efectividad que se refiere a que la persona obtenga aquello que se propone por medio de dicho comportamiento; y (c) carácter situacional, que significa considerar el contexto en el cual se desarrolla dicho comportamiento y las variables que lo impactan. Santos y Lorenzo (1999) argumentan que los elementos para identificar una habilidad social deben ser:

- Que se trate de conductas y comportamientos aprendidos y socialmente aceptados.
- Que posibiliten la interacción con otros.
- Que sean comportamientos instrumentales que faciliten obtener un resultado final.
- Que integren componentes conductuales, cognitivos y psicofisiológicos.
- Que la evaluación y entrenamiento de las competencias sociales sea congruente y constante con el contexto social en que se desarrollan.

Es necesario explicar que para este trabajo se integra la variable de habilidades sociales y asertividad como una misma, exponiendo también una concepción general proporcionada por Flores y Díaz-Loving (2004), que expresa que la asertividad es en sí misma es una habilidad social

que permite expresar pensamientos y sentimientos, aceptar una crítica y dar o recibir cumplidos, iniciar conversaciones y defender derechos propios de forma directa, honesta y oportuna, respetándose a sí mismo y a los demás. Como argumentan los autores, la asertividad en una habilidad verbal para expresar deseos, opiniones, limitaciones personales, sentimientos positivos y negativos, la defensa de derechos e intereses, manejo de la crítica, expresar y recibir cumplidos, declinar o aceptar peticiones, iniciar interacciones de manera directa, honesta y oportuna, respetándose a sí mismo y a los demás durante las relaciones interpersonales en situaciones de servicio o consumo, relaciones afectivas en un contexto sociocultural determinado.

1.2 Fundamentos del aprendizaje social

Las habilidades sociales, parten de la teoría del aprendizaje social, cuyos supuestos enfatizan en que el aprendizaje es obtenido a través de las interacciones recíprocas con otras personas y ambientes así como de la observación de la relación entre estos. El aprendizaje ocurre en un entorno social donde la autorregulación del sujeto es clave fundamental del proceso, pues este controla situaciones ambientales a través del cambio y regulación de pensamientos y acciones (Schunk, 2012).

Según Bandura (1986), el aprendizaje es observacional, pues las personas pueden aprender acciones, normas, habilidades, creencias y actitudes, mientras observan como las realizan otros. Al observar la actuación de otros, se aprenden las consecuencias de las acciones sin reproducirlas, con ello, el sujeto actúa conforme a los resultados que espera obtener y a las capacidades presentes de forma individual. Se ha profundizado tanto en el estudio de este tipo de aprendizaje que se ha ampliado hasta poder explicar la adquisición de ciertas habilidades, estrategias y comportamientos; aplicándose por ejemplo en el entrenamiento y desempeño de habilidades sociales, motoras, cognitivas, de autorregulación, educación, entre otros.

Bandura (1986), analiza la conducta desde un esquema que denomina *reciprocidad triádica* que se refiere a la interacción recíproca de tres variables: conducta, ambiente y persona. Este esquema determina como se procesa la información durante el momento de aprendizaje y se transforma en representaciones simbólicas que guían las acciones posteriores del sujeto; este tipo de aprendizaje es denominado *vicario* y se caracteriza porque el sujeto aprende una conducta y sus consecuencias, sin tener que llevarla a cabo en el momento de la enseñanza, pues el aprendizaje es proporcionado por otras fuentes, como lo son escuchar o ver situaciones y personas que sirven de modelos para realizar alguna conducta en vivo o a través de algún medio, como lo son los televisores, libros, revistas, entre otros. El método en específico es denominado modelamiento (comparado continuamente con la imitación) y comienza con la observación de la conducta a través de modelos y posteriormente el desempeño y práctica de la misma. Cuando el sujeto encuentra utilidad en las conductas que le son modeladas, practica la conducta y realiza ensayos mentales.

Ocaña y Martín (2011) discurren que cuando se realiza el modelamiento, se imita a elementos llamados *agentes socializadores*, que son las personas que rodean al sujeto a lo largo del crecimiento y que a partir de la convivencia, le muestran cómo adaptarse de forma efectiva a su medio social. De forma automática, al nacer, el primer agente de socialización al que nos vemos expuestos es a la familia (o a aquellos sujetos que llevan a cabo esta función), cuya respuesta es primeramente asegurar la supervivencia del individuo y posteriormente influir en la estructuración de la personalidad, orientar las relaciones de afecto, la formación y el aprendizaje de hábitos, creencias, valores y capacidades de desarrollo en contextos interpersonales. La importancia de estos agentes primarios es muy amplia, pues el modelamiento no funcional de este primer núcleo de socialización, puede favorecer o rezagar la adaptación del sujeto a ambientes externos.

Al crecer, siguiendo con Ocaña y Martín, el sujeto se encuentra con otros agentes de socialización secundarios, que son aquellos sujetos que moldean la conducta en ambientes externos como lo son diferentes personas, profesores, compañeros, amigos, entre otros, quienes de igual forma pueden permear las conductas sociales adquiridas y contribuir al desarrollo de las mismas, añadiendo nuevas competencias sociales como autorregulación, pedir o devolver favores, respetar opiniones de otros pequeños, entre otros.

Cabe mencionar que existen técnicas que se orientan al aprendizaje de la habilidad social, que han dado resultados positivos y son utilizadas cada vez con más cotidianidad, una de ellas es el entrenamiento en habilidades sociales, que es un tratamiento que se ha enfocado principalmente en modificar las deficiencias sociales dentro de las interacciones, esto a través de agentes socializadores secundarios capacitados para modelar la competencia social en aquellos sujetos que no tienen esta destreza (Moral, Valdez, González, & López-Fuentes, 2011).

1.3 Clasificaciones del comportamiento social

Las interacciones que se realizan a diario con otros, por lo general competen a algún tipo de habilidad social, son actos tan cotidianos que muchas veces no es posible percatarse de que se están llevando cabo. Son empleadas de manera mecánica, como por ejemplo dar un saludo, pedir un favor, agradecer porque nos faciliten algún recurso, preguntar cómo se encuentra alguna otra persona, entre otros. Existen otras competencias de mayor complejidad, que muchas veces no son conductas observadas de forma directa ni emitidas con cotidianidad, por lo que aprenderlas se vuelve más complicado: ser empático con otros, reconocer un error, entre otros. En general estas interacciones se encuentran dentro de las categorizaciones que se han hecho respecto a las habilidades sociales, por lo que se exponen a continuación las más relevantes propuestas de

autores. Lazarus (1973, como se citó en Caballo, 1983) expone que las principales clases de respuestas o dimensiones de la habilidad social, son:

- La capacidad de decir No.
- La capacidad de pedir favores y hacer peticiones.
- La capacidad para expresar sentimientos tanto positivos como negativos.
- La capacidad para iniciar una conversación, mantenerla y terminarla.

A partir de estas cuatro clases de respuesta, investigadores han hecho diferentes propuestas y desgloses en torno a ella, ampliando el repertorio de actuaciones sociales. Caballo (1993) propuso una categorización de las principales conductas básicas, que se resume a los siguientes comportamientos, saber expresarse frente a público, dar y aceptar cumplidos, realizar o declinar peticiones, expresar amor, agrado y cariño; iniciar y mantener una conversación, defender los derechos propios, expresar opiniones, especialmente el desacuerdo, manifestar molestia, desagrado o enfado, pedir a otra persona que cambie su actitud, disculparse o aceptar no saber, enfrentar las críticas, entre otros.

Una clasificación de las competencias sociales que es muy clara es la de Monjas (2000) donde distribuye las habilidades en seis áreas:

- Habilidades básicas de interacción social: comprende capacidades como sonreír, presentarse ante otros, saludar, pedir o hacer favores y ser amable.
- Habilidades para hacer amigos: considera comportamientos como iniciar una interacción con alguien, integrarse a un juego, pedir ayuda o darla, cooperar y colaborar con otros.
- Habilidades conversacionales: integra capacidades como el iniciar, mantener o terminar una conversación, integrarse a las charlas ajenas y tener conversaciones grupales.

- Habilidades emocionales: se refiere a las capacidades relacionadas con sentimientos y las opiniones, como hacer autoafirmaciones positivas, recibir y dar afecto, defender los derechos propios y las opiniones individuales, entre otros.
- Habilidades para la resolución de problemas interpersonales: comprende destrezas como la identificación y resolución del problema, la generación de posibles alternativas de solución y de sus consecuencias, empleo de soluciones.
- Habilidades para relacionarse con otros: comprende destrezas como la cortesía, hacer cumplidos, realizar peticiones, así como charlar y solucionar problemas en la interacción.

Existe amplia variabilidad de clasificaciones y categorizaciones de las competencias sociales, pues reúnen características muy similares y son de uso cotidiano, lo que permite considerar las repercusiones por carecer de estas, así como el beneficio de poseerlas y emplearlas.

1.4 Importancia la adquisición de la habilidad social

Desarrollar e implementar habilidades sociales es importante, pues mejora el desenvolvimiento del ser humano y además impacta la vida de éste, en diferentes etapas de la vida; como se muestra en los párrafos siguientes, diversos autores constatan la necesidad y el beneficio de aprender habilidades sociales desde la infancia y a lo largo de la vida.

Urdaneta y Morales (2013) argumentan y resaltan la importancia de dotar de habilidades y competencias sociales a los sujetos desde el proceso de aprendizaje, como manera de preservar un estado de bienestar psicosocial, propiciando relaciones regidas por la inteligencia emocional y de respeto con uno mismo, con las demás personas y con el entorno social de forma asertiva, esta última, vista como la habilidad de expresar lo que se cree, se siente y se piensa de forma apropiada, dependiendo del contexto o situación particular en la que se encuentra. También defienden el

argumento de que las habilidades son conductas aprendidas y mantenidas a lo largo de la experiencia y por las consecuencias sociales de las mismas; y que se modifican según la conformación interna de cada sujeto y los estímulos que vienen del exterior, como el contexto social, educativo y cultural, integrado a la situación particular e historia de vida del individuo.

Por otro lado, Mohd, Hakimie y Abu (2014), expresan que los alumnos superdotados se enfrentan frecuentemente con variables como el desajuste, el aislamiento y la poca aceptación de pares, pues su desarrollo intelectual muchas veces no es igual de equitativo con su desarrollo social, incluso estudios evidencian que presentan déficit de algunas sensaciones humanas que permiten ejercer relaciones e interacciones positivas con sus compañeros, tal es el caso de la empatía. Los autores mencionan el constante esfuerzo del sistema de educación para fortalecer la actuación interpersonal a través de los programas de desarrollo de las habilidades sociales de alumnos dotados y estudiantes con talento, lo que representa una estrategia de apoyo importante para estudiantes fuera de la norma que necesitan ser integrados a la cotidianidad escolar.

Del Miguel (2014), alude que en medida en que el niño es aceptado y querido por sus pares, crece el índice de ajuste al medio y tiene mayor oportunidad de adaptación. Menciona además que es escaso el estudio de las habilidades sociales con población preescolar, sin embargo, remarca la importancia de dotar y orientar adecuadamente el uso de estas habilidades a los niños, pues desde pequeños requieren de ellas al realizar actividades como el juego, expresar emociones, conversar, entre otras.

Gonzálvez, Espada, Guillén-Riquelme y Orgilés (2014), argumentan que el consumo de sustancias psicoactivas está influenciado por diversos aspectos y que, en la adolescencia específicamente, muestran mayor presencia aspectos como los desajustes hormonales, afectivos, cambios físicos y sociales, así como la necesidad de pertenencia a grupos. El autor resalta que los

adolescentes prosociales, asertivos y con alto grado de habilidades sociales presentan menor probabilidad de ejercer conductas de riesgo, como el consumo de sustancias.

Velázquez, Arellanez y Martínez (2012) sugieren que quienes se ven más expuestos al consumo de drogas son adolescentes de entre los 12 y 17 años y que el inicio del consumo de sustancias en los adolescentes está relacionado con diversas condiciones, entre ellas la carencia de respuestas asertivas, pues gran parte de la población juvenil consume para facilitar la interacción social. Los autores señalan que en México, existe correlación entre la intensidad del uso de drogas ilícitas y una baja asertividad, por lo que se considera que la ausencia de conductas asertivas es un predictor del consumo de estas. La asertividad es fundamental en la socialización y desarrollarla en la adolescencia requiere de trabajo, más aun considerando factores como el sexo, la edad y el nivel educativo, contexto socio cultural, entre otros.

Braz, Cômodo, Del Prette, Del Prette y Fontaine (2013), argumentan sobre la importancia de dotar a los primeros agentes de socialización (padres y madres) de habilidades sociales con el objetivo de que éstos las promuevan desde el hogar, permitiendo una relación de mayor calidad entre padres e hijos, más allá de la niñez y adolescencia.

1.5 Competencia social en mujeres

La habilidad social se aprende desde la infancia y se desarrolla a lo largo de la vida; según Isaza y Henao (2012), los padres son la fuente socializadora de sus hijos, que con acciones y verbalizaciones posibilitan la adquisición de repertorios sociales, comunicativos, emocionales y cognitivos. Estas acciones; hábitos diarios, formas de afecto, acciones disciplinarias, entre otros, generan un clima que puede potencializar al sujeto, protegerlo o limitarlo, lo que constituye estilos de interacción familiar, prácticas educativas y de crianza. Éstas prácticas también juegan un papel

determinante en la forma en que los hijos aprenden habilidades para la vida, competencias comunicativas y expresan emociones.

Es importante también, según Isaza y Henao, contemplar la influencia ambiental y el desarrollo de la familia, que son impactados directamente por dimensiones como la psicológica que integra aspectos como el autoconcepto, inteligencia, motivación, entre otros; la dimensión sociodemográfica que contempla aspectos como la familia, el sexo, la clase social, la estructura familiar, el nivel educativo propio y de los padres, entre otros. Y finalmente contempla una dimensión que incluye aspectos escolares como el método de enseñanza, ambiente escolar, rendimiento académico, estilos de aprendizaje.

Oyarzún, et al. (2012) realizaron una investigación que midió habilidades sociales y rendimiento escolar en dos muestras de estudiantes: la primera estuvo constituida por 245 estudiantes (65,7% mujeres y 34,3% varones) con un promedio de edad de 16,5 años; y la segunda muestra fue compuesta por 200 estudiantes universitarios (50% mujeres y 50% varones) con un promedio de edad de 21.45 años. El trabajo con la primera muestra intentó establecer la presencia de asociaciones entre las variables habilidades sociales, aceptación y rechazo con el rendimiento académico en el ámbito escolar, mientras que en la segunda muestra se tuvo como objetivo replicar y comparar desde el cambio de sujetos. Los resultados de la primera muestra, contemplan que las mujeres sí mostraron correlación entre el rendimiento, las habilidades sociales y la aceptación por parte de los otros.

En la segunda muestra, los resultados mostraron que en las mujeres hay asociaciones positivas entre el rendimiento académico y la asertividad defensiva y asertividad con los amigos, también correlacionaron negativamente actitud hostil, con disminución del rendimiento académico, menosprecio del derecho de los otros, agresividad general y hostilidad encubierta. La

conclusión del estudio informa que en las mujeres de ambas muestras, la presencia de conductas asertivas se asocia con el aumento del rendimiento, mientras la presencia de indicadores de agresividad se relaciona con la disminución del mismo. En ambas muestras, el género influyo en los patrones de asociación entre las variables estudiadas, considerando el potencial impacto de los roles de género sobre la adaptación académica, pues mientras que a los niños las habilidades les sirven para mejorar sus relaciones interpersonales, no les benefician para aumentar el rendimiento y en las niñas, la calidad de las relaciones interpersonales se asocia con el rendimiento.

Por otro lado, Sartori y López (2016) realizaron una investigación teórica con el objetivo de describir la relación entre el síndrome de Turner y las habilidades sociales. La muestra fueron mujeres con este padecimiento a las cuales se observó pues no se realizó medición psicométrica, las observaciones se fundamentaron teóricamente en investigaciones relacionadas con ambas variables. Estas mujeres, pueden tener una vida independiente a pesar de los problemas físicos pero existe evidente impacto en el desarrollo psicológico, que afecta la capacidad de establecer vínculos interpersonales y relaciones sociales positivas, que son una fuente de satisfacción, bienestar personal y sentimientos de autoeficacia.

La falta de vínculos sociales en estas mujeres según Sartori y López, puede deberse a un pobre desarrollo de habilidades sociales, que puede repercutir negativamente en la confianza que mantiene la mujer en sí misma y en su autoconcepto. El desenvolvimiento social dependerá de los modelos sociales que se presenten con antelación y de las pautas de refuerzo que adopten las personas significativas de la familia; en esta condición de salud, la familia puede funcionar como apoyo, pues el acompañamiento por parte de estos, mejora el desarrollo psicosocial; inversamente, tener sobreprotección por parte de esta, puede generar dificultades como aumentar la dependencia e inmadurez, colocando a la mujer con síndrome de Turner en situación de vulnerabilidad.

Siguiendo a las autoras, se ha corroborado teóricamente la existencia de fuertes relaciones entre el desarrollo de habilidades sociales en la infancia-adolescencia con el ajuste social y psicológico adecuado en la vida adulta, relación que contribuye al logro de una personalidad saludable; la competencia social deficiente, genera dificultades de aceptación, rechazo o aislamiento de los pares, con problemáticas personales, como baja autoestima. La investigación permitió constatar que el vínculo entre pares promueve el desarrollo de habilidades de interacción social, esto impacta positivamente en la salud psicológica de la mujer con síndrome de Turner, permitiéndole generar conocimiento de sí misma y de los demás, así como desarrollar conductas de reciprocidad, colaboración con otros, mediación a través de acuerdos y el control de la propia conducta recibiendo retroalimentación de otros.

1.6 Estudios relacionados con las habilidades sociales

Eceiza, Arrieta y Goñi (2008) realizaron un estudio con el propósito de diseñar un instrumento para contrastar las diferencias cognitivas entre sujetos con diferentes grados de habilidad interpersonal y los contextos en donde se desenvolvían. La muestra estuvo compuesta por alumnos de 1º, 2º y 3º curso de las escuelas de Magisterio en España; 311 fueron mujeres y 47 hombres. Utilizaron a) el Cuestionario de Dificultades Interpersonales, CDI, realizado por los autores ex profeso con el fin de medir la categorización de habilidades sociales; b) Test de Autoverbalizaciones en la Interacción Social, SISST, para medir diferencias cognitivas entre sujetos de alta, media y baja habilidad social. Los resultados arrojaron que los sujetos de baja habilidad social desarrollan más pensamientos negativos y menos pensamientos positivos sobre su conducta que los sujetos de alta habilidad social. En conclusión, la presencia de auto verbalizaciones negativas es un elemento cognitivo básico de la actuación social inadecuada; es decir, que estos pensamientos negativos irrumpen la práctica de la conducta social adecuada.

Isaza y Henao (2012) llevaron a cabo una investigación con el objetivo de analizar la influencia de los estilos de interacción parental y del clima social familiar sobre el desarrollo de habilidades sociales en niños; la muestra fue de 108 infantes (2 a 3 años de edad): 54 niñas (50%) y 54 niños (50%), y sus respectivas familias, todos seleccionados de lugares lúdicos, públicos y educativos. Se utilizó a) la Escala de Prácticas Educativas Familiares, PEF de García y Román (2003) que evalúa la percepción que se tiene del entorno familiar; b) la Escala de Clima Social (FES) de Moos y Ticket (1974) que midió la evaluación del clima social familiar y c) el inventario de Monjas (2000) que evaluó las habilidades sociales. Los resultados arrojaron que la influencia de los estilos de interacción familiar sobre el desempeño en habilidades básicas de interacción social se vio influenciada por dos estilos de crianza; autoritario y equilibrado.

Según las autoras antes citadas, el estilo autoritario evidenció que mientras más frecuente es el uso del este estilo, menor es el desarrollo de habilidades y conductas apropiadas para relacionarse con los pares; menor es el desarrollo de habilidades conversacionales y de expresión asertiva. Respecto al estilo equilibrado se encontró que mientras más se utiliza, mayor repertorio social y habilidades se desarrollan en para interactuar con los demás; puntuó mayor desarrollo de habilidad para participar en conversaciones, para responder y opinar adecuadamente a nivel emocional.

La influencia del clima socio familiar sobre el desempeño de habilidades básicas de interacción social tiene los siguientes predictores: (a) la cohesión, donde a menor uso de esta, menor será el desarrollo de repertorios sociales para relacionarse con otros y menor será el desarrollo de conductas asertivas para enfrentar problemas; y (b) conflicto en la familia que expone que una mayor actuación en el clima socio familiar, genera mayor interacción social, mayores habilidades para expresar emociones y opiniones. En conclusión el desarrollo de habilidades

sociales depende considerablemente del estilo de interacción parental estructurado por los padres y del clima social establecido en la familia. Los padres autoritarios y permisivos generan un ambiente que no propicia un adecuado despliegue de habilidades sociales, mientras el estilo equilibrado se asocia con el desarrollo de conductas sociales adaptativas y evidencia mayores beneficios en la dimensión social donde participación los niños (Isaza & Henao, 2012).

Braz, et al. (2013), llevaron a cabo un estudio sobre la transmisión intergeneracional de habilidades sociales, con objeto de evaluar el repertorio de habilidades sociales y la percepción de la calidad de relación entre padres ancianos y sus hijos adultos. La muestra estuvo compuesta por 77 padres ancianos (40 mujeres y 37 hombres) y 107 hijos adultos (57 mujeres y 50 hombres), distribuidos en cuatro tipos de pareja: madre-hija, madre-hijo, padre e hija y padre e hijo. Se utilizó: a) el inventario de habilidades sociales IHS de Del Prette (2006) para los hijos adultos; b) el Inventario de Habilidades Sociales para Personas Mayores IHSI de Del Prette, para evaluar a los ancianos; c) el Autoinforme de Bengtson (1971) que evalúan la solidaridad intergeneracional y d) el Cuestionario Criterio Brasil, que mide aspectos sociodemográficos. Los resultados mostraron igualdad en 29 de las 38 habilidades sociales evaluadas, en ambas edades, lo que evidencia la transmisión intergeneracional de las habilidades sociales de padres a hijos. Se encontró que a mayor habilidad social mayor es la calidad de relación entre padres e hijos.

Urdaneta y Morales (2013) realizaron un estudio que tuvo como propósito analizar el manejo de habilidades sociales e inteligencia emocional en estudiantes universitarios, que fueron seleccionados mediante una muestra estratificada de 91 alumnos, con edades de entre 18 y 27 años, de ambos sexos. Se utilizaron dos instrumentos: a) Escala que mide habilidades sociales, *ex profeso* y b) Test TEVIE estandarizado por Escobar y Vilorio en 2001 que mide inteligencia emocional. Los alumnos reportaron niveles altos de Inteligencia emocional; presentan niveles altos

de habilidad interpersonal e intrapersonal en algunas dimensiones y manifiestan déficit de habilidades y destrezas sociales en otras dimensiones. En conclusión, a pesar de que los universitarios puedan reportar niveles altos de habilidad interpersonal e intrapersonal, y niveles altos en inteligencia emocional, no siempre son capaces de interactuar de manera eficaz, por lo que es importante y necesario promover estrategias que fortalezcan la inteligencia emocional y sumen habilidades sociales para mantener adecuado desarrollo psicosocial.

Domínguez, López y Álvarez (2015), implementaron una investigación con el fin específico de analizar la asertividad informada por adolescentes gallegos, evaluando también la influencia de variables sociales y educativas como provincia, centro, sexo, edad, curso, estudios y estructura familiar. La muestra fue probabilística, estratificada por racimos, donde primero se seleccionaron centros de Educación Secundaria Obligatoria ESO, de la comunidad autónoma de Galicia, de donde se integraron 4.943 alumnos voluntarios: 2532 mujeres y 2411 hombres de entre 12 y 17 años. Se aplicó a) el Cuestionario *ad hoc* de variables sociodemográficas, y b) el Cuestionario de Asertividad de Lazarus y Folkman (1990) que evalúan mediante autoinforme el comportamiento de los adolescentes en 2 dimensiones: asertividad y no asertividad.

Los resultados evidencian mayor uso de asertividad en situaciones defensivas, y menos uso de conductas evasivas. La evitación se asocia con el déficit de asertividad; se encontró que la provincia, la edad y el número de alumnos por grupo, son aspectos de influencia para ser asertividad. En resumen, el contexto educativo es de los agentes socializadores más influyentes, ya que constituyen una herramienta para motivar, entrenar y moldear la asertividad, por lo que la necesidad de incrementar estrategias cognitivas de interacción social asertivas en los adolescentes, dirigidas al afrontamiento de situaciones son susceptibles de aprenderse, entrenarse y mejorarse; no dejan de ser primordiales (Domínguez, López, & Álvarez, 2015).

Mohd, et al. (2014) realizaron una investigación cuyo objetivo fue identificar como se relacionan las dimensiones de las habilidades sociales con la empatía entre los estudiantes súper dotados. La muestra fue compuesta por 240 adolescentes, estudiantes de tiempo completo de un Centro Nacional de alumnos considerados como súper dotados y talentosos (81 hombres y 159 mujeres). Se utilizó a) el Malaysian Emotional Quotient Inventory, MEQI, de Mohd y otros; del cual sólo se retomaron los elementos que ayudan a desarrollar habilidades sociales y empatía. Como resultado, se encontró que todas las dimensiones de habilidad social, arrojaron puntajes en que indican que se encuentran presentes de forma moderada en los estudiantes, sin embargo la capacidad que puntuó más alto fue la de influir en los demás y la más baja fue la capacidad de vincularse con otros. La muestra puntuó alto grado de empatía.

Los resultados mostraron una correlación alta entre empatía con liderazgo, con la capacidad de influir en los demás, con la comunicación y con la cooperación. Los alumnos mostraron mayor gama de habilidades sociales, de las que se esperaba. En conclusión, los autores confirman que la empatía y las habilidades sociales son factores positivos en la construcción de interacciones positivas. A pesar de la presencia de habilidades sociales en estos estudiantes, se aprecia la una pequeña dificultad para generar vínculos más íntimos, fuera de relaciones sociales superficiales. Resaltan la importancia de potencializar habilidades sociales de los maestros de estos alumnos para que actúen como agentes socializadores (Mohd, Hakimie, & Abu, 2014).

Del Miguel (2014) realizó un estudio con el fin de evaluar el Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social, PEHIS, relativo a la enseñanza de comportamientos adaptativos y deseables de interacción social en menores. La muestra fue de cuatro niños varones de 5 - 7 años, en riesgo de exclusión social, residentes de un Centro de Acogida de niños de bajos recursos económicos y con antecedentes de situación familiar problemática. Los instrumentos utilizados

fueron: (a) entrevista con educadores, donde se obtuvo información sobre las características de cada niño; (b) el Cuestionario de Habilidades de Interacción Social, CHIS de Monjas (1992); (c) el Código de Observación de la Interacción Social, COIS de Monjas, Arias y Verdugo (1991); que es un sistema de observación directa de las interacciones que se producen entre iguales, en situaciones naturales y en ambientes escolares; (d) el Dibujo de la Figura Humana de Machover (1949); (e) el registro de conductas a través de fichas donde el evaluador anotaba las respuestas del sujeto en cada una de las habilidades trabajadas.

Siguiendo el estudio de Del Miguel, Se realizó una evaluación de las habilidades de interacción social, aplicando a los educadores, la CHIS y COIS. Se decidió trabajar únicamente con 4 categorías de las que consta el programa: habilidades básicas de interacción social, para hacer amigos, relacionadas con los sentimientos/emociones y para relacionarse con los adultos. Duro 2 meses con 2 sesiones semanales de 45 minutos, adaptando el lenguaje y actividades para la edad de la muestra. Al finalizar, se realizó una evaluación post-test con el fin de comprobar los efectos. Como resultado, los 4 participantes mejoraron ampliamente en todas las habilidades de interacción social, por lo que el programa resultó efectivo. Los autores valoran la importancia de aplicar un programa de enseñanza de habilidades de interacción social a personas cuyo ambiente y estilos de crianza han sido negativos, al evidenciar que el programa ha resultado ser un instrumento positivo para la adaptación, actuando como un factor protector del impacto de los acontecimientos estresantes atravesados por el sujeto.

Velázquez, et al. (2012) emprendieron un estudio cuyas metas fueron valorar la relación entre un bajo grado de asertividad y el uso de drogas en estudiantes mexicanos e identificar qué aspectos actúan con mayor probabilidad, como elementos predictores de consumo. La muestra estuvo constituida por 1.492 estudiantes (50.5% hombres y 49.5% mujeres), de entre 11 y 19 años,

que se encontraban cursando el nivel secundaria del sistema de educación pública y que además, se localizaban en zonas consideradas de alto riesgo para el consumo de drogas. Se utilizó la escala de Evaluación de Factores Asertivos EFA de Velázquez, Altamirano y Negrete (2009), que evalúa conductas asertivas específicas en 6 factores: control conductual, reconocimiento y aceptación de los demás, enfrentamiento eficaz de problemas y diferencias interpersonales, percepción de autoeficacia en la resolución de problemas, habilidades en la expresión verbal y afectos positivos asociados al afrontamiento de problemas. Se complementó con indicadores que evalúan la frecuencia de respuesta asertiva, de consumo de drogas y datos sociodemográficos.

Siguiendo con el estudio, se seleccionó la participación de 15 unidades operativas de Centros de Integración Juvenil de diversos estados del país y acorde a las características del consumo se conformaron 2 grupos: el de usuarios y el de no usuarios de drogas. El estudio mostró que los usuarios muestran menor control conductual y los no usuarios cuentan con estrategias de afrontamiento más adaptativas y perciben mayor autoeficacia en su resolución, presentan más habilidades de expresión verbal y tienen un mejor manejo de sus afectos, tienen mayor control conductual, mayor reconocimiento y aceptación de los demás; estos últimos dos aspectos son elementos con mayor probabilidad de actuar como protectores y predictores de consumo. En conclusión, los autores consideran que quienes además de estudiar, trabajan, tienen más riesgo de consumir. Lo anterior, reafirma la necesidad fomentar el desarrollo de habilidades asertivas en el campo de la prevención de las adicciones, ya que estas permiten el manejo eficaz de situaciones relacionadas con la oferta y la presión de consumo.

Garcés, et al. (2012), realizaron una investigación cuyo objetivo fue analizar la habilidad asertiva en niños y adolescentes, para elaborar e implementar un programa de mejora de la asertividad. La muestra fue de 14 menores en riesgo de exclusión social, de entre 5 y 14 años,

seleccionados de un centro español de Servicio de Día. Se utilizó la Escala de Habilidades Sociales EHS de Gismero (2000); y el Registro de observaciones sobre habilidades sociales desarrollado por Ballester y Gil (2002). La investigación estuvo compuesta por fases: la primera consistió en recoger la información y generar un diagnóstico sobre el grado de asertividad de los menores; la segunda fase, consistió en el diseño, aplicación y evaluación del programa de mejora, el cual se desarrolló durante ocho sesiones y tuvo como meta que los menores desarrollaran eficazmente la asertividad ante las habilidades básicas enseñadas. La fase tres consistió en la evaluación del impacto del programa, por lo que se aplicó de nueva cuenta el entrenamiento en habilidades sociales y se consideró el registro de observaciones.

Dentro de los resultados, se observó que la mayoría de los menores, mostro déficit de habilidad social en cuatro habilidades básicas: hacer o rechazar peticiones, aceptar las críticas y disculparse y mostrar enfado o molestia, de forma asertiva. De la muestra total, sólo 10 niños puntuaron con mejora de la habilidad social en el re-test. En los otros 4 participantes, no hubo evolución en ningún aspecto trabajado. En conclusión, los autores mencionan que implementar programas de prevención para el desarrollo de las habilidades sociales es una de las soluciones posibles para la inclusión y la adaptación social. Finalmente refieren la importancia de trabajar capacidades personales sociales, en menores en riesgo de exclusión social, así como potenciar acciones o programas que les ayuden a no ser víctimas de los sucesos sociales que experimentan y responder de manera más adaptativa a las situaciones exteriores y de interacción con otros.

Gonzálvez, et al. (2014), realizaron un estudio, cuyo propósito fue aportar datos empíricos sobre la relación entre las habilidades sociales y consumo de sustancias psicoactivas en población adolescente; considerando al déficit de las habilidades sociales tanto como un predictor del consumo, así como factor de riesgo, en función de la edad y el sexo. Los participantes fueron 1,688

estudiantes de 18 centros educativos de provincias españolas, estudiantes de secundaria de entre los 13 y 17 años (832 varones y 810 mujeres y 46 sujetos no informaron sobre ello). Se aplicaron 3 instrumentos: (a) Family Affluence Scale de Boyce, Torsheim, Currie y Zambon (2006) que evalúa el nivel socioeconómico del adolescente; (b) Cuestionario de Consumo de Sustancias y (c) el Cuestionario de Habilidades Sociales para Jóvenes, MESSY de Matson, Rotatori y Helsel (1983). Los resultados arrojaron que los adolescentes con alto grado de habilidades sociales tuvieron significativamente menor consumo que los que tuvieron menores competencias sociales.

Según los autores mencionados, sólo la conducta antisocial resultó significativa en el consumo de alcohol y cannabis y quienes más fluctuaron en este tipo de consumo fueron los hombres; adicionalmente, la conducta prosocial no correlacionó con el consumo de alcohol. Los autores concluyeron que la influencia de las habilidades sociales es innegable sobre el consumo de sustancias y que es importante contribuir al desarrollo de las mismas, en adolescentes que presenten conductas sociales inadecuadas, pues pueden prevenir el consumo de drogas.

García (2010) realizó un análisis descriptivo con alumnado de la licenciatura de educación social de una universidad española, con el fin de consolidar una base teórica para elaborar e implementar un programa de intervención en habilidades sociales y asertividad para estos, a través de la evaluación de las mismas. La muestra fue de 195 estudiantes universitarios, (86% mujeres y 14% hombres) de entre 18 y 31 años. El instrumento utilizado fue la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (2000), que contempla seis factores: autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones y finalmente: iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. La muestra evidenció menor habilidad social en el factor de poder decir no o cortar interacciones y el de Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: en acciones como iniciar y mantener

una conversación, pedir una cita y poder hacer espontáneamente un cumplido, halago, hablar con alguien que resulte atractivo. El alumnado de más edad obtuvo puntuaciones medias más altas.

Gaeta y Galvanovskis (2009), realizaron un estudio con el fin de constatar si la asertividad tiene un poder explicativo propio o si es un constructo a base de otros conceptos; la muestra fue de 140 hombres y 160 mujeres de entre 17 y 26 años de edad, estudiantes universitarios. Se utilizó: (a) Medida de Rasgos Asertivos (MERA) de Flores, Díaz-Loving y Rivera (1987), (b) el Inventario de Asertividad de Gambrill y Richey (1975), (c) el Inventario Comprensivo de Agresividad de Choynowski (1977), (d) la Escala de Locus de Control, de La Rosa, Díaz y Andrade (1986), (e) la Escala de Habilidades Sociales para Adolescentes de Méndez, et al., (1995) y (f) el Inventario de Autoestima de Coopersmith (1981), para adultos. Los resultados confirmaron que la asertividad es un constructo global desarrollado partir de otros elementos y conceptos y no podría ser explicado objetivamente sin recurrir a esos otros conceptos, por tanto, es posible considerar que la asertividad, no es una variable que se manifieste de forma independiente.

En el ámbito empresarial, León, et al. (2013), efectuaron un estudio con el propósito de informar de los resultados alcanzados con Entrenamiento en habilidades sociales orientado a desarrollar comportamientos sociales para el desarrollo de estrategias de responsabilidad social corporativa, además de evaluar su eficacia; la muestra se formó con 84 personas, distribuidas en 2 grupos: El experimental compuesto por 51 hombres y 5 mujeres, con edades de entre 33 y 43 años; y el grupo de comparación, que estuvo conformado por 24 hombres y 4 mujeres, de entre 29 y 46 años, que hacía tres meses habían completado el proceso de adhesión a la estrategia de responsabilidad social corporativa a través del entrenamiento en habilidades sociales. Utilizaron el Índice de Reactividad Interpersonal de Davis (1980) y una Escala para Evaluar la Empatía construida *ex profeso*.

Para el estudio mencionado se aplicaron las subescalas por grupo, en una sesión de 20 minutos, después se realizó la aplicación del entrenamiento en habilidades sociales, siguiendo los planteamientos de García-Vera, Sanz y Gil (1998). El entrenamiento duro 12 sesiones de 90 minutos, en 14 días, posterior a cada una de estas sesiones, se agregó una de 30 minutos. Antes del entrenamiento no había diferencias significativas entre el grupo experimental y el de control, después de este, se halló que el primero tuvo una media más alta que el grupo control. La comparación mostró que el grupo con entrenamiento en habilidades sociales previo, eran consideradas como personas motivadas, aunque su participación estuviese condicionada por la decisión del máximo responsable de la empresa en cuanto a la adhesión a una determinada estrategia de responsabilidad social corporativa. En conclusión, el entrenamiento en habilidades sociales es un procedimiento eficaz para desarrollar empatía emocional, fomenta el desarrollo de estrategias de responsabilidad social corporativa y un mejor rendimiento organizacional.

Como se aprecia a lo largo del capítulo, la habilidad social engloba comportamientos cotidianos que pueden hacer más optimas las interacciones sociales o, por otro lado, obstaculizarlas. Las habilidades sociales se practican en todos los contextos en los que el sujeto se desenvuelve, a través de comportamientos y son impactadas por las variables contextuales, cognitivas y psicofisiológicas de cada sujeto así como por la cultura en la que se ponen en práctica, pues son aprendidas y reforzadas por otros agentes socializadores desde la infancia, de quienes depende de que la competencia social sea adaptativa en mayor o menor medida.

Capítulo 2. Estilos de afrontamiento

El afrontamiento es una respuesta que se entiende de formas alternativas como enfrentamiento y confrontación y es vinculado mecánicamente a conceptos como el estrés, la resiliencia, los eventos disruptivos, entre otros. Para poder discernir entre estos conceptos presentamos a continuación los elementos teóricos considerados de mayor utilidad para los fines de esta investigación.

2.1 Definición de estilos de afrontamiento

El afrontamiento es una medida que se presenta ante el estrés psicológico, que según Lazarus y Folkman (1986) es el producto de la relación entre una persona y un ambiente amenazador, donde las demandas evaluadas agotan o exceden los recursos interpersonales del sujeto. Los autores desarrollaron un Modelo Transaccional de afrontamiento en el que mencionan que el afrontamiento agrupa todos los actos que intentan controlar las condiciones adversas del entorno y que disminuyen el grado de perturbación psicofisiológica producida por estas condiciones. Por tanto el afrontamiento es una respuesta humana para manejar el estrés, que se concreta en estrategias que por una parte conllevan a la resolución de problemas o al control emocional.

El motivo por el cual se nombra transaccional es porque consideran que el afrontamiento es proceso insertado en un contexto, por lo tanto las respuestas pueden variar a través de los diferentes contextos y cambiar dependiendo de condiciones externas y de las habilidades interpersonales de sujeto. Los autores antes citados proponen dejar de lado juicios de valor respecto al tipo de afrontamiento y los estilos que se desprenden de él, no categorizarlos como adaptativos o desadaptativos, pues se expresan en función de las situaciones personales en las que el sujeto se encuentra y de los recursos interpersonales de los que la persona dispone, así como la frecuencia e intensidad con la que practica ciertos estilos y las consecuencias psicológicas y fisiológicas que le generan.

Lazarus y Folkman (1986) amplían dentro de su definición de afrontamiento que se trata de aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas, que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. Los recursos de afrontamiento son aquellas características interpersonales con las que cuenta el sujeto para responder ante las demandas, por ejemplo la salud, energía física, creencias existenciales, creencias generales del control sobre el problema, la percepción positiva de uno mismo entre otros.

Sadín (2003) define a los recursos de afrontamiento como características personales y sociales en las que se basa el individuo para hacer frente a los estresores, por ejemplo, percepción de control, auto eficacia, autoestima, sentido del optimismo, personalidad resiliente, habilidades sociales, entre otros. Pérez, Rodríguez, Herrera, García, Echemendía y Chang (2013), mencionan que los recursos de afrontamiento son elementos de los que el sujeto dispone para mediar el impacto de la situación disruptiva.

Según Buchwald y Schwarzer (2003) contemplan tres tipos de recursos del afrontamiento:

- Los recursos físicos y biológicos que integran elementos del ambiente y los recursos organismos de cada persona; por ejemplo la nutrición, clima, enfermedades, fuerza, control motriz, entre otros.
- Los recursos psicológicos o psicosociales que engloban la capacidad intelectual, el nivel de autonomía, autoestima, autopercepción, resiliencia, características de la personalidad, optimismo, creencias, valores y habilidades en la resolución de problemas y negociación.
- Los recursos sociales que incluyen las habilidades sociales, el apoyo social, la empatía, entre otros, e influyen en la elección de las formas afrontamiento a emprender.

Zeidner y Hammer (1990) expresan que se trata de un conjunto de características o conductas que capacitan a los individuos para manejar los estresores de forma efectiva, experimentar pocos síntomas, amenizarlos o recuperarse de ellos, una vez expuestos al estresor. Morán, Landero y González (2010), exponen al afrontamiento como un esfuerzo estabilizador, que facilita el ajuste individual y la adaptación ante situaciones estresantes, permitiendo manejar el estrés, en situaciones en las que el sujeto evita ser dañado por la adversidad.

Hernández y Gutiérrez (2012) señalan que el afrontamiento es un mediador de la adaptación a eventos disruptivos de la vida, que nos permite lidiar con cambios físicos, psicológicos, familiares, sociales y académicos expresados individualmente. Los autores hacen referencia a respuestas cognitivas, emocionales y de conducta que los individuos emplean para manejar el estrés. El desarrollo y uso de recursos de afrontamiento adecuados pueden ser factores protectores que influyen en el crecimiento de la persona y pueden diferir por la edad y la etapa de desarrollo en la que se encuentra el sujeto. Desde una perspectiva médica, Baiocchi-Morales, Lugo-Ostos, Palomino-Sanchez y Tam-Phun (2013), consideran el afrontamiento como un proceso compuesto por estrategias dinámicas y cambiantes, dirigido a manejar las demandas que implica la enfermedad, desde que se hace el diagnóstico y se emplea como un mecanismo que determinará la adaptación y modulación en el proceso, de forma precisa, los estilos son predisposiciones personales para hacer frente a situaciones a través de las estrategias.

Piemontesi y Heredia (2009) retoman tres características del afrontamiento: primero, se trata de un proceso que cambia dependiendo del éxito o fracaso, que obtiene la persona cuando hace frente a una situación de estrés; después, el afrontamiento es una respuesta automática, fisiológica y aprendida mediante la experiencia; finalmente, requiere de un esfuerzo para restablecer el control o adaptarse a la situación adversa.

Para comprender el afrontamiento, es conveniente considerar algunos aspectos que retomamos Schwarzer y Schwarzer (1996): primero, el afrontamiento no se expresa en una conducta manifiesta en todos los casos, pues también puede llevarse a cabo el afrontamiento intencional que se basa en la intención de afrontar el problema desde las cogniciones. Finalmente, se necesita hacer una valoración cognitiva que determine a la situación como amenazante para iniciar los intentos de afrontamiento.

Cabe mencionar que esta investigación no se centra en el afrontamiento del estrés de manera específica, sino que utiliza también el término afrontamiento para englobar aquellas situaciones que son consideradas como disruptivas, impactantes, fuera de la norma, entre otros. Es por ello que el término de afrontamiento es utilizado sin importar las estrategias o los estilos de índole activo o pasivo, adaptativo o desadaptativo, pues se enfoca al proceso de reacción y no meramente en los resultados. Al tratarse el afrontamiento como un proceso, cabe destacar que no todas las estrategias y estilos aparecen en todas las edades, ni son desarrollados al mismo tiempo, el afrontamiento se aprende de otros pero también se forja como un aspecto evolutivo mediante la madurez.

2.2 Construcción del afrontamiento

Wright y Masten (2005) expresan que existen factores que modulan el impacto del evento disruptivo o estresante, estos factores pueden ejercer influencia significativa y repercutir en el modo de actuar del sujeto. Las autoras sostienen que existen diversas variables que se encuentran correlacionadas con el sujeto y su capacidad de actuar de un modo u otro, estas características son:

- Características o recursos del individuo: referente a la capacidad y habilidades de resolución de problemas, temperamento flexible, habilidad social, estrategias de autorregulación, autocontrol y sentido de autoeficacia.

- Características o recursos del contexto: referente al medio donde el individuo se desarrolla, implicando aquellas características que se adquieren de forma automática del ambiente familiar y social por el que somos precedidos al nacer, como por ejemplo al educación que recibimos, la calidad de vida, contexto sociocultural y económico, el apoyo y cariño de los padres, la realización de actividades recreativas o que fomenten la salud, entre otros.

Retomando a Lazarus y Folkman (1986) podemos explicar que para los autores, el afrontamiento se pone en marcha cuando se realiza una evaluación que incluye dos procesos:

1. Evaluación primaria: donde se juzga si la experiencia que se está atravesando es estresante o no, considerando que implique alguna amenaza, pérdida o daño.
2. Evaluación secundaria: que se pone en marcha tras haber definido la situación como estresante o amenazadora, evalúa los recursos del contexto y las estrategias de afrontamiento disponibles en el sujeto y de acuerdo a estos recursos interpersonales, estima la eficacia y las consecuencias de implementar estas estrategias.

El afrontamiento es una situación a la que todos los humanos nos vemos sometidos, al igual que los animales, sin embargo, la diferencia radica en que estos responden de manera instintiva mientras las personas movilizan recursos cognitivos que les hacen actuar de formas determinadas, aunque no siempre se tenga conciencia de ello. Tener ejemplos de un afrontamiento adecuado desde la infancia resulta de mucha ayuda para desarrollar habilidades que permitan al sujeto orientarse a la solución de problemas, durante el periodo de crecimiento.

Macías, Madariaga, Valle y Zambrano (2013) realizaron una investigación teórica cuyo objetivo fue informar de manera descriptiva las diferencias entre el afrontamiento individual y el afrontamiento familiar. Señalan que las estrategias de afrontamiento son recursos psicológicos a

los que el sujeto recurre para hacer frente a situaciones estresantes. Los autores mencionan que el afrontamiento ocurre en consecuencia de un evento que produce un cambio en el sistema social familiar, que tiende a desajustarlo. Se emprende un afrontamiento individual que incluye procesos personales donde el sujeto mismo define la orientación que da y las estrategias que usa para afrontar los eventos críticos o estresantes que experimenta; mientras el afrontamiento familiar se entiende como la capacidad de la familia para movilizarse y poner en acción medidas que actúen sobre las exigencias que demandan cambios, y busca regular las tensiones con el fin de mantener o recuperar el equilibrio y garantizar el bienestar de cada miembro.

Cracco y Blanco (2015) señalan que los hechos críticos dentro de una familia, son los que definen el ciclo vital de la familia; estos pueden ser eventos como el nacimiento de los hijos, separación del núcleo familiar de los mismos, la muerte de algún integrante, entre otros. Éstos hechos marcan cambios en el funcionamiento de la familia y exigen una reorganización de roles y normas. Estos roles y normas son definidos por la normatividad cultural (al considerarse expectativas sociales determinadas por el contexto) y por el momento que atraviesa la familia (lo que determina las pautas de funcionamiento para atender las demandas de las situaciones a las que se ve expuesta). Los cambios dentro del funcionamiento familiar son potencialmente estresantes para todos los integrantes y requieren de afrontamiento, ajuste y adaptación conjunta.

El afrontamiento se modifica en función de los estresores y de los momentos vitales. Moral y Martínez (2009), mencionan que el afrontamiento de los padres ante la pérdida de un hijo a causa de cáncer, en jóvenes menores de 18 años, puede producir que la familia presente un estrés intenso y se vea inmersa en constante sufrimiento. El hecho de que el enfermo sea un menor de edad acrecienta el impacto negativo ante una pérdida y pone en riesgo la alianza matrimonial familiar.

Lo propuesto por Moral y Martínez supone el origen de la enseñanza del afrontamiento, desde un modelo familiar, que permea las estrategias de afrontamiento individuales de cada sujeto. La familia es el primer agente modelador, pues muchas de las formas de afrontamiento que implementamos son reproducciones aprendidas en el hogar, que se ven permeadas por el paso de los años con las influencias de otros agentes socializadores como lo son los amigos, la pareja, entre otros. El afrontamiento se deriva de las interacciones de las personas con múltiples circunstancias en contextos socioculturales, que influyen sobre las variables personales y situacionales, donde la mediación se da a través de creencias, normas sociales, costumbres, derechos y deberes, comportamiento, entre otros., que caracterizan a las instituciones en las que se desarrolla el sujeto.

Jiménez-Torres, Martínez, Miró y Sánchez (2012), señalan que los efectos que producen el estrés dependen de cómo se percibe de forma personal al estresor y de la capacidad (aprendida o refleja) del individuo para afrontar un evento estresante. Manifiestan que ciertos estilos de manejo del estrés se asocian a emocionalidad positiva, por ejemplo la existencia de una relación positiva entre el estilo de afrontamiento dirigido a la solución del problema y el bienestar psicológico; a pesar de ello, existen formas de afrontamiento relacionadas a emociones negativas. Los autores exponen al afrontamiento como característica inherente al individuo, como un rasgo de su personalidad; pero contemplan que el afrontamiento es también situacional, cambiante y flexible según sea la percepción del evento que afronta el sujeto y el esfuerzo que emprende este por regular la situación.

2.3 Clasificaciones del afrontamiento

Es muy la variedad de clasificaciones que se ha hecho del afrontamiento, pues se basan en las diferentes teorías y perspectivas de estudio desde las que se ha abordado el tema. En la Figura 1, se muestra un esquema estructurado *ad hoc* para explicar algunas de las clasificaciones generales

que se han hecho del afrontamiento según algunos criterios. Para delimitar la información, se agrupa según tres formas específicas: *tipos, estilos y estrategias*.

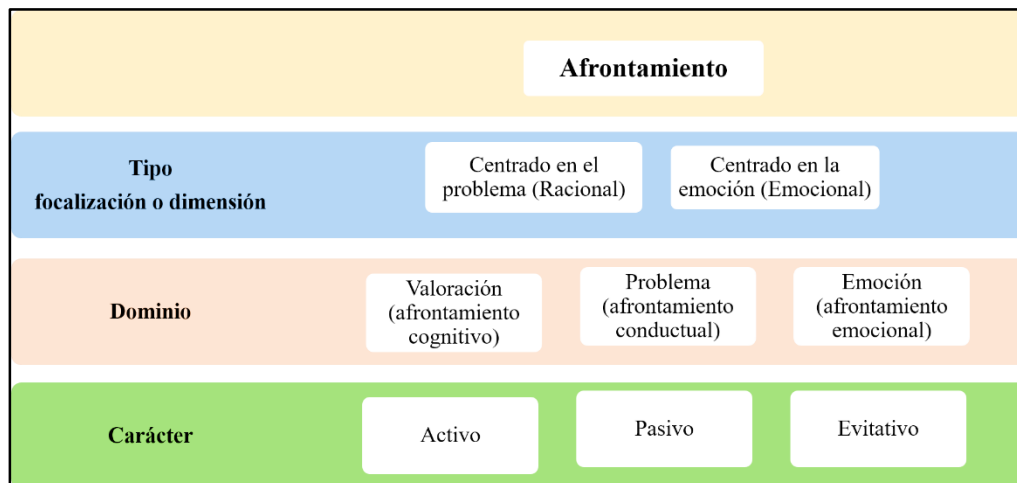


Figura 1. Diagrama de categorizaciones del afrontamiento.

Respecto a los tipos de afrontamiento al estrés, es preciso primero identificar las acciones que emprenden las personas, tomando en cuenta la situación y los recursos personales de cada uno. Para esta investigación tomaremos como tipos de afrontamiento los dos grupos planteados por la teoría de Lazarus y Folkman (1986):

- El primero es el tipo Centrado en el problema, cuyo fin es resolver el problema, a través del manejo de demandas que suponen una amenaza y descompensan la relación entre la persona y su entorno; este control se logra mediante la modificación de las circunstancias o mediante la aportación de nuevos recursos que amenicen las condiciones ambientales.
- El segundo, es el tipo Centrado en las emociones, cuyo fin es conseguir la regulación emocional del sujeto, emprendiendo esfuerzos por modificar el malestar y manejar los estados emocionales causados por el evento disruptivo. Su uso se hace presente generalmente cuando la evaluación evidencia que no se puede hacer nada para modificar las condiciones exteriores que suscitan el estrés.

Pérez, et al. (2013) proponen dos tipos de afrontamiento, que a su vez, expresan algunos estilos de respuesta o formas de responder ante un suceso: primero, se encuentra el Afrontamiento cognitivo activo que se refiere a un análisis lógico de la situación, en la que el sujeto descompone el problema, ensaya alternativas y visualiza consecuencias. Incluye redirección de vida, donde puede reformular la situación para encontrar un significado positivo, tomar la situación con humor y aprender a vivir con la misma. El autor integra en este tipo las acciones evitativas como negar la situación, descompromiso mental a través de la religión o uso de sustancias y/o alcohol, y culpa por la responsabilidad de la situación. Después se encuentra el Afrontamiento centrado en las emociones que supone acciones que generan cambios afectivos en la situación como disminuir la intensidad de respuesta emocional, recuperación emocional, confrontación y regulación, y búsqueda de apoyo afectivo, entre las formas pasivas comprende descarga emocional y la expresión de sentimientos negativos.

Piemontesi y Heredia (2009) consideran que el afrontamiento activo provee un sentido de dominio sobre el estresor, orienta la atención al problema y utiliza la energía para controlar la amenaza. Por otro lado, el afrontamiento pasivo se enfoca a lidiar con la situación sin intentar controlarla, como un mecanismo de regulación de los afectos con acciones como focalizarse en las emociones y desahogarse, utilizar estrategias de reducción de tensión el distanciamiento conductual o mental, esperar que las cosas se solucionen solas, entre otros.

Mestre, Samper, Tur-Porcar, Richaud y Mesurado (2012) consideran que el afrontamiento engloba procesos que pueden regular o canalizar emociones e influir en las respuestas adaptadas a la situación que se experimenta; significa generar control de la situación; juega pues un papel mediador importante entre experiencias estresantes, los recursos personales y sociales con los que cuentan las personas para hacerles frente. Mencionan también la existencia de 3 tipos de

afrontamiento: (a) cognitivo (buscar significado y valor al suceso para que sea menos desagradable), (b) conductual (conducta dirigida a confrontar la realidad y sus consecuencias) y (c) afectivo (regulación de los aspectos emocionales e intento de mantener el equilibrio afectivo).

Letelier (2014) menciona los cinco modos propuestos por Thomas y Kilmann para afrontar un conflicto, que son: el estilo Competitivo, que satisface sus necesidades a costa de otros; el Conciliador, que sacrifica sus propias necesidades por satisfacer las de los demás; el Evitador que no hace activación para defender sus propios intereses ni los del otro; el colaborador que es asertivo y Cooperador, pues emprende un esfuerzo equitativo, en conjunto con otros para solucionar creativamente que les competen de forma conjunta; y el negociador que tiene un grado moderado de asertividad y colaboración, satisfaciendo parcialmente a todas las partes inmersas en un conflicto; siendo los últimos dos, los más adaptativos; la autora argumenta que son las mujeres quienes tienden más al estilo colaborador y el conciliador.

Retomando a Lazarus y Folkman (1986), existe en general una caracterización de las acciones emprendidas para afrontar un suceso disruptivo, que comprende dos términos: las de carácter Activo, que son acciones o pasos activos para tratar de cambiar las situaciones o aminorar sus efectos). Después están las acciones de carácter Pasivo que son respuestas demoradas, que buscan se expresan en un momento más apropiado y no actuar de forma prematura. Esta última clasificación es más general y se aplica tanto a los estilos como a las estrategias de afrontamiento, dependiendo el fin para el que se empleen. Las formas activas de afrontamiento emprenden de control o autorregulación con el conflicto y generalmente son exitosas, pues evocan adaptación, en cambio las formas pasivas o evitativas ponen en marcha conductas de evasión y negación. Otra clasificación similar, hace distinción en la cercanía y no es la acción específicamente, pues considera distinciones entre *aproximación* y *evitación* de la situación estresante.

2.3.1 Estilos.

Sadín (2003) explica la diferencia entre estrategias y estilos, exponiendo que los estilos son acciones generales, con tendencias personales para llevar a cabo una u otra estrategia de afrontamiento, es decir, son patrones de acción a los que nos inclinamos al momento de decidir la acción que emprenderemos. Frydenberg (1997, como se citó en Solís & Vidal, 2006), concibe los estilos de afrontamiento como la tendencia a utilizar una estrategia o un conjunto de ellas, consideradas en función de experiencias pasadas. Menciona tres estilos: dos funcionales y uno desadaptativo. Los estilos funcionales son Resolver el problema (tendencia a resolver el conflicto de forma directa) y Referencia hacia otros (buscar soporte en otros). Mientras el afrontamiento desadaptativo es denominado por la autora como No productivo (afrontamiento orientado a la evitación que retarda o niega la solución del problema).

Felipe y León (2010), remarcan la importancia de establecer diferencias entre los conceptos estilos y estrategias de afrontamiento; entablando que los primeros, son predisposiciones personales para afrontar eventos y es el sujeto quien decide cómo hacer este afrontamiento a través de las estrategias; estas son entendidas como procesos flexibles que conducen a la persona a actuar de forma determinada ante un evento.

Lucio, Duran y Heredia (2015, como se citó en Gómez-Maqueo, Durán, & Romero, 2016), hacen una clasificación contemporánea de los estilos de afrontamiento considerando cuatro: Afrontamiento funcional (que se trata la adopción de medidas para frenar la situación estresante), Afrontamiento disfuncional (incluye retirada y fatalismo), Afrontamiento centrado en la emoción (que intenta disminuir el grado de desgaste emocional) y afrontamiento evitativo (se basa en la evasión total del problema y su solución). Sadín y Charot (2003), utilizaron las siguientes estrategias para construir y validar su Cuestionario del Afrontamiento del Estrés:

- Búsqueda de apoyo social
- Expresión emocional abierta
- Apoyo en la religión
- Focalizado en la solución del problema
- Evitación
- Autofocalización negativa
- Reevaluación positiva

Mientras Lazarus y Folkman (1986), retomaron los siguientes estilos de afrontamiento:

- Confrontación
- Planificación
- Distanciamiento
- Autocontrol
- Aceptación
- Escape-evitación
- Reevaluación positiva
- Búsqueda de apoyo social

En resumen, los estilos de afrontamiento pueden entenderse, según Vázquez, Crespo, y Ring (2000) como la propensión a utilizar una serie determinada de estrategias en situaciones adversas. Cabe destacar que el afrontamiento es flexible, lo que significa que se puede hacer uso de estrategias múltiples, pertenecientes a diferentes estilos, pues la complejidad de una situación estresante, en muchas ocasiones requiere del empleo de un sólo recurso para mantener a salvo psicológicamente al sujeto. Antes de profundizar en estrategias, también es necesario mencionar aquellas perspectivas teóricas que consideran que no hay por qué recurrir a una separación entre

los estilos y las estrategias de afrontamiento, tal es el caso de Pelechano (2000), quien considero que ambos conceptos son complementarios, refiriendo solamente que los estilos son formas estables o consistentes de afrontar el estrés y las estrategias son acciones y comportamientos más específicos.

2.3.2 Estrategias.

De forma general, las estrategias son una serie de acciones precisas y premeditadas, encaminadas a cumplir un objetivo específico, pero partiendo desde una perspectiva psicológica, Sadín (2003) las define como acciones más específicas, empleadas para modificar las condiciones del estresor; algunos ejemplos de estas acciones pueden ir desde cosas tan sencillas como relajarse, buscar apoyo social, salir al cine, entre otros. Por otro lado, Morán, et al. (2010) explican a las estrategias de afrontamiento como acciones que los individuos emprenden para frenar, amortiguar o anular, los efectos de situaciones amenazantes. De este modo, las estrategias son acciones mucho más específicas, puestas en marcha en función de la situación, que pueden fungir como un obstáculo o un facilitador para resolver un conflicto e interactuar con otros.

Macías, et al. (2013) mencionan una clasificación que propone la existencia de estrategias de afrontamiento internas (aquellas que practica la familia con sus propios recursos) y las estrategias de afrontamiento externas (practicadas con el apoyo de recursos provenientes de fuentes ajenas, estas son: obtención de apoyo social, búsqueda de apoyo espiritual, movilización familiar, entre otros.). Además de estos, es posible considerar otras variables como amortiguadores ante los efectos negativos de eventos adversos sobre la salud, como por ejemplo el apoyo social, la empatía, alta autoestima, entre otros.

Por otro lado Carver, Scheier y Weintraub (1989) proponen un modelo de tres tipos de afrontamiento, que expresa con mayor exactitud las estrategias que se emplean para afrontar un

evento estresante. Los autores expusieron cinco estilos de afrontamiento centrado en el problema: afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades distractoras, refrenar el afrontamiento, búsqueda de apoyo social instrumental. Del mismo modo, consideraron cinco estilos de tipo de afrontamiento centrado en la emoción: búsqueda de apoyo social y emocional, reinterpretación positiva, aceptación, negación y volver a la religión. De forma breve, se explican a continuación las 14 estrategias resultantes de la propuesta de estos estilos:

- Afrontamiento activo: Incrementar los propios esfuerzos eliminar o reducir al estresor.
- Planificación: Pensar acerca de cómo afrontar al estresor.
- Apoyo instrumental: Procurar ayuda, consejo, información a personas capacitadas.
- Uso de apoyo emocional: conseguir apoyo emocional de simpatía y de comprensión.
- Auto-distracción: concentrarse en otros proyectos, para no concentrarse en el estresor.
- Desahogo: conciencia del malestar emocional, expresando esos sentimientos.
- Desconexión conductual: reducir los esfuerzos para tratar con el estresor.
- Reinterpretación positiva: buscar el lado positivo y favorable del problema.
- Negación: negar la realidad del suceso estresante.
- Aceptación: aceptar lo que está ocurriendo, intentando entenderlo.
- Religión: tendencia a volver hacia la religión en momentos de estrés.
- Uso de sustancias: significa ingerir sustancias para sentirse ayudarse a soportar el estrés.
- Humor: hacer bromas sobre el estresor o reírse de las situaciones estresantes.
- Culpa: Criticarse y atribuirse la responsabilidad por lo sucedido.

Retomando a Frydenberg (1997), se mencionan los tres estilos que propone: (a) resolver el problema, (b) afrontamiento de referencia hacia los otros y (c) afrontamiento no productivo. De

estos estilos desprende 18 estrategias de afrontamiento mencionadas a continuación. Para el primer estilo: Resolver el problema, considera las siguientes estrategias:

- Concentrarse en resolver el problema: estudiar el problema y conocer todas sus posturas.
- Esforzarse y tener éxito: Actuar con compromiso y dedicación.
- Invertir en amigos íntimos: esfuerzo por comprometerse en alguna relación.
- Buscar pertenencia: interés y compromiso por interactuar con otros de forma sana.
- Fijarse en lo positivo: ver el lado bueno de las cosas.
- Buscar diversiones relajantes: tener actividades relajantes.
- Distracción física: dedicación a alguna participación física que sirva de distractor.

Para el segundo estilo: Referencia hacia los otros, considera las siguientes estrategias:

- Buscar apoyo social: compartir el problema con otros, buscando una solución conjunta.
- Acción social: realizar acciones con otros que permitan conseguir ayuda.
- Buscar apoyo espiritual: rezar, ir a la iglesia, pedir ayuda de alguien religioso.
- Buscar ayuda profesional: buscar apoyo de personal capacitado.

Para el tercer estilo: Afrontamiento no productivo, considera las siguientes estrategias:

- Preocuparse: mantener temor hacia el futuro.
- Hacerse ilusiones: pensar de forma anticipada que las cosas serán de diferente manera.
- Falta de afrontamiento: evitar la situación problemática.
- Ignorar el problema: hacer de cuenta que el problema no existe o despersonalizar.
- Reducción de la tensión: intención pro relajarse y no sentir tensión.
- Reservarlo para sí: huir de los demás y reservar su problema para sí mismo.
- Auto inculparse: creer que se tiene la culpa por lo sucedido.

Según Lucio, et al. (2015, como se citó en Gómez-Maqueo, et al., 2016), retoman estrategias específicas para cada uno de los estilos de afrontamiento, que se explican a continuación:

- Funcional: buscar apoyo, autosuficiencia, adaptación, negociación, autocrítica.
- Disfuncional: enojo autoagresión, oposición, aislamiento social.
- Centrado en la emoción: tristeza, miedo.
- Evitativo: evitación, distracción.

Existen muchas otras estrategias de afrontamiento que van desde actos muy sencillos hasta actividades más complejas, algunos ejemplos de estas son: ver películas, rezar, gritar, comer algo, hablar con otros, recibir ayuda especializada, acudir a grupos de apoyo, cambiar de residencia, alejarse de algunas personas, reacción depresiva, conformismo, desconexión cognitiva, desarrollo personal, control emocional, distanciamiento, supresión de actividades distractoras, desconexión comportamental, respuesta paliativa, llorar, pensamientos rumiativos, entre otros,

2.4 Afrontamiento en mujeres.

El afrontamiento en mujeres ha sido abordado desde diversas perspectivas, como la social, política, médica y se han ahondado situaciones y condiciones que lo impactan. A continuación, se hace un breve recorrido respecto al afrontamiento que emprenden mujeres en diversas condiciones como lo son: contexto laboral, condiciones de salud y enfermedad, abuso sexual, embarazo, maternidad, fertilidad, entre otras.

Letelier (2014) realizó una investigación con el propósito de caracterizar los modos de afrontamiento de conflictos que diferencian a funcionarios hombres y mujeres de una unidad de servicio de salud pública, desde una perspectiva de género. La muestra fue compuesta por 70 participantes de unidades regionales del Servicio de Salud Público (40 mujeres y 30 hombres). El

instrumento utilizado fue Thomas-Kilmann Mode Instrument, TKI de Thomas y Kilmann (1970), que permite identificar los cinco estilos de afrontamiento de conflictos: competitivo, colaborador, negociador, evitador y conciliador; compuesto por 30 ítems dicotómicos que evalúan la conducta individual frente a situaciones conflictivas.

Los principales resultados del estudio recién mencionado mostraron que los varones recurren con mayor frecuencia de uso del estilo competitivo (36,6%), mientras que en las mujeres (15 %) predomina el uso de este estilo. En el estilo colaborador, los varones lo utilizan en menor medida (16,6%) de que las de las mujeres (35%). El estilo negociador, evidenció menor uso en varones (20%) que en mujeres (22,5), mientras el estilo evitador mostró mayor predominio en varones (16,6%) que en mujeres (10%). Finalmente el estilo conciliador, fue menos usado en varones (10%) que en mujeres (17,5%). Por tanto en las mujeres se presentó con mayor fuerza el estilo colaborador y negociador, mientras el menos utilizado fue el evitador. En los varones, el utilizado con mayor predominio fue el competitivo y el negociador, mientras el conciliador, fue el menos utilizado. En conclusión, el estudio mostró que el estilo afrontamiento más mas puntuado en mujeres es el estilo colaborador. Además, los varones tienden a ocupar la evitación como estilo de afrontamiento de conflictos en la misma medida que las mujeres utilizan la conciliación.

Juárez y Landero (2009), consideraron la importancia de estudiar el afrontamiento en mujeres en condición de cáncer; mencionan que en México, la segunda causa de muerte en mujeres mayores de 25 años es el cáncer de seno, mientras que en mujeres arriba de 35 años, es la primera causa de deceso. La interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales altera la respuesta inmunológica, facilitando la aparición de enfermedad, esto sucede cuando una situación es interpretada como estresante y evoca emociones negativas y a su vez activa mecanismos bioquímicos que suprimen las respuestas inmunológicas.

Los autores antes citados mencionan también que se ha puesto mayor atención a respuestas y recursos psicológicos que mejoran la salud, considerando como variable protectora al afrontamiento, que se relaciona positivamente con la salud y el bienestar de la mujer. Mencionan también dos propuestas de Cohen y Wills, que explican la asociación entre el apoyo social y la salud, el primero es el modelo del efecto directo que menciona que el apoyo social favorece niveles de salud, ya sea que el individuo presente estrés o no; el segundo es el modelo del efecto amortiguador, que explica que el apoyo social protege al individuo de los efectos negativos de situaciones estresantes.

Juárez y Landero (2009), realizaron una investigación que tuvo por objetivo, describir las variables sociodemográficas de una muestra de mujeres con cáncer mamario, así como describir los niveles y la relación entre estrés, el apoyo social, el optimismo y la salud percibida entre estas, y finalmente determinar que variables pueden ser predictores de salud para mujeres en esta condición. La muestra fue de 71 mujeres con cáncer de mama, pertenecientes a 3 centros médicos de Monterrey. Los instrumentos utilizados fueron: La Escala de estrés Percibido de Cohen, Kamara y Mermelstein (1983), el Cuestionario de apoyo social funcional de Duke-UNC, de Gehlbach, Degruy y Kaplan (1988), el test Optimismo Life Orientation, validada por Otero, Luengo, Gómez y Castro (1998); y la Escala QLQ-30.3 elaborada por el grupo de calidad de vida de la organización europea para investigación y tratamiento de cáncer.

Los resultados de Juárez y Landero evidenciaron relación entre el afrontamiento estrés con el apoyo social, el optimismo y con la salud; mientras que entre apoyo social y optimismo no hubo relación. Tampoco se confirmó la relación directa entre apoyo social y salud, pero sí de forma indirecta, aminorando el estrés. Las variables que se encontraron como predictores de salud percibida, fueron afrontamiento del estrés y el optimismo. Se presentó estrés de forma moderada,

que se explicó al considerar las altas puntuaciones de apoyo social y optimismo presente en las mujeres de la muestra, y se evidencio que mientras mayor es el apoyo social percibido y el optimismo de la mujer con cáncer de mama, menor será el estrés que presente. En conclusión, este estudio mostró la presencia de estrés moderado y alto nivel de apoyo social y salud en mujeres con cáncer de mama. Cabe mencionar la importancia de conocer y erradicar las consecuencias psicológicas y sociales que implican el diagnóstico y tratamiento de una situación tan compleja como lo es el cáncer de mama para las mujeres.

Siguiendo con la línea de investigación de cáncer y afrontamiento, Mera y Ortiz (2012), mencionan el alto impacto físico y psicológico que experimentan las mujeres que son tratadas por este padecimiento; en algunos casos incluso, se vuelve tan invasivo que altera la simetría corporal, su función reproductiva y materna como resultado de intervenciones quirúrgicas. El tratamiento del cáncer genera cambios físicos que hacen sentir a la paciente avergonzada de su cuerpo y aumentan el riesgo de padecer ansiedad, depresión y miedo, así como de tener reacciones desadaptativas y altos niveles de estrés e ira. La reacción al tratamiento, conlleva síntomas sumamente agresivos, como alopecia, náuseas, vómito, entre otros., estos efectos, además de generar una autocrítica sumamente negativa y cambiar la autopercepción que tiene las mujeres de sí mismas, también las aíslan de actividades sociales y evocan la presencia de trastornos sexuales,

En general, se trata de un padecimiento que altera negativamente la calidad de vida de la mujer. Ser optimista, aumenta los esfuerzos por alcanzar una meta, promoviendo un afrontamiento activo y persistente, y se relaciona también con un enfoque centrado en el problema, la búsqueda de apoyo social. El afrontamiento activo es predictor de salud, mejor funcionamiento del sistema inmunológico y menor tasa de mortalidad. El afrontamiento pasivo, que no es acompañado por

optimismo expresa mayor tensión emocional, deterioro en la calidad de vida, progreso acelerado de la enfermedad, entre otros (Mera & Ortiz, 2012).

Estos autores ya mencionados realizaron una investigación, cuyo objetivo fue determinar la relación entre calidad de vida de mujeres con cáncer de mama, optimismo y estrategias de afrontamiento. La muestra fue de 25 mujeres con cáncer de mama, de entre 29 y 67 años de edad, Se utilizaron los instrumentos: (a) WHOQOL- BREF, de la organización mundial de la salud, OMS, (b) LOT-R, de Otero, Luengo, Romero, Gómez-Fraguela y Castro (1998) que mide el optimismo. (c) CSI, de Otero (1998) que evalúa el grado de utilización de estrategias de afrontamiento. Dentro de los principales resultados se encontró primero que 18.2% de la muestra puntúo con depresión. La variable calidad de vida correlacionó de modo positivo con la variable optimismo y con la variable afrontamiento activo, siendo ambas relaciones equitativas. Además de ello, el optimismo correlacionó con tres de los cuatro dominios de calidad de vida: salud, psicológica, relaciones sociales y ambiente.

El estudio mencionado, documento que existe una relación positiva entre optimismo y apoyo social y una relación negativa entre optimismo y autocrítica. En conclusión, las mujeres de esta muestra expresaron mejor calidad de vida asociada a mayor optimismo y con la utilización de estrategias de afrontamiento activo. El optimismo es un predictor de salud, bienestar y ajuste frente a situaciones estresantes y mientras mayor es el nivel de optimismo, mejor fue la salud psicológica, social y ambiental, por lo que la relación entre optimismo y estos tres dominios posibilita una mejora en la calidad de vida, impactando de forma indirecta otras variables de manera positiva como variables mediadoras de un mejor ajuste a la enfermedad, como el apoyo social y el afrontamiento (Mera & Ortiz, 2012).

Montiel, Álvarez y Guerra (2016), abordan la condición de cáncer de mama y defienden el alto impacto que tiene sobre la apariencia y reproductividad. Al respecto, realizaron un estudio con mujeres en etapa de sobrevida al cáncer, que es el tiempo posterior al diagnóstico y tratamiento, en el que la persona ha superado el cáncer y la metástasis de forma indefinida. El objetivo de la investigación fue identificar las principales fuentes de estrés, las estrategias de afrontamiento empleadas, evaluar los estados emocionales de ansiedad y depresión, así como la funcionalidad de las estrategias de afrontamiento al cáncer de mama en mujeres. La muestra fue de 115 mujeres de entre 45 y 70 años, que tuvieron diagnóstico de cáncer de mama en el pasado y que en el momento actual se encontraran libres de la enfermedad y de limitaciones cognitivas.

En dicho estudio se utilizaron los instrumentos: (a) Escala de modos de afrontamiento de Lazarus, (b) el Inventario de Ansiedad Rasgo- Estado; IDARE, de Grau, Martín y Castellanos; y (c) el Test de Zung y Conde que evalúa el grado de depresión. Se encontró que las principales fuentes de estrés que se encontró que fueron experimentar efectos negativos de la enfermedad y los tratamientos como limitaciones físicas (pérdida de la visión, sobrepeso, dolor, dificultades en la memoria, entre otros.) y preocupaciones y temores relacionados con la recurrencia, el cuidado de personas dependientes, las condiciones materiales y la capacidad económica para responder a las demandas de la vida cotidiana, otro grupo de mujeres evidencio hacer evaluación de la enfermedad como un daño expresado en vivencias de incertidumbre y temor, y menor número de mujeres percibió la enfermedad como un reto, siendo optimistas sobre el futuro. Respecto al afrontamiento, hubo predominio del afrontamiento centrado en la emoción, y dentro de este, de la estrategia de autocontrol, reestructuración positiva y distanciamiento.

Hubo también aquellas que señalaron utilizar más el afrontamiento centrado en el problema, específicamente de la estrategia de planificación. Se mostraron niveles de ansiedad

medios, tanto de estado como de rasgo. Se encontró asociación positiva y moderada entre afrontamiento centrado en la emoción y depresión; también entre afrontamiento centrado en la emoción y ansiedad estado y finalmente una asociación positiva y leve entre afrontamiento centrado en la emoción y ansiedad rasgo. Se observó predominio de las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción. La ansiedad se comportó en niveles medios y prevaleció la distimia depresiva como indicadores característicos del funcionamiento emocional en esta población. Los autores confirman que las respuestas pasivas contribuyen al deterioro de la calidad de vida en los pacientes con cáncer, mientras que las activas favorecen una mejor adaptación a la enfermedad y salud mental (Montiel, Álvarez, & Guerra, 2016).

Baiocchi-Morales, et al. (2013) retoman la importancia de que las pacientes con este tipo de cáncer cervicouterino empleen estilos de afrontamiento útiles para manejar nuevas circunstancias que generen estrés. Los autores realizaron una investigación, cuyo propósito fue determinar los estilos de afrontamiento en las pacientes con cáncer de cuello uterino; la muestra fue de 150 mujeres, con edad de entre 18 y 59 años. Se aplicó el inventario BRIEF COPE, de Crespo y Cruzado, que evalúa las estrategias de afrontamiento en se ponen en marcha desde los tipos de afrontamiento activo y pasivo. Dentro de los principales resultados, las asociaciones entre los ítems y los estilos de afrontamiento, demostraron que el estilo más empleado enfocado a la emoción fue: buscar la ayuda de Dios (87%); mientras el estilo enfocado al problema fue elaborar un plan de acción (73,3%); y finalmente del estilo adicional: fue concentrarse en el trabajo y en otras actividades sustitutivas para apartar cosas de la mente (65%).

El estilo de afrontamiento pasivo más empleado fue reducir la cantidad de esfuerzo para resolver el problema (79%); en el estilo enfocado a la emoción, las acciones pasivas fueron sentir malestar emocional y expresarlo (70%) así como obligarse a esperar el momento adecuado para

hacer algo (53,3%). En conclusión, los autores enfatizan que los estilos de afrontamiento más empleados por las pacientes fueron los estilos positivos y enfocados a la emoción. Las mujeres, prefieren informarse sobre su terapia conociendo casos similares a los suyos, esto les minimiza el miedo innato y la incertidumbre que toda persona siente al afrontar una situación nueva. Finalmente, los autores mencionan que estas mujeres muestran una actitud positiva frente a una situación inesperada, rescatando lo favorable de la situación adversa y asumiéndola como un aprendizaje para el futuro (Baiocchi-Morales, Lugo-Ostos, Palomino-Sanchez, & Tam-Phun (2013).

Meza-Rodríguez, et al. (2011), expresan que la infección por Virus de Papiloma Humano VPH, ha mostrado también alta incidencia y relación con el cáncer cervicouterino al ser considerado como un predictor de este, durante los últimos años. La presencia de esta infección genera estragos a nivel orgánico, social y psicológico, generando ideas y sentimientos de enojo, depresión, aislamiento, miedo, ansiedad, vergüenza, culpa, temor, preocupación, angustia, entre otros. Esta condición genera respuestas poco adaptativas en las mujeres que lo presentan, como estados de alteración emocional e interpretación del suceso como amenazante. Identificar la respuesta emocional depende del reconocimiento del afrontamiento que emprende cada mujer y los síntomas que acompañan este estilo, por ejemplo: presencia o ausencia de depresión, de ansiedad, entre otros.

Los autores antes mencionados realizaron una investigación con el propósito de conocer si los estilos de afrontamiento, rasgos de depresión y ansiedad empleados por las mujeres con infección por VPH influyen sobre la adaptación a la enfermedad. La muestra fue de 70 mujeres con diagnóstico de infección por VPH, con una media de edad de 28.79 años, que fueron divididas en dos grupos, uno que contempló 26 mujeres con malestar psicológico y otro con 44 mujeres, que

no presentaron malestar psicológico. Los instrumentos utilizados fueron: (a) el Cuestionario General de Salud de Goldberg, que evalúa malestar psicológico, (b) el Inventario ansiedad Rasgo-Estado, que mide la ansiedad como rasgo y como estado, (c) la Escala para la automedición de depresión de Zung, que mide depresión. Y (d) el Cuestionario de estilos de afrontamiento de Lazarus y Folkman que determina el estilo de afrontamiento que emprende el sujeto.

El estilo de afrontamiento soporte social mostró correlación negativa con depresión, ansiedad-rasgo, ansiedad-estado y malestar psicológico, lo que sugiere que puede ser un estilo poco eficaz. El estilo de resolución de problemas disminuye la probabilidad de presentar depresión, ansiedad rasgo y ansiedad estado. El estilo escape-evitación demostró que emplearlo, puede aumentar la posibilidad de tener malestar psicológico, depresión, ansiedad rasgo y ansiedad estado. El estilo reevaluación positiva fue el que se mostró con mayor prevalencia. Las mujeres sin malestar psicológico emplearon una mayor gama de estilos de afrontamiento, En conclusión, los autores destacan que los estilos de afrontamiento focalizados en solucionar el problema movilizan recursos de personalidad al servicio del sujeto (Meza-Rodríguez, et al., 2011).

Sarasua, Zubizarreta, de Corral y Echeburúa (2013), retoman el afrontamiento en el abuso sexual. Mencionan que este evento puede tener efectos negativos en el funcionamiento psicológico y una estrecha relación con la aparición de alteraciones emocionales en la juventud y adultez, acompañándose de trastornos, alteraciones en la conducta y reacciones psicofisiológicas desadaptativas. La etapa del desarrollo psicológico en la que se encuentra la víctima en el momento del abuso, impacta el afrontamiento que es amortiguado por factores como relaciones familiares cohesionadas, apoyo social y autoestima positiva. Puede ser común para estas mujeres presentar un malestar emocional crónico que desborde sus recursos psicológicos de afrontamiento y que interfiera negativamente en su vida cotidiana.

Los autores ya mencionados realizaron un estudio con el propósito de evaluar un programa individual cognitivo-conductual, con mujeres adultas víctimas de abuso sexual en la infancia, llevado a cabo durante 20 años en un marco comunitario. La muestra fue de 121 mujeres adultas de entre 18 y 54 años, víctimas de abuso sexual en la infancia. Los instrumentos utilizados fueron: (a) la Entrevista Semiestructurada para víctimas de agresiones sexuales de Echeburúa en 1995; (b) la Escala de Gravedad de Síntomas del Trastorno de Estrés Postraumático de Echeburúa (1997); (c) el Inventario de Ansiedad-Estado de Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970); (d) el Inventario de Depresión de Beck; BDI de Beck (1979); (e) la Escala de Valoración de la Depresión de Hamilton (1960); (f) el Cuestionario de Miedos Modificado de Veronen y Kilpatrick (1980); (g) la Escala de Autoestima de Rosenberg (1965) y (h) la Escala de Inadaptación de Echeburúa, Corral y Fernández-Montalvo (2000).

El tratamiento del estudio duró 12 sesiones semanales, de una hora; integró dos partes: una, se centra a transmitir empatía y apoyo emocional a la víctima; y otra, identifica respuestas psicopatológicas consecuencia de los sucesos traumáticos. Las víctimas mostraron sintomatología depresiva moderada, con sentimientos de culpa por los abusos sufridos en la mayoría de los casos, baja autoestima y dificultades globales de adaptación a la vida cotidiana, también presentaron un grado de malestar clínicamente significativo cuando se valoraba conjuntamente el nivel de ansiedad, de depresión e inadaptación. 87 personas completaron el tratamiento y 34 lo abandonaron. Otros resultados muestran mejoras significativas como en el trastorno de estrés postraumático, al inicio 43 personas lo padecían y al final, 39 lo superaron, mientras 62 mujeres con malestar emocional inicial, 40 lo superaron (Sarasua, Zubizarreta, de Corral, & Echeburúa, 2013).

Otro tema asociado al estudio del afrontamiento en mujeres es la infertilidad. Barra y Vaccaro (2012), mencionan la relevancia y creciente frecuencia de casos de ese tipo, que genera estragos psicológicos significativos, como baja autoestima, pobre autoconcepto, cambios en el plan familiar y de vida, entre otros, lo que puede generar estrés, ansiedad y depresión. Los efectos de esta condición en las parejas pueden verse permeados también por factores personales, el apoyo social percibido, las estrategias de afrontamiento individuales y en conjunto y las características de personalidad propias de cada sujeto. Las personas en condición de esterilidad han presentado factores personales que poseen características vinculadas a la personalidad resistente o resiliente, lo que las hace querer comprometerse y enfrentarse exitosamente con situaciones estresantes y desarrollar habilidades para ello; además de pensar y actuar con convicción, sintiéndose capaces de actuar con autoeficacia ante situaciones estresantes e interpretar el cambio como oportunidad para el crecimiento personal.

Los autores realizaron una investigación con el propósito de examinar la relación entre el estrés percibido, la utilización de estrategias de afrontamiento al estrés y la personalidad resistente en mujeres en tratamiento por infertilidad; la muestra fue de 115 mujeres con diagnóstico de infertilidad, que se encontraban en tratamiento de reproducción asistida; con edad de entre 20 y 47 años. Utilizaron los instrumentos: (a) la Escala de Estrés Percibido, de Remor en 2006, (b) el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés: CAE, de Sandín y Chorot (2003); y (c) el Cuestionario de Personalidad Resistente, de Moreno, Garrosa y González (2000). Los resultados evidencian características de la personalidad resistente en la muestra, así como un nivel moderado de estrés percibido. Se observó que los estilos de afrontamiento más utilizados fueron reevaluación positiva, seguida de focalización en solución del problema y por último la religión. Mientras las estrategias menos utilizadas fueron la expresión emocional abierta y la autofocalización negativa.

La estrategia de afrontamiento focalización en la solución de problema, tuvo una relación positiva con la personalidad resistente y de mayor intensidad con la dimensión de control. El alto estrés percibido mostró una relación negativa con focalización en la solución de problema, búsqueda de apoyo social, religión, evitación y reevaluación positiva y mostró relaciones positivas con la expresión emocional abierta y la autofocalización negativa. En conclusión, esta muestra se evidenció la presencia moderada de estrés y una frecuente personalidad resistente; este tipo de personalidad puede moderar los efectos de los estímulos que son percibidos como estresantes, facilitando el uso de estrategias adaptativas y minimizando las desadaptativas; también se trata de un factor protector al vincularse con un mayor apoyo social y estrategias activas de afrontamiento centradas en la resolución de problemas y con la promoción del bienestar personal (Barra & Vaccaro, 2012).

Otros temas que han sido retomados en el estudio del afrontamiento en mujeres son aquellos relativos al embarazo. Ardila, Lara y Perugache (2013), mencionan que la gestación es un factor que puede generar estados depresivos, más aun si presentan alguna complicación obstétrica; algunas otras afecciones que pueden presentarse durante la gestación son el aumento en el nivel de estrés, alteraciones psicológicas, afecto de la autopercepción del embarazo y comportamientos desadaptativos. Los estilos de afrontamiento que seleccionan mujeres en esta condición, pueden producir atenuación o exacerbación de síntomas de malestar. De acuerdo con los autores, el afrontamiento centrado en el problema incrementa la percepción de control sobre el embarazo, disminuyendo el malestar y sus síntomas. Por otro lado, el afrontamiento centrado en la emoción puede asociarse con altos niveles de angustia, ansiedad, somatización e interacciones sociales desadaptativas.

Los autores ya citados realizaron una investigación con el propósito de determinar la relación que existe entre los niveles de depresión y las estrategias de afrontamiento de mujeres con alto riesgo gestacional, e identificar qué tipos de afrontamiento son los más utilizados por estas. La muestra fue de 70 mujeres con riesgo gestacional de entre los 13 y 45 años de edad; los instrumentos utilizados fueron: (a) Inventario de estrategias de afrontamiento de Cano, Rodríguez y García; y (b) la Escala de depresión del centro de estudios epidemiológicos; CES-D. Los resultados mostraron que mujeres en riesgo gestacional sí muestran mayor frecuencia de experiencias depresivas. La muestra evidenció utilizar con más frecuencia las estrategias de autocrítica, evitación y pensamiento desiderativo (significa ver sólo aquello que queremos ver del problema); las menos utilizadas fueron resolución de problemas, reestructuración cognitiva y retirada social.

Existe relación entre actividad laboral con las estrategias apoyo social y evitación de problemas. La depresión global correlacionó inversamente con las estrategias de resolución de problemas y apoyo social y presentó una relación directa con las estrategias de autocrítica, evitación de problemas y retirada social. Las estrategias más utilizadas por las adolescentes que presentan embarazo de alto riesgo son autocrítica y evitación; las mujeres en edad adulta, utilizan en mayor proporción estrategias de afrontamiento como resolución de problemas y reevaluación positiva. En conclusión, la depresión negativamente con las estrategias resolución de problemas y apoyo social y se asocia positivamente con la autocrítica, evitación y retirada social. Finalmente, la condición de riesgo en el embarazo, predispone a presentar altos índices de depresión y estrés. El uso de estrategias de afrontamiento inadecuadas o desadaptativas en una situación en estos casos, puede favorecer la presencia de estados emocionales negativos y psicopatológicos, como lo son la angustia, la ansiedad y la depresión (Ardila, Lara, & Perugache, 2013).

El afrontamiento ha sido estudiado también como mecanismo inmerso en la familia. Pérez, Menéndez e Hidalgo (2014), describen y caracterizan a familias en riesgo psicosocial, pues se estima que son un grupo que enfrenta cotidianamente situaciones estresantes. Este tipo de familias se desarrollan en condición de precariedad, donde las madres por ejemplo, tienen mediana edad, alto nivel de tensión y en general un nivel educativo básico; corresponden a ser familias monoparentales, que viven con grado de pobreza considerable y tienden a la inestabilidad laboral. Los autores mencionan variables que impactan paralelamente, como: (a) el estrés parental, (b) la monoparentalidad, asociada a altos niveles de estrés en el ejercicio del rol de padre y (c) el afrontamiento, que puede convertirse en un factor protector en situaciones de riesgo psicosocial o por el contrario, tornarse de riesgo si se emplean estrategias desadaptativas, que pueden generar negligencia o maltrato físico hacia los integrantes.

Los autores ya mencionados realizaron una investigación con el propósito de analizar los niveles de estrés asociados al rol parental y las estrategias que madres de familias emplean para hacer frente, al contar con un expediente de riesgo en los Servicios Sociales Comunitarios. La muestra fue de 109 madres de entre 19 y 52 años, cuyas familias tenían un expediente activo de riesgo en servicio social; la mayoría eran mujeres con dos o tres hijos, con bajo nivel educativo y baja o nula remuneración. Se utilizó protocolo Profesional de servicio social, diseñado ad hoc para recoger información acerca de las familias. Posteriormente, se utilizó el instrumento de Estrés parental de Abidin (1995) y el cuestionario de Estrategias de afrontamiento del estrés, de Carver (1997).

En los resultados se evidenció que madres de hogares no estables recurrieron más a la evitación del estrés. Por otro lado, la presencia de otros familiares y el elevado número de hijos se asoció con alto grado de malestar personal. Respecto a lo económico, un 77.2% de las familias se

encontraban en situación de pobreza y experimentaron niveles de estrés parental similares a los de otros estatus, sin importar las diferencias económicas. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, los análisis intergrupales apuntaron que las madres usaron en mayor medida las formas centradas en el problema frente a la evitación. Las madres con estudios superiores o que trabajaban, afrontaban las situaciones de estrés centrándose más en el problema. En conclusión, más de la mitad de las mujeres experimentaban niveles clínicos de estrés; las estrategias de afrontamiento en mayor medida utilizadas fueron las centradas en el problema. Tanto el estrés parental como el tipo de afrontamiento guardaron relación con diferentes características sociodemográficas de las usuarias y de sus familias (Pérez, Menéndez, e Hidalgo, 2014).

2.5 Estudios sobre afrontamiento

El afrontamiento es una respuesta que emprenden todas las personas, sin importar si resultan eficaces o no. La información respecto a esta variable permite comprender mejor como afrontan la adversidad las mujeres. En los párrafos siguientes se describen estudios que han abarcado otras variables y poblaciones.

Moral y Martínez (2009) realizaron una investigación con el objetivo de observar el tipo de afrontamiento dominante y el nivel de estrés percibido por padres de menores con diagnóstico de cáncer. Otro objetivo fue determinar las asociaciones entre dichas variables, la edad y género del menor y el tiempo transcurrido desde el diagnóstico. La muestra fue estuvo compuesta por 15 parejas de padres con rango de edad de entre 23 y 49 años, quienes tenían por lo menos un hijo (con menos de 15 años) diagnosticado de cáncer recientemente. Se utilizó Escala de Estrés Percibido de Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983) y el Cuestionario De Afrontamiento Del Estrés, de Sadín y Charot (2003). Se encontró del total de los participantes, 4 de las 15 madres (27%) y 11 de los 15 padres (73%) mostraron niveles altos de estrés. Las mujeres mostraron que

cuanto mayor es el afrontamiento por evitación, hay tendencia a percibir más estrés; y respecto a las estrategias de afrontamiento dominante, utilizaron más la de focalización en la solución del problema, religión y reevaluación positiva.

Según el estudio citado, en los hombres, mayor es el afrontamiento por evitación y menor la reevaluación positiva, se percibe más estrés; y las estrategias de afrontamiento son la focalización en la solución del problema. Las estrategias que se usan moderadamente son la búsqueda de apoyo social en mujeres y la expresión emocional abierta a la agresividad en hombres. La puntuación arroja que en pares, si es mayor el afrontamiento por evitación, menor es la reevaluación positiva de la situación, se acude menos a la religión y se percibe más estrés. Las estrategias a las que estas parejas recurren más son la focalización en la solución del problema y la religión. Existe correlación entre el estrés de las madres y la edad de sus hijos. Las mujeres tienden a usar más que los hombres el afrontamiento focalizado en la solución del problema y la reevaluación positiva y los hombres usan más la evitación que las mujeres. Hay tendencia a un mayor nivel de estrés en el hombre, lo que puede deberse a estresores alternos a la condición e enfermedad de su hijo, como lo es la carga económica de la enfermedad (Moral & Martínez, 2009).

Avilés, Cova, Bustos y García (2014), exponen otra temática asociada al afrontamiento: el crecimiento postraumático, que definen como los procesos positivos de cambio personal y aprendizaje tras experimentar eventos estresantes o dolorosos; estos cambios pueden ser: actuar con mayor empatía, sensibilización ante diversas situaciones, fortalecimiento espiritual, entre otros. Los pensamientos rumiativos en este crecimiento, pueden presentarse de manera voluntaria o de forma intrusiva; y generan cambios en las creencias personales y orientar los procesos del crecimiento postraumático de forma más adaptativa, sin embargo los intrusivos, generalmente son pensamientos que pueden generar consecuencias emocionales perjudiciales. Los autores

mencionan que las estrategias de afrontamiento que han mostrado una relación más sólida con el crecimiento postraumático son la reevaluación positiva y la aceptación y algunos otros como la rumiación, el apoyo social percibido, el sesgo atencional positivo y afrontamientos centrados en la religión, en eliminar el estresor y en solucionar los problemas.

Los autores citados realizaron una investigación con el propósito de identificar las estrategias de afrontamiento a eventos adversos y los estilos rumiativos relacionados con el crecimiento postraumático. La muestra fue de 195 estudiantes universitarios (135 mujeres y 60 hombres) de entre 18 y 41 años, que cumplían con la condición de haber experimentado un evento negativo o extremadamente estresante, que les generara un alto impacto emocional, en un periodo no mayor a 5 años. se aplicaron los instrumentos: (a) Inventario de Crecimiento Postraumático; PTGI, de Tedeschi y Calhoun (1996), (b) Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento; CSQ, de Sandín y Chorot (2003); (c) La Escala de Respuesta Rumiativa; RRS, de Treynor, González y Nolen-Hoeksema (2003) y (d) La Subescala de Rumiación Deliberada del Inventario de Rumiación; RI, desarrollado por Calhoun (2000). Se evidenció una relación significativa del crecimiento postraumático con la reevaluación positiva y la religión, también se mostró relación con la expresión emocional abierta, aunque no de gran intensidad.

Los predictores del crecimiento postraumático expuestos en esta investigación por Avilés, Cova, et al., (2014) son la reevaluación positiva, expresión emocional abierta, afrontamiento por religión y rumiación deliberada. En conclusión es posible confirmar la relación entre la rumiación deliberada y las estrategias de afrontamiento religioso, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social con el crecimiento postraumático. Una confirmación interesante es la relevancia que tiene la religiosidad para muchas personas, así como la búsqueda de apoyo social en la capacidad de extraer aprendizajes de experiencias dolorosas.

Felipe y León (2010) realizaron una investigación donde evidencian la importancia que tiene para la salud mental, el estudio de los estilos y estrategias de afrontamiento ante el estrés. El propósito fue describir las estrategias de afrontamiento utilizadas en situaciones de estrés interpersonal, y conocer las diferencias entre las estrategias utilizadas en el estrés interpersonal y las utilizadas en estrés general. La muestra fue de 162 estudiantes universitarios de diferentes licenciaturas en situación de estrés (125 hombres y 37 mujeres). Los instrumentos utilizados fueron: (a) Cuestionario sociodemográfico. (b) Escalas de Adjetivos Interpersonales de Wiggins (1996) y (c) el Inventario de Estrategias de Afrontamiento de Tobin, Holroyd y Reynolds (1984). La estrategia más utilizada es el apoyo social y después la resolución de problemas, mientras que la menos utilizada es la retirada social seguida de la evitación de problemas. Se encontraron relaciones positivas entre la edad y las estrategias de resolución de problemas y reestructuración cognitiva; a mayor edad, mayor uso de estas estrategias centradas en el problema.

Los autores ya citados, encontraron mayor utilización de estrategias activas centradas en el problema para estrés general, mientras en la situación interpersonal las estrategias más utilizadas fueron las activas centradas en la emoción. En cuanto a la utilización de estrategias activas y pasivas (terciarias), se obtuvieron relaciones positivas entre la utilización de estrategias activas y los estilos interpersonales cálido agradable y gregario extrovertido, en la situación general y el estilo interpersonal gregario extrovertido en la situación interpersonal, de modo concreto, esto expresa que las personas que mostraron perfiles interpersonales extrovertidos (afiliativos), tienden de forma más frecuente a utilizar estrategias de afrontamiento más adaptativas, y personas con perfiles interpersonales introvertidos suelen elegir más frecuentemente estrategias consideradas desadaptativas. Los sujetos modifican sus estrategias de afrontamiento en función de la situación

que atraviesan, pero no se encontraron diferencias entre las estrategias de afrontamiento activas o pasivas, utilizadas por los participantes en la situación de estrés general.

Pérez, et al. (2013) realizaron una investigación con el objetivo de caracterizar la sobrecarga y los estilos de afrontamiento de los cuidadores informales en un centro de salud Cubano. Las autores explican que el cuidador primario es la persona que asume de forma directa la tarea de cuidar al dependiente. La sobrecarga es la valoración o interpretación que hace el cuidador ante estresores derivados del cuidado, que se ve permeado por habilidades del propio cuidador y por tres factores: el impacto del cuidado (efectos de la prestación de servicio que genera repercusiones en la vida de este), factor interpersonal (deterioro en la relación cuidador - paciente) y expectativas de autoeficacia (percepción y creencias que tiene el cuidador sobre su labor o sobre el contexto en el que la realiza). La muestra de la investigación estuvo constituida por 42 adultos, cuidadores informales de pacientes con una dependencia de tipo física, sin remuneración económica y donde se presentara vínculo afectivo entre cuidador y paciente. Se aplicó como instrumentos la entrevista de Carga del Cuidador de Zarit y Zarit (1982) y el cuestionario COPE, para calcular la frecuencia de uso de cada estrategia y la frecuencia de uso de cada tipo de afrontamiento.

El estudio ya citado, muestra que la mitad de la muestra de cuidadores presento sobrecarga (47,62); de este porcentaje, el 90 % de los cuidadores son mujeres. Aquellos cuidadores que laboran por más de 12 horas diarias o que no están capacitados para brindar cuidado presentan mayor sobrecarga. Los tipos y estilos de afrontamiento usados más frecuentemente fueron el tipo conductual activo que implica actividades directamente dirigidas a la minimización del impacto de la sobrecarga (que es utilizado con más frecuencia por los hombres), con estilos como la aceptación, el afrontamiento activo y la reformulación positiva. Los utilizados con menor

frecuentemente fueron el tipo cognitivo pasivo; y los estilos menos utilizados fueron el uso de sustancias y la negación. Como conclusión, las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los cuidadores son las activas dirigidas a resolver los problemas, son las que permiten solucionar las dificultades que se presentan durante el cuidado, independientemente de las variables: sexo, edad, nivel de escolaridad, horas de cuidado y participar en un programa educativo.

Jiménez-Torres, et al. (2012) Realizaron una investigación que perseguía comprobar las relaciones entre edad, estrés percibido, estado de ánimo negativo y estilo de afrontamiento utilizado ante los microestresores cotidianos; analizar diferencias en las estrategias utilizadas en función de género y edad; y conocer en qué medida puede explicarse el estado de ánimo negativo a partir del estrés percibido y del estilo de afrontamiento. La muestra estuvo formada por 510 estudiantes universitarios (402 mujeres y 108 hombres), con una media de edad de 20 años.

Jiménez-Torres y sus colaboradores, utilizaron los instrumentos: (a) Escala de Estrés Percibido de Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983); (b) Inventario de Estrategias de Tobin (1983) que valora las estrategias de afrontamiento en 8 subescalas de 1º orden (1. resolución de problemas, 2. reestructuración cognitiva, 3. contacto social, 4. expresión de emociones, 5. evitación de problemas, 6. pensamientos de esperanza, 7. retractación social y 8. autocrítica), y cuatro subescalas de segundo orden (1. estilo activo centrado en el problema, 2. estilo activo centrado en la emoción, 3. estilo pasivo centrado en el problema y 4. estilo pasivo centrado en la emoción) y 2 factores de tercer orden que comprende estilo activo (resolución de problemas, reestructuración cognitiva, contacto social, expresión de emociones) y estilo pasivo (evitación de problemas, pensamientos de esperanza, retractación social, y autocrítica). Se aplicó también (c) la Forma abreviada de Perfil de Estado de Ánimo de Fuentes, Balaguer, Meliá y García-Merita (1995).

Los resultados del estudio ya citado mostraron que las estrategias de afrontamiento de 1° orden muestran numerosas correlaciones; 1. Resolución de problemas con la expresión de emociones, reestructuración cognitiva, retractación social, evitación de problemas y contacto social. 2. Reestructuración cognitiva con la retractación social, expresión de emociones, evitación de problemas y contacto social. 3. Contacto social con la expresión de emociones, con la retractación social, con pensamientos de esperanza y la autocrítica. 4. Expresión de emociones con retractación social, pensamientos de esperanza, evitación de problemas y la autocrítica. 5. Evitación de problemas con retractación social y pensamientos de esperanza correlacionan con la autocrítica y con la retractación social. Todas las estrategias de 2° y 3° orden están asociadas entre sí (los estilos activos centrado en el problema y en la emoción y estilos pasivos centrados en el problema y en la emoción con el estilo de afrontamiento activo y pasivo).

Las mujeres del estudio utilizaron más contacto social y los hombres la evitación de problemas y el estilo de afrontamiento pasivo. El estado de ánimo negativo mostró correlación positiva con la autocrítica, con los pensamientos de esperanza, con el estilo pasivo, con el estilo pasivo centrado en el problema y en la emoción, con la expresión de emociones y con el estilo activo centrado en la emoción; y puede explicarse, a partir del estrés percibido y, en menor medida, del estilo pasivo de afrontamiento. En conclusión, existe correlación recíproca entre estado de ánimo negativo, estrés percibido, estilo de afrontamiento pasivo centrado en el problema y la emoción y con el estilo de afrontamiento pasivo. Del mismo modo, los altos niveles de estrés percibido aunados a la utilización de un estilo de afrontamiento pasivo tienen alta relación con el estado de ánimo negativo (Jiménez-Torres, et al., 2012).

Mestre, et al. (2012) realizaron una investigación cuyo objetivo principal fue analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y las emociones de los adolescentes para determinar

en qué medida son procesos relacionados con la conducta agresiva, identificando para ello mecanismos de afrontamiento relacionados con emociones positivas (empatía) y con emociones negativas (inestabilidad emocional). La muestra fue de 1.557 adolescentes escolarizados, 818 hombres y 738 mujeres, de entre 12 y 15 años, pertenecen al 1º ciclo de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) en 36 centros educativos seleccionados aleatoriamente en España. Se aplicaron: (a) la Escala de Agresividad Física y Verbal; (b) la Escala de Inestabilidad Emocional de Caprara y Pastorelli (1993); (c) el Índice de empatía para niños y adolescentes validado por Mestre, Pérez, Frías y Samper (1999) y (d) la Escala de Afrontamiento para Adolescentes validada por Pereña y Seisdedos (1997).

Los resultados de las estrategias de afrontamiento del estudio ya citado, puntuaron significativamente en invertir en amigos íntimos y en reducción de la tensión; las más utilizadas por la muestra fueron buscar diversiones relajantes, distracción física, preocuparse, buscar pertenencia, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, concentrarse en resolver el problema, invertir en amigos íntimos y búsqueda de apoyo social. Las estrategias menos utilizadas pertenecen al estilo de afrontamiento improductivo y son acciones como: buscar apoyo espiritual, ignorar el problema, falta de afrontamiento, acción social y reducción de la tensión. La alta agresividad es evidencia también de un afrontamiento improductivo. En función del nivel de agresividad, los autores dividieron los resultados en dos grupos: baja y alta agresividad: los de baja agresividad utilizan más dos estilos de afrontamiento: centrado en la resolución del problema y apoyo social; que incluyen estrategias o mecanismos de afrontamiento como resolver el problema, en esforzarse y tener éxito, en buscar apoyo social, preocuparse y fijarse en lo positivo.

Mestre, et al. (2012) encontraron también que los que puntuaron con mayor agresividad se vinculan un etilo de afrontamiento: el improductivo, que incluye mecanismos tales como con la

falta de afrontamiento, ignorar el problema, reservarlo para sí, o preocuparse por reducir la tensión. En conclusión, primero, se confirma que la inestabilidad emocional se relaciona positivamente con el afrontamiento improductivo y este con la agresividad en ambas edades. La empatía favorece el afrontamiento centrado en la resolución del problema, mientras que la inestabilidad emocional se relaciona positivamente con el afrontamiento improductivo (la falta de empatía favorece un tipo de afrontamiento improductivo).

Cracco y Blanco (2015) estudiaron el estrés familiar y su afrontamiento basándose en el modelo ABC-X formulado por Hill (1958), cuyo punto central es que el factor X es resultado de la interacción de otros factores (A, B, C) en la respuesta familiar al estresor. Realizaron una investigación cuyo fin fue conocer los estresores en las etapas iniciales del ciclo vital familiar e identificar formas de afrontamiento utilizadas por las familias con hijos pequeños contemplando las diferencias asociadas al contexto socioeconómico. La muestra estuvo conformada por 114 familias, que cumplían con la condición de tener hijos de 12 años o menos, pertenecientes a distintos contextos socioeconómicos (medio-alto y bajo). Las madres fueron las representantes de cada familia y quienes contestaron los cuestionarios: fueron 64 madres de hijos en edad preescolar y escolar, residentes en barrios pobres y otras 50, residentes en barrios económicamente favorecidos.

En el estudio de Cracco y Blanco, se aplicaron 3 instrumentos: (a) Cuestionario sociodemográfico, (b) el Family Inventory of Life Events and Changes de McCubbin, Patterson y Wilson que evalúa la acumulación de sucesos vitales experimentados por una familia y (c) el Family Crisis Oriented Personal Evaluation Scales de McCubbin, Olson y Larsen, que identifica las estrategias de afrontamiento utilizadas por las familias frente a las dificultades. Se confirmó que crece el número de los estresores en las familias de contexto de pobreza y aumenta en cantidad

comparado con los de contexto medio-alto. Las familias de contexto socioeconómico medio-alto utilizan más la de apoyo social que las familias de contexto socioeconómico bajo y estas hacen mayor uso de las estrategias de reestructuración y evaluación pasiva. Finalmente se evidenció como factores de vulnerabilidad, la acumulación de estresores y la utilización de evaluación pasiva en las familias con hijos en edad escolar.

Hernández y Gutiérrez (2012), realizaron una investigación cuyo propósito fue identificar los estilos de afrontamiento utilizados por niños de 10 a 13 años, ante eventos estresantes, en el ámbito familiar, escolar y social, así como la percepción que tiene sobre la efectividad de la estrategia utilizada. La muestra se compuso de 251 alumnos (51% niños y 49% niñas) de 10 a 13 años, alumnos de 5° y 6° año de primaria pública. El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Estrés y Afrontamiento de Verduzco (2004) que describe situaciones de tensión escolar, familiar y social; dividido en 3 categorías de respuesta, que se refieren a los 3 estilos de afrontamiento: afrontamiento de control directo (estrategias de control primario), afrontamiento de control indirecto (estrategias de control secundario) y afrontamiento de abandono de control.

Los resultados del estudio ya citado expresan que el 40.3 % de los participantes expreso utilizar un estilo de afrontamiento de abandono de control, un 36 % hace uso del estilo de control directo y el 18.5 % tiene a usar afrontamiento de control indirecto. No se encontró diferencias estadísticamente significativas de relación entre los 3 estilos de afrontamiento y el género, la edad y el grado escolar. En cuanto a las respuestas focalizadas, se encontró que el 38.7% de los alumnos se enfocan el problema y el 17.3% en la emoción, el 19% tiene una respuestas de evitación y el 15.5% toma una actitud de desinterés ante la situación. Únicamente el 5.1% de los menores, ejercen alguna respuesta cognitiva y el 4.4% recurre a otras formas de afrontamiento (sin especificar). Los resultados arrojados, respecto a los cambios de conducta en cada situación, un

79% de los jóvenes puntuaron que el afrontamiento de control directo es un estilo que permite cambiar la situación y un 73% evidenció que éste los hace sentir mejor con efectividad en comparación con el uso de los otros estilos.

En conclusión, los menores mostraron la utilización de los estilos de afrontamiento con la finalidad de resolver el problema o disminuir su impacto, lo que indica que lo perciben como susceptible de cambio y además consideran tener cierto control sobre la situación cada vez que utilizan una estrategia dirigida a solucionar el problema; lo cual es un patrón de afrontamiento adaptativo pues establece un balance entre el manejo directo del problema y el manejo de las emociones que provoca. Finalmente se expuso también que el abandono de control es el estilo de afrontamiento utilizado con mayor frecuencia por los niños de este estudio y el contexto social, escolar y familiar son factores determinantes de estrés, sin embargo, refieren que al utilizar los estilos de afrontamiento de control directo y el enfoque dirigido al problema, sí existe un cambio y que estas acciones sí los hacen sentir mejor (Hernández & Gutiérrez, 2012).

Como se explicó a lo largo de este capítulo, el afrontamiento es una respuesta aprendida que se modifica en función de la experiencia y que se ve impactada por aspecto como los recursos personales; como la personalidad, el estado de ánimo, la fuerza, la inteligencia, las creencias, entre otras; así como aspectos externos o situaciones que se refieren a las condiciones de la propia situación a afrontar y de los recursos con los que se cuenta para modificar el contexto. Estos recursos permiten llevar a cabo estrategias y estilos con mayor o menor eficacia. Muchos de los actos que engloba el afrontamiento, ya sean estilos o estrategias, residen en las mismas acciones aunque son denominados de forma diferente y a pesar de que la teoría los integre o no, muchas de ellas son elegidas de manera personal, según sean los recursos, el contexto y el evento estresante al que cada persona se enfrenta.

Capítulo 3. Planteamiento del problema

3.1 Justificación

El estudio de las habilidades sociales ha evidenciado que éstas son importantes, pues actúan como un agente protector y promotor de la salud y favorecen la adaptación, la aceptación de los otros y el bienestar del sujeto (Del Miguel, 2014). Se ha constatado que la presencia de habilidades sociales minimiza la probabilidad de verse inmerso en problemas de dependencia al alcohol y las drogas, por lo que desarrollar estas habilidades es un aspecto benéfico en el tratamiento (Gonzálvez, Espada, Guillén-Riquelme, & Orgilés, 2014; Velázquez, et al., 2012). También se ha demostrado que las interacciones sociales positivas benefician el autoestima y bienestar personal (García, 2010).

Por otro lado, León et al. (2013), consideran la necesidad dentro del ámbito laboral, comercial y empresarial, de incorporar el entrenamiento en habilidades sociales en programas orientados a la adopción de estrategias de responsabilidad social corporativa por parte de las empresas y ponen en evidencia que la carencia en habilidades sociales es una de las limitaciones para desarrollar mejoras; respaldan la necesidad de promocionar comportamientos sociales en los trabajadores relacionados con las habilidades de comunicación y empatía.

Existen estudios que demuestran que emprender un afrontamiento positivo o racional puede generar beneficios notables en las personas, por ejemplo Macías, et al. (2013) proponen que el afrontamiento familiar puede fortalecer y mantener los recursos de la familia con el fin de protegerla de las demandas de las situaciones estresantes y garantizar un manejo adecuado de su dinámica. Otros autores remarcan la importancia del afrontamiento en situaciones críticas como: padecer alguna enfermedad (Juárez & Landero, 2009; Mera & Ortiz, 2009), el deceso de un familiar (Moral & Martínez, 2009), sufrir abuso sexual (Sarasua, et al., 2013), infertilidad (Barra

& Vaccaro, 2012), entre otros. Mestre, et al. (2012), han evidenciado la importancia de desarrollar conductas de afrontamiento desde la infancia y la adolescencia, pues no hacerlo aumenta el crecimiento de inestabilidad emocional en ese momento y se convierte en un factor de riesgo que se relaciona con agresividad física, verbal y comportamientos antisociales.

Felipe y León (2010), demostraron que el afrontamiento supone un factor determinante para la interacción, relaciones interpersonales y la adecuada adaptación al medio y concluyen que estos factores en conjunto, son determinantes para mantener la salud mental. Carecer de afrontamiento benéfico, como lo mencionan Ardila, et al. (2013), aumenta la probabilidad de que se presenten estados emocionales negativos y psicopatológicos, como angustia, ansiedad y depresión.

El desarrollo de las habilidades sociales y los estilos de afrontamiento en mujeres, son ya un tema abordado, sin embargo, conservan la característica de ser información variable entre una población y otra, así como en situaciones y condiciones diversas. A pesar de que las investigaciones dan cuenta de ello, la mayoría de los estudios se han centrado en mujeres que atraviesan experiencias fuera de la norma, tomando como poblaciones de estudio a mujeres en condiciones médicas complejas como el cáncer, estado de gestación, condición de esterilidad, maternidad, etc.

Sin embargo, hace falta ahondar en condiciones más comunes, que precisamente por ser tan cotidianas han sido hechas de lado y se les ha restado valor de estudio. Retomar el estudio de estas variables en mujeres en condiciones como el desempeño laboral, puede ampliar el panorama respecto a cómo se desenvuelven las mujeres de manera diaria y no sólo ante situaciones de adversidad.

Explorar estas variables puede ser una tarea que documente de manera objetiva la identidad de las mujeres desde el plano psicológico, pues como expresa Sherman (1972), el desenvolvimiento psicológico de la mujer ha sido tratado con descuido hasta épocas recientes, pues lo que se entiende por psicología de la mujer es erróneo; no se ha hecho una organización integrada de la personalidad en las mujeres pues siempre se parte de la comparación entre géneros, donde lo más que se puede decir es que existen diferentes manifestaciones conductuales, de intereses, conducta sexual, adaptación emocional, agresividad, etc.

La importancia de este trabajo radica en las relaciones conceptuales que aún permanecen desconocidas y de las cuales se quiere documentar trabajando desde el plano psicológico, pues la mayor parte de estos estudios son presentados con fines sociales.

Existen muy pocos estudios que integren ambas variables, y tampoco es fácil encontrar investigaciones que integren también la condición laboral. Por ello, los objetivos que direccionan esta investigación son examinar la diferencia en el grado de habilidades sociales y los estilos de afrontamiento en mujeres que trabajan y en mujeres que no trabajan y correlacionar estas variables en ambos grupos.

3.2 Preguntas de investigación

- ¿Existe relación entre la habilidad social y los estilos de afrontamiento en mujeres trabajadoras y no trabajadoras de 23 a 65 años de edad, pertenecientes a localidades conurbadas de Pachuca?
- ¿Existen diferencias entre el grado de habilidad social y los estilos de afrontamiento, expresados entre mujeres trabajadoras y mujeres no trabajadoras de 23 a 65 años de edad, pertenecientes a localidades conurbadas de Pachuca?

3.3 Objetivos

3.3.1 Generales

- Examinar las diferencias en el grado de habilidades sociales y los estilos de afrontamiento en mujeres que trabajan y en mujeres que no trabajan.
- Conocer si hay correlación entre las habilidades sociales y los estilos de afrontamiento en mujeres que trabajan y en mujeres que no trabajan.

3.3.2 Específicos

- Evaluar el grado de habilidad social presente en mujeres trabajadoras.
- Evaluar el grado de habilidad social presente en mujeres no trabajadoras.
- Identificar los estilos de afrontamiento que practican mujeres trabajadoras.
- Identificar los estilos de afrontamiento que practican mujeres no trabajadoras.
- Determinar si el grado de habilidad social guarda relación con los estilos de afrontamiento empleados por mujeres trabajadoras.
- Determinar si el grado de habilidad social guarda relación con los estilos de afrontamiento empleados por mujeres no trabajadoras.
- Comparar las diferencias y asociaciones respecto a las habilidades sociales y estilos de afrontamiento entre ambos grupos.

Capítulo 4. Método

4.1 Participantes

La muestra estuvo constituida por 270 mujeres Hidalguenses, a quienes se dividió en dos grupos: el primero fue de mujeres trabajadoras y el segundo fue de mujeres no trabajadoras; cada uno integrado por 135 mujeres, con edades de entre 23 y 65 años, con una media de edad de 39 años para el primer grupo y de 38 años para el segundo grupo. Para la recolección de datos fueron seleccionadas tres localidades conurbadas: Pachuca (110 mujeres), Mineral de la reforma (80 mujeres) y Pachuquilla (80 mujeres).

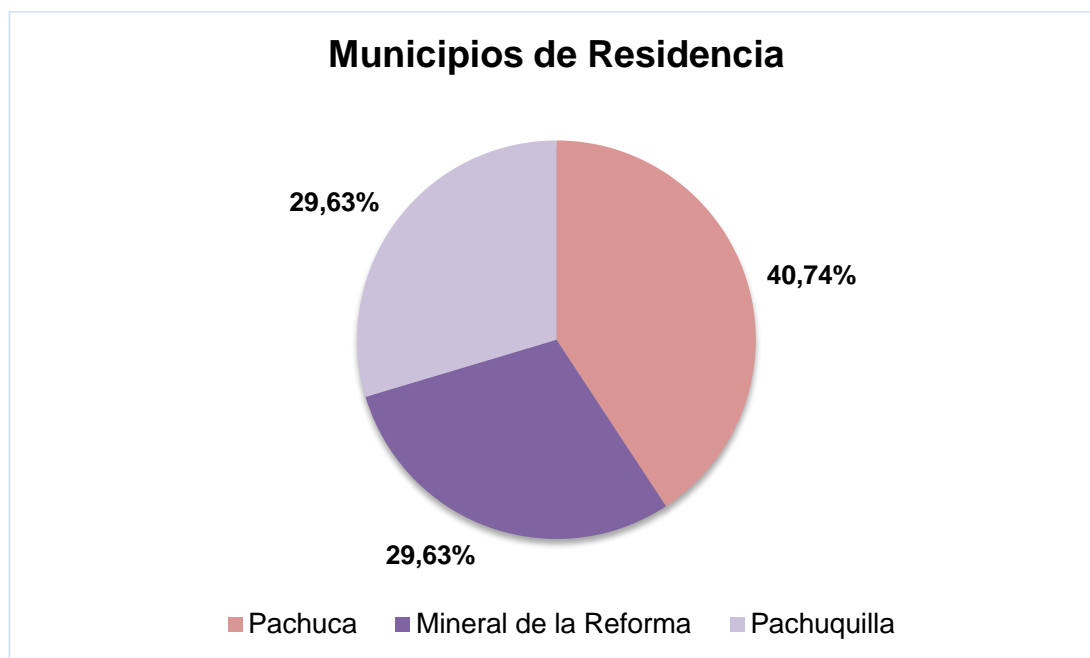


Figura 2. Distribución de porcentajes de residencia por municipio.

Al cubrir la muestra, se cuidó que los grupos de mujeres obtenidos de cada municipio estuvieran compuestos por un 50% de mujeres trabajadoras y un 50% de mujeres no trabajadoras. Dentro de la muestra se encontró que el estado civil al que pertenecieron más mujeres, tanto trabajadoras como no trabajadoras fue el de casadas (con 37.8 % y 37 % respectivamente).

De igual manera, ambos grupos de mujeres refirieron encontrarse solteras (32.6% en trabajadoras y 25.2% en no trabajadoras). Las mujeres no trabajadoras arrojaron pertenencia al estado civil de unión libre (25.2%). Finalmente ambos grupos mostraron bajos porcentajes en relación de noviazgo, viudez, divorcio y alguna otra forma de relación conyugal no especificada.

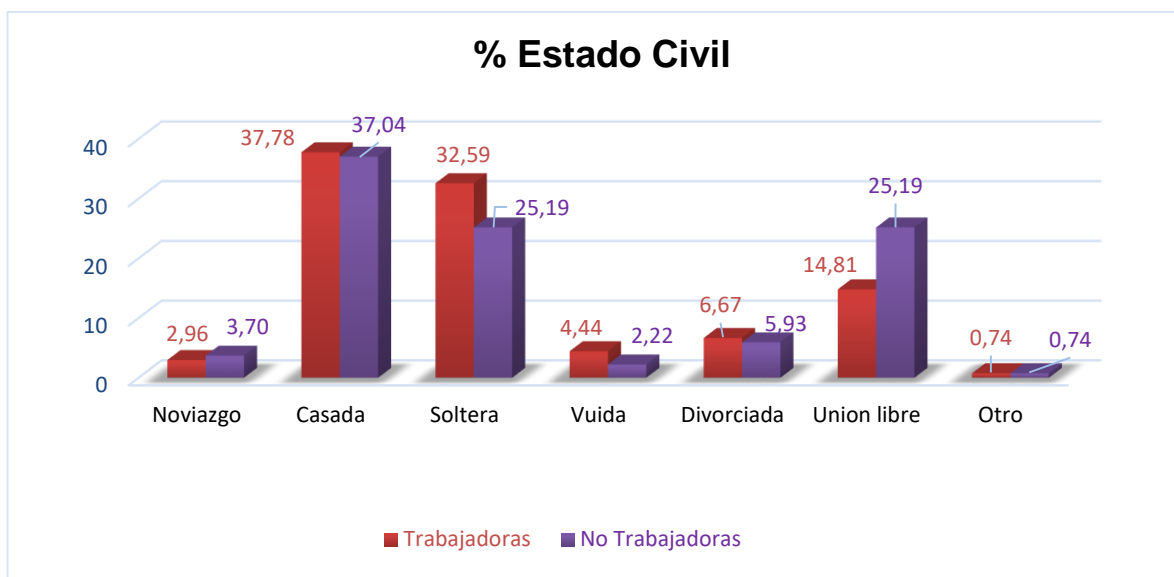


Figura 3. Distribución de porcentajes de estado civil por grupo.

Respecto al grado escolar, del 50% de la muestra que corresponde a mujeres trabajadoras, encontramos que el 25.2% de ellas culminó la universidad, otro 17.8% la comenzó pero no logró terminarla y un 14.1% terminó la preparatoria. El mismo porcentaje de mujeres que terminó la secundaria, fue el que ingreso a la preparatoria, sin embargo no la terminó (11.9%). Del 50% de las mujeres no trabajadoras, la mayoría de ellas alcanzó el grado escolar de preparatoria terminada (30.4%) y universidad incompleta (23.7%), mientras un número menor de ellas pudo terminar la universidad (14.8%) y otro número aún menor ingresó a la preparatoria sin terminarla (11.1%).

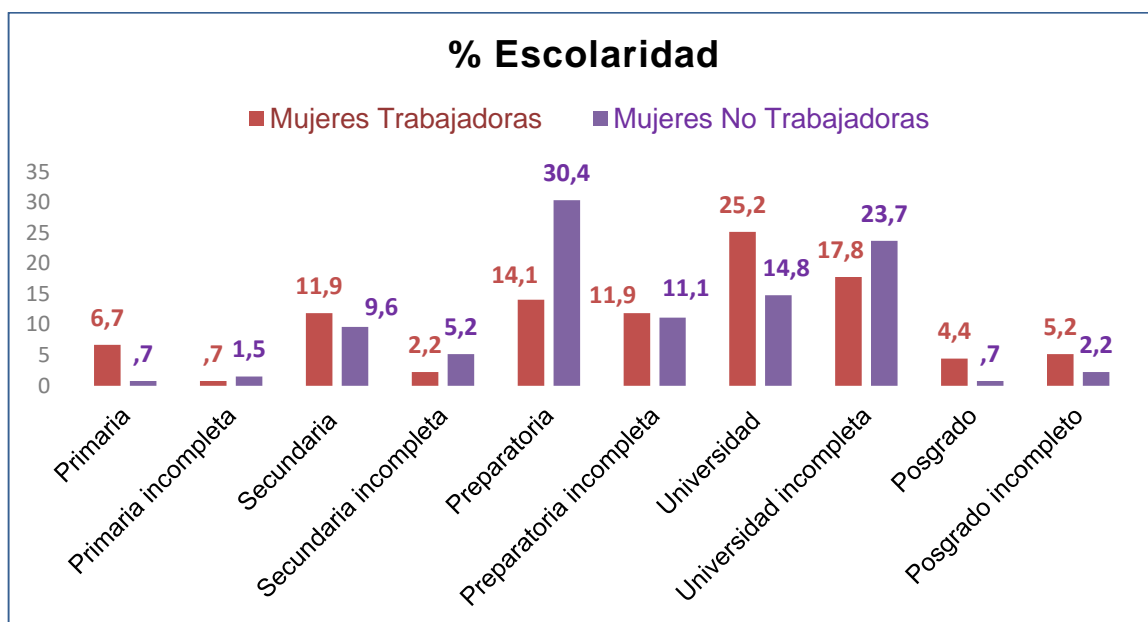


Figura 4. Distribución de porcentajes de escolaridad por grupo.

En cuanto a la ocupación actual, fue posible evidenciar que las mujeres de la muestra se desenvolvían de la siguiente manera: de las mujeres trabajadoras la mayoría de ellas refirió únicamente laboral (42.2%), mientras un número reducido de ellas labora y también estudia (7.8%). De las mujeres no trabajadoras, el 31.1% no realiza ninguna actividad fuera de casa, mientras el 18.9% de ellas, únicamente estudia.

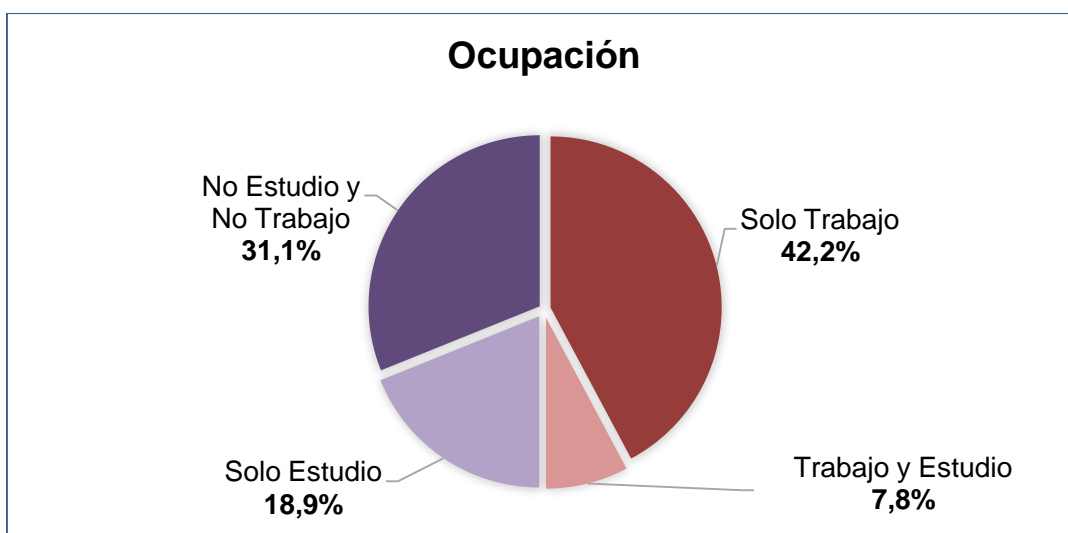


Figura 5. Distribución de porcentajes de ocupación.

Al considerar al grupo de mujeres trabajadoras se contempló a aquellas que reciben un sueldo por las actividades que realizan: el 46.62% de este grupo, laboraran como empleada formal de una empresa o negocio. El 30.43%, labora ejerciendo de forma profesional, mientras el 14.8% realiza actividades comerciales. Finalmente, el 8.14 % realiza un oficio como forma de trabajo asalariado.

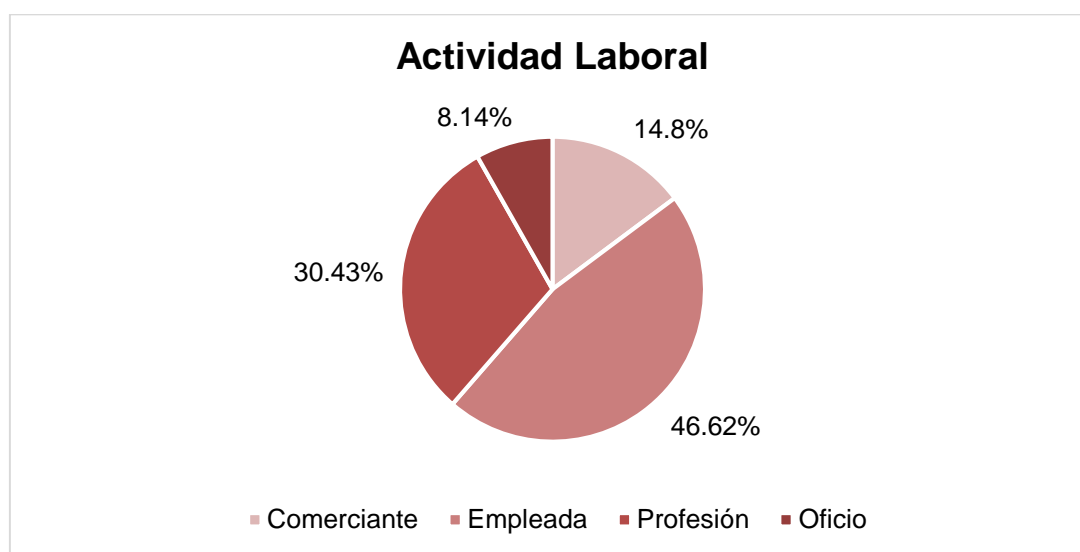


Figura 6. Distribución de porcentajes de actividad laboral, respecto a mujeres trabajadoras.

Al considerar la condición de maternidad, los resultados arrojaron que en el grupo de mujeres trabajadoras, el 65.2% de las participantes son madres, mientras el 34.8% no tuvo hijos. En las participantes no trabajadoras, los resultados mostraron que el 47.4% tuvo hijos, mientras un número mayor (52.5%) de mujeres, no son madres. Como puede apreciarse, este aspecto mostro datos contrastantes entre ambos grupos, al observar que un mayor porcentaje de mujeres trabajadoras si tuvo hijos mientras y en el grupo de mujeres no trabajadoras un porcentaje mucho menor sí los tuvo (con una diferencia de alrededor de 30% de participantes); mientras en ambos grupos se obtienen porcentajes no muy distantes respecto al número de madres que no ejercieron la maternidad (casi 5% de diferencia).

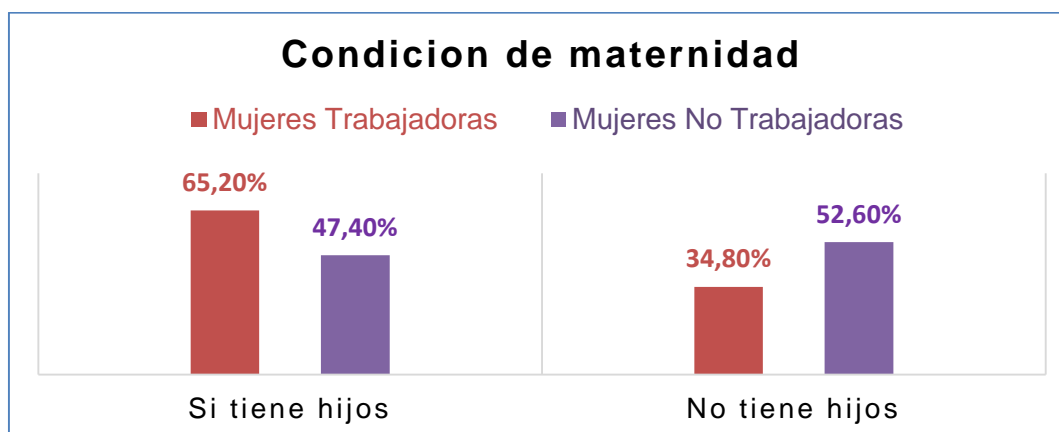


Figura 7. Distribución de porcentajes de condición de maternidad, por grupo.

Se encontró que el 53.6% del total de la muestra sí tuvo hijos, con un rango de entre 1 y 6 hijos: el 23.3% sólo tuvo un hijo, el 20.4% optó por tener dos hijos, el 8.9% tuvo 3 hijos, el 2.6% tuvo 4 hijos y menos del 1% del total tuvo 5 hijos o más. La media de hijos tenidos por mujer es de 1.07.

El resultado concerniente a la responsabilidad económica en la familia, por parte de las mujeres evidenció que el 27.4% de las participantes trabajadoras es totalmente responsable de los gastos del hogar, mientras el 15.6% dijo no hacerse responsable de estos. Finalmente, el 57% del total de mujeres trabajadoras declaró hacerse responsable de los gastos del hogar, de forma parcial.

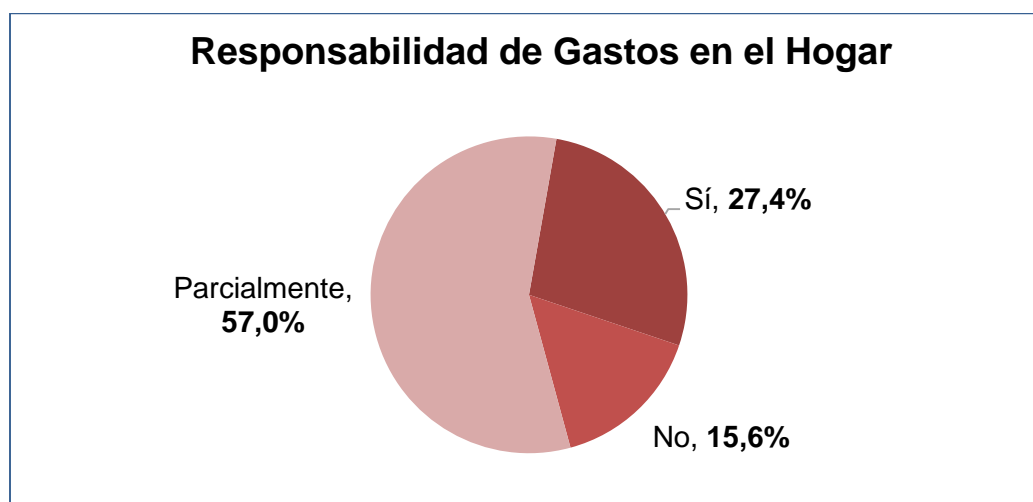


Figura 8. Distribución de porcentajes de gastos en el hogar, de mujeres trabajadoras.

4.2 Hipótesis

4.2.1 De diferencia

Hi₁: Existen diferencias estadísticamente significativas respecto al grado de habilidad social y estilos de afrontamiento, en mujeres trabajadoras y en mujeres no trabajadoras, de las zonas conurbadas de Pachuca.

H0₁: No existen diferencias estadísticamente significativas respecto al grado de habilidad social y estilos de afrontamiento, en mujeres trabajadoras y en mujeres no trabajadoras, de las zonas conurbadas de Pachuca.

4.2.2 De correlación

Hi₁: Existen correlaciones estadísticamente significativas respecto al grado de habilidad social y estilos de afrontamiento, en mujeres trabajadoras y en mujeres no trabajadoras, de las zonas conurbadas de Pachuca.

H0₁: No existen correlaciones estadísticamente significativas respecto al grado de habilidad social y estilos de afrontamiento, en mujeres trabajadoras y en mujeres no trabajadoras, de las zonas conurbadas de Pachuca.

4.3 Variables

4.3.1 Definición conceptual

Habilidad social.

Conjunto de comportamientos emitidos por una persona, dentro de un contexto interpersonal, dirigidos a la expresión de sentimientos, opiniones, aspiraciones o derechos, de un modo adecuado con la situación, en el que se desarrollan determinadas conductas, respetando los comportamientos

de los demás, cuyo objetivo es resolver la problemática inmediata, reduciendo la posibilidad de que presente nuevamente en el futuro (Caballo, 1993).

Estilos de afrontamiento.

Actos que intentan controlar las condiciones adversas del entorno y que disminuyen el grado de perturbación psicofisiológica como respuesta humana para manejar el estrés, conllevan esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Lazarus y Folkman, 1986).

4.3.2 Definición operacional

Habilidades sociales.

Puntaje obtenido en la Escala Multidimensional de Asertividad (EMA), creada y validada por Flores y Diaz-Loving (2004).

Estilos de afrontamiento.

Puntaje obtenido en el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE), creado por Sandín y Chorot (2003) y validado para población mexicana por González y Landero (2007).

4.4 Diseño y Tipo de Estudio

La investigación se realizó con un enfoque cuantitativo. Consideró un alcance *Correlacional*, con un diseño *transeccional*, pues el propósito fue conocer la asociación que existía entre las variables en un único momento. Se trata de un estudio de campo, de tipo *No Experimental*, al no necesitar hacer manipulación de variables. Finalmente, este estudio se implementó desde un matiz comparativo entre grupos (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

4.4.1 Muestreo

Se utilizó un muestreo *no probabilístico* de tipo *intencional por conveniencia*, pues se recolectaron los datos de aquellas mujeres que cumplían con los criterios de inclusión, ya que la selección de participantes depende de las características de la investigación y del proceso de toma de decisiones del investigador y no de la probabilidad.

Criterios de inclusión.

- Edad. Se aceptó como participantes sólo a mujeres que informaron tener entre 23 y 65 años, al ser considerada esta edad como un periodo de productividad laboral.
- Residencia. Esta condición fue un primer filtro para determinar que las mujeres residieran en las tres localidades conurbadas seleccionadas (Pachuca de Soto, Mineral de la Reforma y Pachuquilla).
- Lugar de actividad de Trabajo/Escolar. Se solicitó que las mujeres que trabajaban o estudiaban, realizaran estas actividades dentro del estado,
- Lugar de actividad domestica/Escolar. Se solicitó que las mujeres que no trabajaban o que únicamente estudiaban, realizaran estas actividades dentro del estado.

4.5 Instrumentos

4.5.1 Escala Multidimensional de Asertividad, EMA

Es una escala, creada y validada por Flores y Diaz-loving (2004), que evalúa el tipo de desenvolvimiento dentro de las relaciones interpersonales y sociales que presenta el individuo. Consta de tres formas de dirección respecto al grado de habilidad social:

- Asertividad: es la habilidad del individuo para expresar sus limitaciones, sentimientos, opiniones, deseos, derechos, para dar y recibir alabanzas, hacer peticiones y manejar la crítica, de manera honesta y oportuna, respetándose a sí mismo y respetando estos mismos aspectos en los demás.
- No asertividad: es la inhabilidad del individuo para expresar sus deseos, opiniones, sentimientos, limitaciones, alabanzas, iniciar interacción con otras personas, y manejar la crítica.
- Asertividad indirecta: es la inhabilidad del individuo para tener enfrentamientos directos, cara a cara con otras personas en situaciones cotidianas o de trabajo, obligándolo a expresar sus opiniones, deseos, sentimientos, peticiones, limitaciones personales, realizar peticiones, decir no, dar y recibir alabanzas y manejar la crítica, a través de medios telefónicos, electrónicos, o a través de otras personas.

Está compuesto por 45 afirmaciones que tienen 5 opciones de respuesta tipo Likert (donde 1 corresponde a “totalmente en desacuerdo” y 5 corresponde a “totalmente de acuerdo”). Puede ser aplicada a partir de los 15 años de edad, de forma individual o colectiva y el tiempo de aplicación es de aproximadamente 20 minutos. La validez de la prueba se expresa en un índice $\alpha=.91$; denotando consistencia para todos sus factores que de forma independiente puntuaron con α de entre .80 y .86. Para calificar e interpretar la escala, se obtienen los puntajes crudos que cada subescala arroja. Ese puntaje que cotejado con las tablas de estandarización, y de este modo, arrojar un puntaje T lineal, que permite graficar un perfil y conocer la normalidad de los datos, así como el tipo de interacción social con el que se desenvuelve la persona con mayor frecuencia, y que determina el grado de asertividad con el que se dirige.

4.5.2 Cuestionario de Afrontamiento del Estrés, CAE

Este cuestionario es una medida de autoinforme creado por Sandín y Chorot en 2003, validado en México por González y Landero (2007). Evalúa el afrontamiento del estrés en dos tipos de afrontamiento general denominados factores de primer orden, que son: (a) afrontamiento racional o centrado en el problema y (b) afrontamiento emocional o centrado en la emoción. Dentro de estos dos tipos de afrontamiento, se despliegan siete estilos de afrontamiento, denominados factores de segundo orden.

Los estilos de afrontamiento: Focalización en la solución del problema (que se refiere a todas aquellas acciones que se emprenden con el propósito de resolver la situación conflictiva, tras identificar aquellas situaciones, factores o comportamientos que pueden ser útiles y valorar las consecuencias y alternativas de las que se dispone), Reevaluación positiva (que se refiere a cambiar pensamientos negativos que evocan estados emocionales desagradables, por pensamientos que modifiquen el significado de la situación estresante, como considerar que algo bueno, resultara de esta, que se puede aprender algo de ello, ver el lado positivo de las cosas, entre otras.), Búsqueda de apoyo social (que se refiere a recurrir a familiares, amigos, especialistas, grupos de apoyo u organizaciones que faciliten el afrontamiento o la superación del estrés.) y Religión (que se refiere a los pensamientos y acciones orientados a las creencias religiosas o espirituales, que aminoran estados emocionales desagradables, como ir a la iglesia, rezar, entre otras.), pertenecen a al tipo de afrontamiento racional o centrado en la solución del problema.

Por otro lado, los estilos de afrontamiento: Autofocalización negativa (que se refiere a que las personas centran su atención en aspectos negativos personales, sintiéndose vulnerables, culpables, ineficientes, incluso juzgándose de forma negativa ante la situación conflictiva.), Expresión emocional abierta (estilo en el que las personas tienden a expresar sus emociones,

estados de ánimo u opiniones de forma hostil y agresiva, expresar impulsivamente sentimientos de ira, tristeza, entre otros.) y Evitación (que se refiere a emprender acciones con el fin de aletargar el afrontamiento o evadirlo indefinidamente, empelando acciones como dejar la tarea para después, no pensar en ello, centrar la atención e invertir energía en otras cosas antes que en la situación conflictiva, etc.), pertenecen al tipo de afrontamiento emocional o centrado en la emoción.

Originalmente el instrumento contenía 42 ítems y ha sido validado y reducido a 21 ítems alcanzando un $\alpha = .78$ para los factores de primer orden (Afrontamiento centrado en la solución del problema y afrontamiento centrado en la emoción) y una consistencia interna con valores de entre .64 y .87 en las siete formas de afrontamiento, que en conjunto corresponden a ser los factores de segundo orden con un $\alpha = .71$. El cuestionario puede ser respondido de forma individual o colectiva y es también autoaplicable (González & Landero, 2007). Las respuestas son expresadas en escala tipo Likert que va desde 1 hasta 5 (donde 1 es “nunca” y 5 es “siempre”).

Los resultados arrojan un puntaje crudo por cada estilo y la interpretación expresa que a mayor puntaje, mayor uso de ese estilo de afrontamiento. La forma de revisión es sumando los ítems que forman cada factor; no hay puntos de cohorte, por lo que la interpretación para evaluar el instrumento es que a mayor puntaje por factor mayor es el uso de esa estrategia de afrontamiento.

4.6 Procedimiento

Para la recolección de datos, primero se abordó a las mujeres de forma grupal o individual, explicándoles el propósito de la aplicación de forma general. Se comentó a todas las mujeres, en las distintas aplicaciones que su participación era totalmente voluntaria. Se explicó de igual manera, que podrían abandonar el estudio o dejar de contestar en el momento que lo desearan y que la información era confidencial y sería utilizada sólo con fines de investigación.

Se realizó la aplicación de forma inmediata con las mujeres que aceptaron participar en el estudio y se programaron aplicaciones posteriores para aquellas que no dispusieron de tiempo para responder en ese momento. Se realizó la aplicación de manera individual y grupal (con una media de 15 participante por grupo de aplicación) en diferentes horarios y espacios por conveniencia de las participantes; algunos de estos espacios fueron salones escolares, casas de las participantes, instancias de trabajo de las mismas, entre otras. Durante todos los momentos de aplicación, se dieron las instrucciones de los instrumentos a las participantes y se cuestionó sobre la comprensión de estas, motivándoles a que expresaran cualquier duda sobre ellos. El tiempo de aplicación fue aproximadamente de 30 a 45 minutos.

4.7 Análisis de datos

La captura y el análisis de los datos, se realizó a través del programa estadístico SPSS (Versión 21). Los análisis consideraron estadística descriptiva (media y desviación estándar). Respecto al trabajo de los datos estadísticos inferenciales, se recurrió a las pruebas paramétricas basadas en la distribución muestral, tal es el caso de la prueba t de Student para muestras independientes, cuyo uso permitió conocer diferencias significativas entre variables en ambos grupos; y el Coeficiente de correlación de Pearson para conocer el grado y dirección de correlación entre variables.

Capítulo 5. Resultados

A continuación se explican los resultados estadísticos que evidencian las diferencias y correlaciones encontradas en ambos grupos, así como las comparaciones pertinentes entre estos.

De forma específica, el primer paso que se llevó a cabo para cumplir el objetivo fue conocer el grado de habilidad social presente en mujeres trabajadoras y no trabajadoras a través del instrumento EMA, que está constituido por tres subescalas: asertividad, no asertividad y asertividad indirecta. Los resultados de la comparación de medias del instrumento (Ver Tabla 1) mostraron que el grupo de mujeres trabajadoras puntuó en la subescala de asertividad con una media de 60.52 ($DE=7.012$), similar a la del grupo de mujeres no trabajadoras, quienes obtuvieron una media de 60.69 ($DE=5.423$). Lo anterior expresa que no hay diferencias significativas entre ambos grupos respecto al grado de asertividad. Este resultado expresa que la muestra en su mayoría es capaz de expresar sus deseos y necesidades de forma adecuada y honesta, respetando también las opiniones y deseos de otros, manteniendo relaciones interpersonales sanas. Por otra parte, la escala de no asertividad puntuó más alto para las mujeres trabajadoras ($M = 34.27$, $DE = 9.850$) que para las no trabajadoras ($M = 32.84$, $DE = 6.653$).

Tabla 1

Medias por grupo en el instrumento EMA (habilidad social)

	<i>Trabajadoras</i>		<i>No Trabajadoras</i>		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	
<i>Asertividad</i>	60.52	7.012	60.69	5.423	-.223
<i>No Asertividad</i>	34.27	9.850	32.84	6.653	1.390
<i>Asertividad Indirecta</i>	32.73	8.862	32.39	7.349	.336

El siguiente objetivo específico tuvo por cometido identificar los estilos de afrontamiento que practican mujeres trabajadoras y no trabajadoras, a través del instrumento CAE.

Se realizó la comparación de medias (Ver Tabla 2) en ambos grupos respecto a los factores de primer orden; las medias obtenidas sobre el factor afrontamiento centrado en la emoción (emocional) fueron de 27.28 ($DE=3.810$) para el grupo de mujeres trabajadoras y de 26.19 ($DE=3.377$) para el grupo de mujeres no trabajadoras. Mientras en el factor afrontamiento centrado en la solución del problema (racional) las medias puntuaron en 35.58 ($DE=5.671$) y 36.56 ($DE=4.020$), respectivamente.

La comparación por grupos arrojó diferencias significativas en el afrontamiento centrado en la solución del problema ($t = 2.502, p < .05$) a favor de las mujeres no trabajadoras.

Las medias en ambos grupos expresan que tanto mujeres trabajadoras como no trabajadoras recurren con mayor frecuencia al afrontamiento de tipo racional, sin embargo las mujeres no trabajadoras lo hacen aún más que las trabajadoras. Dentro de ambos grupos, existen también mujeres que tienden al tipo de afrontamiento centrado en la emoción, aunque se trata de medias con menor intensidad.

Tabla 2

Medias por grupo en el instrumento CAE (Afrontamiento: Factores de 1° orden)

<i>Afrontamiento</i>	<i>Trabajadoras</i>		<i>No Trabajadoras</i>		<i>t</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	
Centrado en la solución del problema	35.58	5.671	36.56	4.020	2.502*
Centrado en la emoción	27.28	3.810	26.19	3.377	-1.647

** *Significancia al nivel 0,01 (bilateral).*

* *Significancia al nivel 0,05 (bilateral).*

Respecto a los factores de segundo orden (Ver Tabla 3); las medias obtenidas por el instrumento CAE demuestran que en ambos grupos, los estilos de afrontamiento a los que más tienden las mujeres de la muestra son el de focalización en la solución del problema (de tipo racional) con una media de 11.60 ($DE=2.519$) en mujeres trabajadoras y de 11.81 ($DE=2.017$) en mujeres no trabajadoras; así como también el de autofocalización negativa (de tipo emocional) en el que la media del primer grupo fue de 11.81 ($DE=2.172$) y para el segundo grupo fue de 11.55 ($DE=2.390$).

Estos resultados describen que ambos grupos centran su atención en buscar alternativas de solución para el conflicto, emprendiendo acciones o modificando el ambiente con el fin de cambiar la situación, pero de igual forma describe que la muestra recurre a centrar su atención en aspectos negativos personales, sintiéndose indefensas, culpables, ineficientes, incluso juzgándose de forma negativa ante la situación conflictiva.

Otra diferencia distingue que el grupo de mujeres no trabajadoras recurre con mayor frecuencia a estilos de afrontamiento como la reevaluación positiva del problema ($M = 7.81$, $DE = 2.093$, $t = -3.122$, $p < .01$) que el de mujeres trabajadoras ($M = 6.99$, $DE = 2.194$), lo que expresa que aquellas que trabajan, tienden más a evaluar la situación conflictiva intentando encontrar algo positivo de ella.

Las mujeres trabajadoras, manifestaron utilizar con mayor frecuencia la evitación con una media de 8.47 ($DE=2.346$) mientras las mujeres no trabajadoras puntuaron con una media de 7.99 ($DE=2.271$) sin ser significativa; esto expresa que las mujeres trabajadoras recurren con más frecuencia a volcarse a otras actividades como practicar algún deporte, salir, trabajar más tiempo, etc. con objeto de escapar del problema.

Otro estilo de afrontamiento utilizado con mediana frecuencia por ambos grupos es la búsqueda de apoyo social (de tipo racional) con medias de 10.35 ($DE=2.345$) en el primer grupo y de 10.62 ($DE=2.040$) en el segundo. Esto demuestra que ocasionalmente estas mujeres recurren al apoyo de familiares, amigos o personas especializadas en la situación con el fin de hacer menor el impacto de la situación.

Finalmente la comparación de medias señala que en ambos grupos, los estilos de afrontamiento a los que menos tienden las mujeres de la muestra son la *Religión* (de tipo racional) con una media de 6.64 ($DE=3.222$) para las mujeres trabajadoras y de 6.33 ($DE=2.288$) para las mujeres no trabajadoras, así como la *Expresión emocional abierta* (de tipo emocional) con una media de 6.99 ($DE=2.502$) y 6.64 ($DE=2.238$) respectivamente. Esto evidencia que las mujeres de la muestra tienden a utilizar en menor medida recursos religiosos o espirituales como asistir a la iglesia o rezar y también tienden menos a expresar ira o tristeza de forma constante e inasertiva.

Tabla 3

Medias por grupo en el instrumento CAE (Afrontamiento: Factores de 2° orden)

		<i>Afrontamiento</i>		<i>No</i>		<i>t</i>
		<i>Trabajadoras</i>		<i>Trabajadoras</i>		
<i>Estilos</i>		<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	
Centrados en la solución del problema	Focalización en la solución del problema	11.60	2.519	11.81	2.017	-.747
	Reevaluación positiva	6.99	2.194	7.81	2.093	-3.122**
	Búsqueda de apoyo social	10.35	2.345	10.62	2.040	-1.025
	Religión	6.64	3.222	6.33	2.288	.915
Centrados en la emoción	Expresión emocional abierta	6.99	2.502	6.64	2.238	1.205
	Autofocalización negativa	11.81	2.172	11.55	2.390	.959
	Evitación	8.47	2.346	7.99	2.271	1.713

** *Significancia al nivel 0,01 (bilateral).*

* *Significancia al nivel 0,05 (bilateral).*

El siguiente objetivo específico fue determinar si el grado de habilidad social guarda relación con los estilos de afrontamiento empleados por mujeres trabajadoras y por mujeres no trabajadoras, a través de análisis estadísticos en cada grupo.

Para describir la fuerza de las asociaciones se retomó a Cohen (1988), quien señala que las correlaciones pueden expresarse según tres grados de intensidad: existe un correlación leve entre variables cuando el puntaje r arroja resultados entre .10 y .30; existe correlación de intensidad moderada cuando el puntaje r se encuentra entre .30 y .50; y finalmente, las correlaciones son altas o fuertes cuando el puntaje r se sitúa por encima de .50.

En cuanto a las asociaciones entre la asertividad y los factores de primer orden que expresan los dos tipos de afrontamiento: centrado en la solución del problema y centrado en la emoción (Ver Tabla 4).

En el grupo de mujeres trabajadoras se encontró una leve correlación positiva entre asertividad y afrontamiento centrado en la solución del problema ($r = .184, p < .05$), que significa que mientras mayor es el grado de asertividad en mujeres trabajadoras, mayor es también la frecuencia de uso del afrontamiento centrado en solución del problema.

El grupo de mujeres no trabajadoras, mostró una correlación positiva leve entre la no asertividad y el tipo de afrontamiento centrado en la emoción ($r = .231, p < .01$), y otra asociación positiva y moderada entre asertividad indirecta y este mismo tipo de afrontamiento ($r = .351, p < .01$). Esta correlación expresa que mientras mayor es la presencia de no asertividad y asertividad indirecta en mujeres no trabajadoras, mayor el uso del afrontamiento centrado en la emoción por parte de éstas.

Tabla 4

Coefficientes de correlación de Pearson por grupo, entre Habilidad social (EMA) y Estilos de afrontamiento (CAE: Factores de 1° orden)

Afrontamiento	<i>Trabajadoras</i>		<i>No Trabajadoras</i>	
	<i>Centrado en la emoción</i>	<i>Centrado en la solución del problema</i>	<i>Centrado en la emoción</i>	<i>Centrado en la solución del problema</i>
<i>Asertividad</i>	-.007	.184*	-.128	.055
<i>No Asertividad</i>	.047	-.094	.231**	-.064
<i>Asertividad Indirecta</i>	.122	-.034	.351**	.019

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

A partir de dicho análisis, se explican a continuación los resultados de correlaciones encontradas por grupo partiendo desde los factores de segundo orden del afrontamiento (estilos de afrontamiento). Se retoman primero los resultados del grupo de mujeres trabajadoras y posteriormente del grupo de mujeres no trabajadoras.

Los resultados de las mujeres trabajadoras (Ver Tabla 5) respecto a las asociaciones entre el grado de asertividad, evidenciaron que existe una correlación moderada y positiva entre el uso de la asertividad y la focalización en la solución del problema ($r = .420, p < .01$), y otra relación positiva y de leve intensidad, entre la asertividad y la búsqueda de apoyo social ($r = .231, p < .01$). Se hallaron correlaciones negativas y de baja intensidad entre el uso de asertividad y la expresión emocional abierta ($r = -.187, p < .05$). Esto expresa que las mujeres trabajadoras que tienen mayor asertividad, utilizan menos este estilo; y que a mayor uso de asertividad, mayor es también el uso de búsqueda de apoyo social. En este grupo existen también correlaciones bajas y positivas entre el estilo de no asertividad y la reevaluación positiva ($r = .289, p < .01$), y de no asertividad con expresión emocional abierta ($r = .229, p < .01$).

Mientras que se correlaciona de forma negativa y con intensidad moderada con el estilo focalización en la solución del problema ($r = -.415, p < .01$) y con autofocalización negativa ($r = -.332, p < .01$). Esto expresa que en las mujeres no trabajadoras mientras mayor es el grado de no asertividad, mayor es la utilización del estilo de reevaluación positiva y expresión emocional abierta y menor es la utilización del estilo de focalización en la solución del problema y de autofocalización negativa. En el grupo de mujeres trabajadoras, se encontraron también correlaciones positivas leves entre asertividad indirecta y el estilo reevaluación positiva ($r = .203, p < .05$), así como con la evitación ($r = .237, p < .01$). Hubo correlaciones negativa y bajas entre asertividad indirecta y focalización en la solución del problema ($r = -.271, p < .01$). Esto muestra que en las mujeres trabajadoras mientras mayor es la presencia de asertividad indirecta, mayor es la utilización del estilo de reevaluación positiva y evitación; y menor es la utilización del estilo de focalización en la solución del problema.

Tabla 5

Coefficientes de correlación de Pearson entre Habilidad social (EMA) y Estilos de afrontamiento (CAE: Factores de 2° orden)

<i>Afrontamiento</i>		<i>Trabajadoras</i>			<i>No Trabajadoras</i>		
		<i>Estilos</i>	<i>Asertividad</i>	<i>No Asertividad.</i>	<i>Asertividad indirecta</i>	<i>Asertividad</i>	<i>No Asertividad.</i>
Centrados en el problema	Focalización en la solución del problema	.420**	-.415**	-.271**	.229**	-.258**	-.218*
	Reevaluación positiva	-.154	.289**	.203*	.016	.033	.070
	Búsqueda de apoyo social	.231**	-.106	-.021	.090	-.299**	-.117
	Religión	-.067	.040	.029	-.200*	.351**	.266**
Centrados en la emoción	Expresión emocional abierta	-.187*	.229**	.139	-.338**	.433**	.396**
	Autofocalización negativa	.250	-.332**	-.202*	.284**	-.356**	-.199*
	Evitación	-.043	.139	.237**	-.156	.292**	.340**

** Significancia al nivel 0,01 (bilateral).

* Significancia al nivel 0,05 (bilateral).

Los resultados de las mujeres no trabajadoras (Ver Tabla 5) respecto a las asociaciones entre el grado de asertividad y los factores de segundo orden del afrontamiento (estilos de afrontamiento), exponen que existen correlaciones leves y positivas de la asertividad con el estilo focalización en la solución del problema ($r = .229, p < .01$), y con el estilo de autofocalización negativa ($r = .284, p < .01$).

Al considerar la presencia de no asertividad en mujeres no trabajadoras encontramos correlaciones moderadas y positivas con los estilos religión ($r = .351, p < .01$), expresión emocional abierta ($r = .433, p < .01$), así como una asociación baja y positiva entre la presencia de no asertividad y la evitación ($r = .292, p < .01$). Existen también correlaciones bajas y negativas de la presencia de no asertividad con la focalización en la solución del problema ($r = -.258, p < .01$) y la búsqueda de apoyo social ($r = -.299, p < .01$) y hay asociación moderada entre no asertividad y autofocalización negativa ($r = -.356, p < .01$). Esto expresa que las mujeres no trabajadoras que ejercen el estilo de no asertividad presentan mayor uso del estilo religión, expresión emocional abierta y evitación, y menos el estilo de focalización en la solución del problema, búsqueda de apoyo social y autofocalización negativa.

Finalmente, las mujeres no trabajadoras mostraron correlaciones positivas y leves entre asertividad indirecta y religión ($r = .266, p < .01$), y una asociación moderada y positiva de asertividad indirecta y expresión emocional abierta ($r = .396, p < .01$) así como con evitación ($r = .340, p < .01$). La asertividad indirecta mostró también correlación baja y negativa con focalización en la solución del problema ($r = -.218, p < .05$) y autofocalización negativa ($r = -.199, p < .05$). El empleo de la asertividad indirecta en mujeres no trabajadoras, se asocia con la mayor utilización del estilo religión, expresión emocional abierta y evitación; se asocia también a la menor utilización de la focalización en la solución del problema y autofocalización negativa.

El último de los objetivos específicos planteados en esta investigación, fue comparar las diferencias y similitudes entre ambos grupos. Para ello, primero se declara que las mujeres de la muestra en ambos grupos puntuaron un estilo de dirección asertivo, que se puede entender como alto grado de habilidad social; esto enuncia que tienen la capacidad de expresar sus deseos y necesidades de forma adecuada y honesta, respetando las opiniones y deseos de otros y manteniendo relaciones interpersonales sanas.

Respecto al afrontamiento que emprendieron las mujeres de la muestra, se evidencio que ambos grupos emprenden mayormente el tipo de afrontamiento racional, con una diferencia significativa mínima que favorece a las mujeres no trabajadoras, expresando que estas tienen mayor tendencia al afrontamiento racional.

Al evaluar los estilos de afrontamiento, se encontró que ambos grupos utilizan con mayor frecuencia los estilos de afrontamiento de focalización en la solución del problema y autofocalización negativa, lo que expresa que en ambos grupos las mujeres responden centrando su atención en buscar alternativas de solución para las situaciones que se le presentan, llevando a cabo acciones específicas o modificando el ambiente para así cambiar la situación; de igual forma, la muestra recurre a centrar su atención en aspectos negativos personales, sintiéndose ocasionalmente indefensas, culpables, ineficientes, incluso juzgándose de forma negativa ante la situación conflictiva.

Otro aspecto a destacar es que las mujeres de la muestra evidenciaron hacer menor uso de los estilos de afrontamiento de religión y expresión emocional abierta, lo que significa que en ambos grupos las mujeres tienden menos a realizar acciones como rezar, asistir a la iglesia, entre otras, de igual forma, es poco frecuente que expresen sus emociones, estados emocionales u opiniones de forma agresiva y tienden menos a expresar ira o tristeza.

Este resultado tiene coherencia con el grado de habilidad social documentado por la muestra, pues la presencia de la expresión emocional abierta es incompatible con el alto grado de asertividad en ambos grupos. Se encontró también que los estilos de afrontamiento utilizados con mediana frecuencia por la muestra son: la búsqueda de apoyo social y la evitación, lo que significa que las mujeres de ambos grupos, ocasionalmente recurren a buscar apoyo social de amigos, familiares, especialistas etc., con el objetivo de alcanzar la resolución del problema o aminorar sus efectos.

De forma ocasional, ambos grupos de mujeres, tienden a evadir o evitar hacer frente a las situaciones estresantes o adversas cuando no se creen capaces de solucionarlas; también se expresó el uso ocasional de la reevaluación positiva en ambos grupos, sin embargo este fue el único estilo que tuvo una diferencia significativa favoreciendo a las mujeres no trabajadoras; esto significa que éstas utilizan más la reevaluación positiva que las mujeres trabajadoras, lo que expresa las mujeres que se dedican a labores del hogar o que estudian únicamente, intentan más evaluar la situación conflictiva intentando encontrar algo positivo de ella.

Respecto a las asociaciones encontradas en cada grupo, se expone que en mujeres trabajadoras sí existe una relación leve y positiva entre asertividad y afrontamiento centrado en la solución del problema, que explica que un mayor grado de asertividad en mujeres trabajadoras, evoca mayor uso del afrontamiento centrado en solución del problema.

En mujeres no trabajadoras, mientras mayor es la presencia de no asertividad y asertividad indirecta, mayor es la tendencia de afrontamiento centrado en la emoción. Esto quiere decir que en ambos grupos, mientras mayor es el grado de asertividad, más tienden las mujeres al afrontamiento racional, centrado en la solución del problema.

Al considerar específicamente las asociaciones encontradas entre el grado de asertividad y los estilos de afrontamiento: en mujeres tanto trabajadoras como no trabajadoras, se encontró que mientras mayor grado de asertividad, mayor es el uso del estilo de focalización en la solución del problema.

En cuanto al grado de habilidad social y el estilo de afrontamiento reevaluación positiva, sólo se encontraron correlaciones significativas en el grupo de mujeres trabajadoras, que expresan que mientras mayor es el uso de no asertividad y asertividad indirecta, mayor es el uso de la reevaluación positiva; esta acción puede ser una respuesta de las mujeres de poca asertividad para equilibrar o lograr enfrentar el problema de forma más saludable.

Al considerar el estilo de afrontamiento búsqueda de apoyo social se encontró una correlación similar en ambos grupos: en mujeres trabajadoras se encontró que mientras mayor es el uso de este estilo, mayor es también el grado de asertividad, mientras que en mujeres no trabajadoras, mientras mayor es la búsqueda de apoyo social, menor es la presencia de no asertividad, que en forma resumida significa mientras mayor es la búsqueda de apoyo social más asertivas son las mujeres en ambos grupos.

Al relacionar el estilo de afrontamiento religión y el grado competencia social, no se encontraron correlaciones significativas en el grupo de mujeres trabajadoras. Mientras en el grupo de mujeres no trabajadoras se encontró que mientras mayor es el grado de asertividad, menor es la recurrencia a la religión como forma de afrontamiento y de forma inversa, un menor grado de asertividad, genera mayor recurrencia a la religión. Al comparar el estilo de afrontamiento expresión emocional abierta, encontramos correlaciones similares en ambos grupos, que expresan que un mayor uso de este estilo de este estilo genera menor grado de asertividad y de forma inversa, mientras menor es el grado de asertividad, mayor uso de expresión emocional abierta.

Respecto a la autofocalización negativa encontramos también correlaciones en ambos grupos. En el de mujeres trabajadoras expresan que mientras mayor es el uso de este estilo de afrontamiento, menor es el grado de asertividad; de forma inversa, en las mujeres no trabajadoras se encontró una correlación positiva que explica que mientras mayor es el uso de este estilo, mayor es también el grado de asertividad. Finalmente, al considerar el estilo de afrontamiento de evitación en correlación con el grado de habilidad social, se encontró un resultado similar en ambos grupos que expresa que mientras menor es el grado de habilidad social, mayor es el uso de este estilo.

Capítulo 6. Discusión y conclusiones

Los objetivos que dirigieron esta investigación fueron examinar la diferencia en el grado de habilidades sociales y los estilos de afrontamiento en mujeres que trabajan y en mujeres que no trabajan y correlacionar estas variables en ambos grupos. Se comprobó la hipótesis alterna de diferencia planteada en esta investigación, que postulaba que sí existen diferencias estadísticamente significativas entre el grado de habilidad social y estilos de afrontamiento, en mujeres trabajadoras y en mujeres no trabajadoras, de las zonas conurbadas de Pachuca. Se encontraron similitudes en ambas variables: primero en el grado de habilidad social, las mujeres de ambos grupos mostraron alta competencia social. Después, se evidenciaron resultados similares en ambos grupos respecto al mayor uso de los estilos de focalización en la solución del problema y autofocalización negativa; el apoyo social y la evitación que se utilizaron en mediana frecuencia y finalmente, el estilo de religión y expresión emocional abierta, que se utilizaron mínimamente.

Las diferencias entre ambos grupos, mostraron que existe mayor afrontamiento centrado en la solución del problema, en mujeres no trabajadoras, lo que significa que estas tienen más tendencia al afrontamiento racional que las mujeres trabajadoras. De manera similar, el estilo de reevaluación positiva, mostró también diferencia significativa favoreciendo de igual forma al grupo de participantes no trabajadoras, lo que significa que éstas, que se dedican a actividades del hogar o que estudian únicamente, utilizan más éste estilo que las mujeres que trabajan formalmente. Estos resultados coinciden con lo encontrado en otros estudios de habilidades sociales: Garaigordobil y Durá (2006) encontraron que las mujeres muestran altas puntuaciones en competencia social, adaptación y actuación prosocial. Reportan también puntajes en cooperación, habilidades sociales, adaptación a los cambios, disposición a nuevas tareas y trabajo en equipo.

Muñoz, Jiménez y Moreno (2008) sostienen que las mujeres emplean más estrategias para resolver situaciones conflictivas, mayor competencia social y conductas sociales positivas con o sin motivación altruista. Puede parecer incongruente que ambos grupos de mujeres en la muestra, se desenvuelvan con asertividad asertivas y al mismo tiempo emprendan frecuentemente el estilo de afrontamiento de autofocalización negativa, pues en este estilo las personas se centran en aspectos negativos de sí mismas, juzgándose y culpándose del conflicto que atraviesan y como consecuencia se ven envueltas en estados emocionales negativos que pueden aletargar el afrontamiento y sesgar su desenvolvimiento social. En esta muestra, es posible considerar que las mujeres que atraviesan por un problema y emprenden la autofocalización negativa, pueden experimentar sensaciones de responsabilidad y culpa sobre la situación y por tanto, buscan orientarse a solucionar el problema; esta característica permite considerar que el afrontamiento es impactado por la formación que recibimos desde la infancia dentro de nuestra cultura.

Según Cruz, Rivera, Díaz y Taracena (2013), la culpa y la responsabilidad son características culturales adjudicadas a las mujeres que han propiciado juicios negativos sobre ellas durante décadas y han evocado que ellas mismas se califiquen de forma despectiva. Los resultados obtenidos en este trabajo sobre de la variable de afrontamiento coinciden con lo mencionado en otros estudios: Delgado, Espejo, Moreno y Domínguez (2015) realizaron un estudio en hombres y mujeres en condición de empleo y desempleo, los resultados de las mujeres mostraron que estas utilizaban más la resolución de problemas, el apoyo social y reestructuración cognitiva sin importar si estaban en condición de empleo o desempleo. De forma contrastante, en esa población se encontró mayor expresión emocional abierta y mayor evitación; índices que contrariamente, en esta investigación se mantuvieron con muy baja frecuencia de uso.

Estas variaciones pueden deberse al cambio cultural y sociodemográfico que hay entre ambas muestras, pues el estudio de estos autores es de origen español, además cabe considerar el grado de habilidad social que interviene en este estudio y que se desconoce en la población española. Sadín y Charot (2003), encontraron que las mujeres obtenían valores significativamente altos en las formas de afrontamiento centradas en la búsqueda de apoyo social, la religión, la solución del problema, y la reevaluación positiva. Por otro lado, estudios respecto a poblaciones que no trabajan formalmente pero que se dedican al cuidado de algún familiar o incluso de los hijos (Gálvez, Saucedo, Calderón, Pacheco, Carmona, & García, 2014; Pérez, Rodríguez, Herrera, García, Echemendía, & Chang, 2013); evidenciaron que estas personas se ven envueltas constantemente en situaciones de estrés, lo que impacta su salud y genera deterioro físico y mental.

Estos efectos son apreciables en muchas mujeres cuya actividad principal es dedicarse al hogar (cuidar de los hijos, responsabilizarse por el estado óptimo de la casa, así como de la alimentación y la salud de todos los integrantes). Los autores ya citados mencionan perfiles de afrontamiento similares a los encontrados en este estudio, donde las mujeres movilizan un amplio grupo de recursos emocionales con el fin de lograr un afrontamiento saludable; cuando no consiguen adaptarse a las exigencias de la situación, emplean estilos y estrategias emocionales como la expresión emocional abierta y la evitación, así como sentimientos de tristeza, culpa, y soledad. Por otra parte, coinciden los resultados con este estudio que expresan que las mujeres que logran la adaptación, utilizan estilos y estrategias de afrontamiento racionales como la reevaluación positiva y la búsqueda de apoyo social. En acuerdo, Tamres, Janicki y Helgeson (2002) encontraron que las mujeres emplean en general, la mayoría de los estilos de afrontamiento y con mayor frecuencia que los varones.

Otro resultado congruente con esta investigación respecto al grupo de mujeres trabajadoras y no trabajadoras que estudian, abordado por Cabanach, Fariña, Freire, González y Ferradás (2013), quienes encontraron que las mujeres puntuaron frecuente recurrencia al estilo de apoyo social. De forma similar, Stöber (2004) encontró dentro de sus resultados, que las mujeres estudiantes presentaron mayor búsqueda de apoyo social y orientación a la tarea (o a la solución del problema). Por su parte, Heredia, Piemontesi, Furlan y Pérez (2008) realizaron una investigación en la que encontraron también que las mujeres presentan mayor búsqueda de apoyo social y orientación a la resolución de la tarea o del problema.

Al considerar las suposiciones de correlación planteadas, se comprobó la hipótesis alterna que afirma que sí que existen correlaciones estadísticamente significativas sobre el grado de habilidad social y estilos de afrontamiento, en mujeres trabajadoras y en mujeres no trabajadoras. Cabe mencionar que todas las correlaciones fueron de baja y media intensidad y también hubo asociaciones positivas y negativas; aunque no se encontraron relaciones de alta intensidad, sí se puede documentar correlación entre ambas variables en ambos grupos.

Dentro de los resultados, aquellas relaciones moderadas resultan ser las más importantes de este estudio; en el grupo de mujeres trabajadoras se dieron entre asertividad y focalización en la solución del problema (positiva) y entre no asertividad con focalización en la solución del problema (negativas) y autofocalización negativa (negativa). En el grupo de mujeres no trabajadoras estas asociaciones moderadas sucedieron entre no asertividad con expresión emocional abierta (positiva), con religión (positiva) y autofocalización negativa (relación negativa). Así como entre asertividad indirecta con evitación (positiva) y con expresión emocional abierta (positiva).

Identificar las correlaciones presentes en cada grupo permite hacer un análisis comparativo de las diferencias entre mujeres trabajadoras y mujeres no trabajadoras, por ejemplo: la autofocalización negativa expresa resultados diferentes en ambos grupos, pues para mujeres trabajadoras, utilizar este estilo se relaciona con menor asertividad y para mujeres no trabajadoras, utilizar este estilo evoca mayor asertividad. Lo mismo sucede con el estilo de reevaluación positiva, que únicamente expresa relación en mujeres trabajadoras, que revela que mientras mayor es el uso de no asertividad y asertividad indirecta, mayor es el uso de la reevaluación positiva. Esto significa que las mujeres que tienen poca asertividad, se ven en la necesidad de recurrir a cambiar su percepción de las cosas por otra más alentadora. Respecto al estilo religión, sólo se encontraron correlaciones significativas en el grupo de mujeres no trabajadoras, que expresa que en este grupo, mientras menor es el grado de asertividad, mayor es la recurrencia a la religión.

Existen estudios que mencionan relaciones entre características y recursos personales asociados al alto grado de habilidad social así como al afrontamiento adaptativo, por ejemplo, Urdaneta y Morales (2013) expresan que el alto grado de habilidad social se relaciona con la inteligencia emocional, de modo que así las personas logran relaciones sociales eficaces a nivel académico y personal. Oyarzun, et al. (2012) encontraron que las alto grado de habilidades sociales se asocian con el alto rendimiento académico en mujeres y estos su vez, se relacionan con la calidad de las relaciones interpersonales. Eceiza, et al. (2008) encontraron que un mayor grado de habilidad social se relaciona con la dirección positiva de los pensamientos y de forma inversa, un menor grado de habilidad social se asocia a pensamientos negativos. Mohd, et al. (2014), encontraron que el alto grado de asertividad se asocia con la empatía. Gaeta y Galvanovskis (2009), encontraron relación entre alta asertividad y autoestima, así como entre la baja asertividad y la agresividad.

Al considerar el afrontamiento, encontramos a Mestre, et al. (2012), quienes argumentan que la empatía favorece el afrontamiento centrado en la resolución del problema, mientras que la inestabilidad emocional se relaciona positivamente con el afrontamiento improductivo. Las personas que tienen como recurso personal un alto grado de asertividad tienden a un afrontamiento más benéfico. Existen resultados que coinciden con esta aseveración y exponen correlaciones positivas entre el grado de habilidad social y un afrontamiento más adaptativo, como Sartori y López (2016) quienes encontraron que las habilidades sociales promueven en la persona el empleo de estrategias adecuadas para la resolución de problemas de la vida cotidiana, lo que puede ser entendido como formas de afrontamiento adaptativas. Éste estudio evidenció que a mayor uso de estilos de afrontamiento racional, mayor es también el grado de competencia social.

Las relaciones encontradas en las mujeres de ambos grupos, expresaron altos puntajes de asertividad y de forma paralela también manifestaron ejercer un estilo de afrontamiento focalizado en la solución del problema (afrontamiento racional); se puede explicar que estas dos variables se influyen una sobre la otra, pues se observa que el alto grado de asertividad, evoca mayor tendencia a la solución del problema, lo que significa que el afrontamiento racional se da a consecuencia de la alta competencia social de la muestra. En acuerdo con los resultados de este estudio, así como de las investigaciones mencionadas en párrafos anteriores, se cita a Di-Collredo, Aparicio y Moreno (2007):

Las habilidades sociales constituyen un importante recurso de afrontamiento debido al importante papel de la actividad social en la adaptación humana. Estas habilidades se refieren a la capacidad de comunicarse y de actuar con los demás en una forma socialmente adecuada y efectiva. Este tipo de habilidades facilitan la resolución de los problemas en coordinación con otras personas, aumentan la capacidad de atraer su

cooperación o apoyo y, en general, aportan al individuo un control más amplio sobre las interacciones sociales (pp. 139).

Al respecto, Contini, Lacunza y Esterkind (2013) explican que el ser humano ensaya y aprende a relacionarse socialmente con otras personas, esto a través de las interacciones sociales y con el ambiente en el que crece; esta interacción determina que el sujeto responda ante una situación de una forma o de otra. Las alternativas de respuesta que considere una persona se verán impactadas por las enseñanzas sociales que le sean moldeadas, es decir, por aquellas respuestas que dicte su cultura, su condición económica, su nivel educativo, así como aquellos comportamientos que los padres determinen necesario enseñar, entre otros aspectos.

Lo mencionado por Di-Colloredo, et al. (2007) y por Contini, et al. (2013), permite entender y justificar que ambos grupos de mujeres en esta muestra, expresaran altos índices de habilidad social, pues si bien es cierto que la condición laboral puede impactarlas, no significa que de ello dependa su competencia social. Las mujeres que trabajan institucionalmente o de forma asalariada, son sometidas en su mayoría, a contextos laborales, e interactúan con compañeros, jefes, personas que recurren a su servicio, entre otros; esto puede llevar a pensar que este grupo es más competente socialmente, sin embargo, esta es una verdad parcial, pues aunque sí influye puede influir su condición laboral, no determina el desenvolvimiento social por completo.

Por otro lado, se puede pensar que las mujeres que no trabajan tienen menor grado de habilidad social al verse sometidas al hogar en tiempo completo, pero esta actividad no las deja fuera de la participación social, pues ellas igual ponen en práctica y perfeccionan su habilidad social; como menciona Sánchez-Mejorada (1996), las mujeres siguen ligadas a las dimensiones de lo público; aunque se crea que las mujeres sólo se dedican al trabajo doméstico, no quedan aisladas, por el contrario, socializan en diferentes formas y momentos y su labor hogareña transcurre en ir

y venir del hogar a las diferentes instituciones que impactan su labor como las tiendas comerciales, escuelas, puntos de reunión familiar, entre otros. Lo propuesto por la autora permite comprender la similitud en cuanto a la competencia social de ambos grupos de mujeres en esta investigación.

Entre algunas otras cosas a considerar dentro de este estudio, se evidencia que mujeres trabajadoras y no trabajadoras, recurrieron a ambos tipos de afrontamiento: racional y emocional, esto se debe precisamente a la característica transaccional del afrontamiento ya mencionada con antelación por Lazarus y Folkman (1986), respecto a que las respuestas de afrontamiento pueden variar a través de los diferentes contextos y cambiar dependiendo de condiciones externas y de las habilidades interpersonales de sujeto; y en efecto, en este estudio las condiciones, contextos y recursos personales de las mujeres de la muestra pueden ser muy variados, en acuerdo con las experiencias que atraviesan: maternidad, matrimonio, condición laboral, grado escolar o profesional, edad, condición económica, entre otros, por lo que para estas mujeres, las estrategias y estilos afrontamiento efectivas en una situación, pueden no serlo en otras, por eso tienen a hacer uso de diferentes estilos y estrategias de afrontamiento, dependiendo la situación y el contexto en el que se encuentren inmersas en ese momento.

Al considerar la sugerencia de los autores de no juzgar el tipo y los estilos de afrontamiento como adaptativos o desadaptativos, en este estudio se concluyó que aunque en efecto, se trata de situaciones personales en las que el sujeto actúa de forma determinada considerando los recursos internos o externos con los que cuenta, es complejo dejar de lado esta denotación, pues es de utilidad para definir las respuestas que están dentro o fuera de la norma en diferentes contextos y culturas, cuando se hace frente a una situación; por ejemplo, emprender el estilo de expresión emocional abierta es conflictivo en cualquier cultura y contexto, pues demostrar abiertamente la ira, el enojo, hacer críticas negativas hacia el medio o las personas que lo integran, entre otros., es

una situación que genera conflictos en cualquier contexto y por lo general es considerado desadaptativo en cualquier situación. Por otro lado, al considerar la evitación, podemos entender que es un estilo de tipo emocional, evaluado según la frecuencia de uso y la situación en la que se emprende, determina la factibilidad de ejercerlo y de considerarlo desadaptativo o adaptativo.

Como se muestra en párrafos anteriores, existen estudios que concuerdan con los resultados de esta investigación, como algunos otros que los contrastan, sin embargo, cabe señalar otras conclusiones que permiten conocer de manera más amplia las características de ambos grupos de mujeres en este trabajo, relacionadas con aspectos sociodemográficos.

Primero, se distinguió que la mayoría de las mujeres que trabajan alcanzaron un mayor grado escolar al llegar a la licenciatura (completa o incompleta) pues esta situación puede ser una de las condiciones que las hace pertenecientes al grupo de trabajadoras, ya que tener un mayor grado escolar, hace más accesible conseguir un trabajo. Los resultados mostraron también que el mayor grado de estudio alcanzado por la mayoría de mujeres no trabajadoras fue la preparatoria culminada. Considerar la condición de ambos grupos respecto a la escolaridad conlleva a reflexionar si este aspecto funge como limitante para muchas mujeres para encontrar un trabajo que solviente sus necesidades personales y por tanto se rezague su desenvolvimiento económico y laboral.

De manera similar, la condición de maternidad, en mujeres trabajadoras, permite repensar si este hecho es el móvil por el cual las mujeres se encuentran laborando, pues al tener una responsabilidad de este tipo, en muchos casos se hace presente la necesidad de aportar económicamente para el sustento de los hijos. Otro aspecto a considerar es el alto porcentaje de mujeres que no trabajan y que tampoco tienen hijos (52.60 %), que explícitamente en esta investigación puede deberse a que la mayoría son mujeres jóvenes; muchas de ellas se encuentran

estudiando y en estado de soltería y/o matrimonio; en el primer caso, se puede pensar que sus finanzas pueden estar sustentadas por padres o algún otro familiar así como en apoyo con becas; mientras que en el segundo caso, su condición de matrimonio muchas veces no les exige trabajar al tener sustento económico completo por parte del marido.

Al referir la condición laboral como eje del que parte esta investigación, se cuestionó respecto a la aportación económica de cada mujer en los gastos del hogar. Aquellas que informaron laborar, puntuaron algún grado de responsabilidad económica dentro de su hogar.

En el grupo de participantes trabajadoras, la mayoría de estas mujeres tiene hijos (65.20 %) mientras en el grupo de participantes no trabajadoras, un número mayor de éstas no tiene hijos (34.80 %). Los resultados permiten debatir si la condición de ser madres es la que motiva a tener un trabajo formal para apoyar al sostén económico de la casa o hacerse cargo de él en su totalidad. Retomando el estado civil, los porcentajes más altos de las mujeres trabajadoras demostraron que estas son casadas y solteras (37.78 % y 32.59 % respectivamente), lo que permite pensar que el porcentaje de mujeres que es responsable de los gastos del hogar, lo hace al encontrarse en estado civil de soltería y tener que responder por sus propios gastos o los de sus hijos si son madres; y por otro lado, es amplio el porcentaje de mujeres trabajadoras que comparten el gasto del hogar (57%) lo que puede deberse a que se encuentran casadas o en unión libre y comparten los gastos por otro lado, asumen la responsabilidad completa (27.4 %).

Aunque exponer los datos sociodemográficos no fue el objetivo principal de este trabajo, es necesario explicarlos pues constituyen una variable que impacta en la actuación de las mujeres en el ámbito laboral, incluso muchos aspectos de tipo sociodemográficos han reforzado y mantenido las condiciones precarias de trabajo para las mujeres asalariadas y amas de casa, lo que permite ver que la ansiada participación de la mujer en las actividades económicas remuneradas

tuvo un costo bastante alto para ellas, al tener que realizar la doble jornada (Román, 2013; Orozco, 2015; Aguiar & Gutiérrez, 2015), primeramente, realizando una jornada laboral formal, y porterilmente laborando también en actividades del hogar, así como ver por los hijos, la limpieza doméstica, entre otras. En acuerdo, Enciso (1999) explica que el trabajo de las mujeres mexicanas se caracteriza por tener menor capacitación, remuneración y valoración social.

La autora citada remarca que es necesario considerar que las mujeres en nuestra cultura ejercen una doble jornada laboral, en la que además de trabajar de forma institucional o formal, la mayor parte de los casos, emprende también un sinnúmero de actividades en el hogar después del horario de la actividad asalariada. Y por otro lado, las mujeres que no tienen un empleo asalariado ejercen las responsables del trabajo doméstico por tiempo indefinido, realizando actividades a lo largo de todo el día; que requieren de energía humana y varían en cuanto a su complejidad. De igual forma, García (2010) expresa que la conducta social puede estar influenciada por aspectos como el contexto sociocultural, la edad, el sexo, nivel educativo, entre otros. La interacción dependerá del objetivo de la misma y la presencia de cualquier habilidad en cualquier situación está determinada por la relación de factores ambientales y variables personales. En acuerdo, Domínguez, et al. (2015) mencionan otros aspectos de impacto como lo son la provincia, el tipo de escuela, estructura familiar, entre otros.

Moreno (2014) argumenta que el sexo, la edad, la clase social, el estado civil, el origen geográfico, la condición migratoria, entre otros, son variables que impactan la trayectoria laboral de las mujeres; por ejemplo, el género y el lugar de procedencia influyen en las desigualdades salariales que perjudican a las mujeres. Se puede ver qué aspectos como el sexo, son vinculados a la jornada laboral, pues el tiempo de trabajo parcial se mantiene como una característica del empleo femenino así como la contratación temporal y finalmente el menor salario, lo que genera mayor

inestabilidad laboral. En acuerdo con la autora, mientras mayor es La escolaridad, mayor es también la cantidad de días trabajados. Otro ejemplo de variables de impacto en la condición de trabajo de las mujeres es el estado civil, pues muchas de ellas, como es el caso de mujeres solteras, divorciadas, viudas, o incluso casadas, que además son madres, han optado por trabajar para compensar el salario familiar o incluso personal pues las crisis económicas han reducido el empleo y lo han hecho más precario el trabajo, empeorando las condiciones labores para las mujeres.

Por otro lado, Garcés, et al. (2012) consideran que las diferentes condiciones en las cuales viven las personas tienen también alto impacto en la forma que afrontan el mundo y como socializan dentro de él, un ejemplo de estas condiciones es la pobreza, que puede actuar como un agente que limite el desenvolvimiento social así como otras esferas de la vida. Los autores expresan que elementos estresantes asociados, hacen que el repertorio de competencias sociales se desarrolle como válidas sólo en el contexto inmediato pero inadecuado para otros contextos. Además, otros factores que pueden actuar como predictores del desarrollo adecuado de estas competencias sociales son los personales y ambientales, a los que se ve envuelto el sujeto desde edades tempranas. Isaza y Henao (2012), argumentan que familia juega un papel esencial en el tipo de relaciones que se establecen desde la infancia, principalmente acciones educadoras de padres, madres y adultos significativos y su relación con el desarrollo de las dimensiones social, emocional, cognitiva, comunicativa, moral y corporal.

De manera paralela, existen autores que afirman que otros aspectos contextuales y situacionales permean el desenvolvimiento social de las mujeres así como el afrontamiento que emprenden; Broussard, Joseph y Thompson (2012) expresan por ejemplo, que la pobreza es un factor que repercute en el desarrollo de la habilidad social y dificulta el ejercicio de formas de afrontamiento eficaces.

Algunas otras situaciones que impactan en las mujeres, respecto al afrontamiento y las competencias que emprenden, sin importar su condición laboral son: la maternidad y el embarazo (Ardila, et al., 2013; Guarino, 2010), infertilidad (Barra & Vaccaro, 2012), situaciones medicas de dependencia y drogadicción (Gonzálvez, et al., 2014), enfermedades (Juárez & Landero, 2009; Mera & Ortiz, 2012; Montiel, et al., 2016; Baiocchi-Morales, et al., 2013; Meza-Rodríguez, et al., 2011), abuso sexual (Sarasua, et al., 2013), situaciones familiares conflictivas (Cracco & Blanco, 2015; Pérez, et al., 2014; Moral & Martínez, 2009), entre otros.

Estudios que enfatizan en la condición laboral, exponen que existen situaciones que generan un impacto considerable en el desarrollo de la mujer. Este argumento se expone en el reporte *Las mujeres en el trabajo*, publicado por la Oficina Internacional del Trabajo, OIT (2016) que explica que de forma progresiva la inmersión de las mujeres al trabajo formal, ha generado cambios en las condiciones familiares tradicionales así como cambio sociales y demográficos importantes como: tasas de fecundidad en descenso, aumento de divorcios y separaciones, nuevos patrones de formación de hogares y familias, mayor número de hogares unipersonales y de hogares donde la mujer es la jefa de familia, envejecimiento de la población y crecimiento en la proporción de ancianos. Pérez y Escobar (2016) exponen que la incorporación de las mujeres al ámbito laboral impacta la dinámica de vida de la familia y los roles desempeñados por sus integrantes; este hecho se ha mostrado ampliamente en la integración al mercado laboral y el desarrollo económico de las mujeres, así como su participación en organizaciones políticas y sociales.

Los autores ya citados mencionan que este desenvolvimiento se ha movilizado por necesidad económica logrando un mayor número de mujeres en el sector laboral, siendo cada vez más el número de mujeres económicamente activas y alcanzando una proporción más grande de jefas de familia. Remarcan también que la inmersión de la mujer en el plano social, ha ampliado

también su participación en diversos contextos, como el profesional, económico, político, sexual, entre otros. Muchas mujeres han emprendido cambios en el rol tradicional de la mujer, comenzado a hacerse cargo de la economía de sus hogares, son ellas quienes deciden de forma independiente las relaciones que quieren ejercer, el tipo de ocupación que quieren realizar, la convicción política que quieren seguir, las creencias que quieren respaldar, la cantidad de hijos que quieren tener, entre otros., la participación se ha vuelto tan amplia y flexible que ha permitido desarrollar habilidades paralelas, como lo es la competencia social.

Es necesario e importante identificar las representaciones sociales de la cultura en la que se desenvuelve una mujer para comprender la formación de actitudes sociales expresadas por estas. Es viable suponer que la actividad social influye sobre la adopción y modificación del uso de estrategias de afrontamiento cognitivas, conductuales y emocionales hacia un comportamiento adaptativo. El aprendizaje social posibilita desarrollar estrategias de resolución de problemas, sin embargo, cabe destacar que estos resultados no pueden ser generalizados para la población en general, pues las variables estudiadas, al igual que muchas otras, se ven permeadas por las condiciones que atañen a la muestra, en este caso, se trata de la condición laboral, sin embargo, aun así los resultados pueden ser cambiantes para mujeres trabajadoras y no trabajadoras entre sí, más aun si se toma de referencia el espacio sociodemográfico, pues regiones diferentes, separadas incluso por pocos kilómetros, pueden arrojar resultados variables, de igual manera si se trata de zonas rurales o urbanas, si tienen origen étnico, si se trata de localidades inmigrantes, entre otros.

Cabe mencionar que de forma específica, el tipo de labor que realizan las mujeres influye notablemente en el tipo de afrontamiento que emprenden y determina en gran medida las herramientas de apoyo con las que cuentan de forma inmediata. Es definitivo que las mujeres que se insertan al trabajo asalariado, no lo hacen en una sociedad abstracta y autónoma, sino siguiendo

un determinado patrón, sustentado, primero por las políticas que imperan en el país y, segundo por condiciones culturales que permiten una serie de situaciones para su incorporación laboral. Las formas de inserción y las características que presentan las mujeres como grupo laboral muestran una nueva silueta de ellas, que responde a las circunstancias cambiantes que vivimos actualmente en el país (Uribe & Ávila, 2005).

A lo largo de varios años, se han estructurado perspectivas muy variadas de la mujer, estos cambios tan radicales, nos permiten comprender que cantidad de actuaciones que las mujeres han realizado, y que emprenden en la actualidad, en condiciones de vida tan diferentes entre sí, que hacen que la actuación social de cada una de ellas sea diferente y las competencias que desarrollan en los contextos en los que se encuentran inmersas, también lo sean (Vega, 2000).

La condición laboral es una situación que aun en la actualidad genera desigualdad entre las propias mujeres. El trabajo doméstico por ejemplo es aun discriminado, al no tratarse de un empleo formalizado ni remunerado de acuerdo a normas salariales y México se considera a las mujeres trabajadoras del hogar como un grupo vulnerable (INEGI, 2016).

Hechos como este refuerzan la idea de que las mujeres que se dedican al hogar carecen de habilidad para desenvolverse fuera de este ámbito; esta aseveración es errónea y desmerita la capacidad de estas mujeres para enfrentarse a situaciones fuera de este contexto, pues el hecho de que las mujeres no se dediquen a laborar formalmente en empresas por ejemplo, no las hace menos competentes en ningún sentido.

Más bien, abre la posibilidad de reflexionar sobre el cambio social y económico que ha generado que en la actualidad más mujeres trabajen y que aún haya casos de mujeres que sigan dedicándose a ser amas de casa, por ejemplo, las recientes crisis económicas, la mayor apertura de plazas de trabajo para mujeres, el mayor alcance académico de mujeres, el número de hijos en las

familias actuales, el índice de mujeres que permanecen en la soltería o por otro lado, el índice de mujeres que se casan y dejan su vida laboral de lado; las prácticas culturales que han moldeado a muchas generaciones para permanecer en casa y las nuevas prácticas contrastantes que la motivan a ser independiente económicamente y a movilizarse para lograrlo: todas estas situaciones entre muchas otras, son móviles para que las mujeres emprendan o no una vida laboral institucionalizada (Saldaña, 2013).

Existe asimetría y segregación que perjudica a las mujeres en el campo laboral y que son evidenciadas en la organización familiar y en el trabajo doméstico. La estructura ocupacional reproduce patrones tradicionales de la cultura que generan restricciones a las oportunidades que tienen las mujeres de insertarse en la vida económica, de igual forma, las afecta aunque no se trate de una trabajo institucionalizado, como lo es el trabajo del hogar (Fernández, 2007). La historia de las mujeres y su desenvolvimiento social no pueden entenderse al margen del proceso histórico general que requiere observar los cambios sociales, económicos, científicos, tecnológicos, entre otros., ocurridos en las últimas décadas y que han impactado en las ideas y roles de la mujer, continuando con la transformación social (Bock, 1991).

Según el informe 10: Transformaciones en el papel social de las mujeres (1999), cada mujer es un mundo, considerando sus características, su personalidad definida y las circunstancias en las que se encuentran. Es por este motivo que las interpretaciones que se hagan siempre pueden tener un grado de irrealidad al hacer comparaciones entre mujeres en situaciones diversas. Realizar estas comparaciones es útil para descubrir y aclarar lo que está pasando con las mujeres y las tendencias culturales que están marcando el cambio social. Es por este motivo que las reflexiones e interpretaciones que se hagan siempre deben tener un grado de apertura y flexibilidad.

Exponer esta necesidad de comprender la forma de integración de las mujeres a la sociedad en la actualidad coincide también con lo expuesto por Letelier (2014) quien remarca la necesidad de conocer las formas de afrontamiento que emprenden pues estas son una herramienta fundamental para posibilitar el acceso equitativo a los beneficios, recursos y oportunidades, así como para promover el desempeño laboral funcional, la satisfacción y la integración afectiva al trabajo.

Finalmente, dentro de las limitaciones que se encontraron al realizar este estudio son: primero, el número total de participantes que lo conformaron, ya que a pesar de que se trata de una muestra considerable (270 participantes) no es un porcentaje representativo del total de las mujeres de cada localidad, por consecuencia, los resultados obtenidos en esta investigación, no pueden ser generalizables en ninguna de las localidades. Segundo: el espacio geográfico, fue una limitante parcial para este estudio, pues existen diversas localidades conurbadas a la ciudad, sin embargo por cuestiones de distancia, tiempo, recursos económicos y acceso a las mismas, sólo fue posible considerar tres de las más cercanas: Pachuca, Pachuquilla y Mineral de la reforma. Una tercera limitación es la escasa cantidad de instrumentos de medición con índices de validez y confiabilidad adecuados para ser aplicados, especialmente a mujeres adultas, pues los más retomados son instrumentos diseñados para hombres y mujeres en edades estudiantiles.

Las anteriores limitaciones, permiten a su vez compartir algunas sugerencias, expresando primero que la información aportada por investigaciones como esta, puedan ser la base teórica de intervenciones prácticas que mejoren la calidad de vida de las mujeres mexicanas, al considerar por ejemplo la estructuración e implementación de entrenamiento en habilidades sociales y de afrontamiento positivo, entre otros., así mismo podría considerarse la creación de programas nacionales que fundamentados en diversas investigaciones y diseñados adecuadamente, persigan

la aplicación de estilos de afrontamiento más sanos por parte de las mujeres, mediante la enseñanza de habilidades sociales, siendo implementadas y respaldadas por políticas públicas y programas de fortalecimiento social, a través de intervenciones comunitarias.

Estos programas son necesarios en México y pueden ampliar información respecto al sexo, la edad y el contexto; y considerar diferentes condiciones en las que se desenvuelven las mujeres, por ejemplo considerar la condición de trabajo de forma más específica, al considerar que se trata de diferentes tipos de labor, en diferentes sectores: de servicios, agrícolas, comercio, salud, educación, entre otros. Por lo que considerar cada una de estas áreas en la investigación puede permitir entender con mayor profundidad el desenvolvimiento social de las mujeres así como sus formas de afrontamiento.

Por otra parte, fuera de la condición de trabajo, existen también condiciones diferentes que necesitan ser exploradas en el área local, como lo son: condición de maternidad, estado de salud, estado civil, escolaridad, origen étnico, contextos de vulnerabilidad, estado migratorio, entre otras, por lo que se recomienda retomar estos aspectos en futuras investigaciones. Al considerar la condición de trabajo/no trabajo, se sugiere que este tipo de intervenciones sean aplicadas en el contexto laboral, con diseños que contemplen mediciones pre-post, que permitan evaluar la eficacia de un programa de entrenamiento en habilidades sociales en mujeres en el ámbito laboral. Otra sugerencia importante es ampliar el número de participantes. Es importante alcanzar un número que corresponda a ser un porcentaje representativo de la población real de cada comunidad. Aunado a esto, es relevante integrar un muestreo apropiado para dar mayor objetividad, dejando de lado el muestreo por conveniencia que se utilizó en este primer estudio.

Hacer una réplica de este estudio, con muestras mayores, de diversos espacios geográficos y con condiciones sociodemográficas diferentes, puede arrojar resultados integradores, que den pauta a generalizaciones de datos nacionales así como a una perspectiva más amplia, respecto a lo que está sucediendo con las mujeres mexicanas en la actualidad. Finalmente, contemplar a los hombres como población, comparar los resultados y debatirlos, puede generar información que sirva de apoyo para estudios y debates que contemplen aspectos de género.

Referencias

- Aguiar, M. & Gutiérrez, H. (2015). Desigualdad de género y cambios sociodemográficos en México. *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 51, 2-19.
- Ardila, Y., Lara, C. & Perugache, A. (2013). Relación entre niveles de depresión y estrategias de afrontamiento en mujeres con riesgo gestacional. *Revista Universidad Y Salud*, 15(2), 150-164.
- Avilés, P., Cova, F., Bustos, C. & García, F. (2014). Afrontamiento y rumiación frente a eventos adversos y crecimiento postraumático en estudiantes universitarios. *LIBERABIT*, 20(2), 281-292.
- Baiocchi-Morales A., Lugo-Ostos E., Palomino-Sanchez, N. & Tam-Phun E. (2013). Estilos de afrontamiento en pacientes con cáncer de cuello uterino. Servicio de ginecología de un instituto nacional. *Rev enferm Herediana*, 6(1), 18-24.
- Ballester, R. & Gil, M. (2002). *Habilidades sociales*. España: Síntesis.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Barra, E. & Vaccaro, M. (2012). Estrés percibido, afrontamiento y personalidad resistente en mujeres infértiles. *LIBERABIT*, 19(1), 113-119.
- Bock, G. (1991). La historia de las mujeres y la historia del género; aspectos de un debate internacional. *Historia social*, 9(1), 55-77.
- Braz, A. C., Cômodo, C. Ñ., Del Prette, Z., Del Prette, A. & Fontaine, A. M. (2013). Habilidades Sociales e intergeneracionalidad en las relaciones familiares. *Apuntes De Psicología*, 31(1), 77-84.

- Broussard, A., Joseph, A. & Thompson, M. (2012). Stressors and coping strategies used by single mothers living in poverty. *Affilia: Journal of Women and Social Work*, 2(27), 190-204.
- Buchwald, P. & Schwarzer, C. (2003). The exam-specific Strategic Approach to Coping Scale and interpersonal resources. *Anxiety, Stress, and Coping*, 16, 281-291.
- Caballo, V. (1983). Asertividad: definiciones y dimensiones. *Estudios de Psicología*, 13, 52-62.
- Caballo, V. (1993). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid: Siglo XXI.
- Cabanach, R., Fariña, F., Freire, C., González, P. & Ferradás, M. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psicología*, 6(1), 19-32.
- Carver, C., Scheier, M. & Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioural sciences* (2ª ed.). Hillsdale, New Jersey: Erlbaum.
- Cracco, C. & Blanco, M. (2015). Estresores y estrategias de afrontamiento en familias en las primeras etapas del ciclo vital y contexto socioeconómico. *Ciencias Psicológicas*, 9, 129-140.
- Contini, N., Lacunza, A. & Esterkind, E. (2013). Habilidades sociales en contextos urbanos y rurales: Un estudio comparativo con adolescentes. *Psicogente*, 16(29), 103-117.

- Cruz, L., Rivera, S., Díaz, R. & Taracena, B. (2013). Tipos de Personalidad del Mexicano: Desarrollo y Validación de una Escala. *Acta de Investigación Psicológica*, 3(2), 1180-1197.
- Delgado, C., Espejo, C., Moreno, J. & Domínguez, F. (2015). Diferencias en afrontamiento, bienestar y satisfacción entre desempleados y empleados en cuanto al género. *ReiDoCrea*, 4, 85-93.
- Del Miguel, P. (2014). Enseñanza de habilidades de interacción social en niños con riesgo de exclusión. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 1(1), 17-26.
- Di-Colloredo, C., Aparicio, D. & Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia, avances de la disciplina*, 1(2), 125-156.
- Domínguez, J., López, A. & Álvarez, E. (2015). Implicación de variables sociales y educativas en la conducta asertiva adolescente. *Aula Abierta*, 43, 26-31.
- Eceiza, M., Arrieta, M. & Goñi, A. (2008). Habilidades sociales y contextos de la conducta social. *Revista de Psicodidáctica*, 13, 11-26.
- Enciso, V. (1999). Trabajo femenino y tiempo Libre. *La Ventana*, 9(1), 45-62.
- Felipe, E. & León, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10(2), 245-257.
- Fernández, A. (2007). Desigualdad de género: la segregación de las mujeres en la estructura ocupacional. *La ventana*, 25(1), 140-167.

- Flores, G. M. & Díaz-Loving, R. (2004). *Manual de la Escala Multidimensional de Asertividad, EMA*. México: Manual Moderno.
- Gaeta, L. & Galvanovskis, A. (2009). Asertividad: un análisis teórico-empírico. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 14(2), 403-425.
- Gálvez, M. Saucedo, M., Calderón, A., Pacheco, I., Carmona, F. & García, A. (2014). El proceso de afrontamiento en cuidadoras familiares de personas con alto grado de dependencia. *Paraninfo digital*, 8(20), 1-5.
- Garaigordobil, M. & Durá, A. (2006). Relaciones del autoconcepto y la autoestima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años. *Análisis y Modificación de Conducta*, 32(141), 37-64.
- Garcés, Y., Santana, L. & Feliciano, L. (2012). El desarrollo de habilidades sociales: una estrategia para potenciar la integración de menores en riesgo de exclusión. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia, REID*, 1, 172-192.
- García, A. D. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. *Revista de Educación XXI*, 12(1), 225-240.
- Gómez-Maqueo, L., Durán, C. & Romero, E. (2016). Validación psicométrica de la Escala Infantil de Afrontamiento. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual*, 6(2), 59-65.
- González, M. & Landero, R. (2007). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): Validación en una muestra mexicana. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínicam*, 12(2), 189-198.

- González, M., Espada, J., Guillén-Riquelme, A. & Orgilés, M. (2014). ¿Consumen más drogas los adolescentes con déficit en habilidades sociales?. *Revista Española de Drogodependencias*, 4(39), 14-28.
- Guarino, L. (2010). Sensibilidad emocional, afrontamiento, salud y calidad de vida percibida durante el embarazo. *Psicología y Salud*, 20(2), 179-188.
- Heredia, D., Piemontesi, S., Furlan, L. & Pérez, E. (2008). Adaptación de una escala de afrontamiento ante la ansiedad e incertidumbre pre examen (COPEAU). *Avaliação Psicológica*, 1(7), 1-9.
- Hernández, S. & Gutiérrez, M. (2012). Estilos de Afrontamiento ante Eventos Estresantes en la Infancia. *Acta de Investigación Psicológica*, 2(2), 687-698.
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). México: McGraw Hill.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2016). *Estadísticas a propósito del día internacional de la Mujer*. México: INEGI.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía & Secretaría del Trabajo y Previsión Social. (2016). *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo; Tercer trimestre 2016. Base de datos*. México: INEGI-STPS.
- Instituto Vasco De La Mujer. (1999). *Informe 10, Transformaciones en el papel social de las mujeres: Análisis cualitativo en Euskadi*. País Vasco: Emakunde.
- Isaza, L. & Henao, G. (2012). Influencia del clima sociofamiliar y estilos de interacción parental sobre el desarrollo de habilidades sociales en niños y niñas. *Persona*, 15(1), 253-271.

- Jiménez-Torres, M., Martínez, P., Miró, E. & Sánchez, A. (2012). Relación entre estrés percibido y estado de ánimo negativo: diferencias según el estilo de afrontamiento. *Anales de psicología*, 28(1), 28-36.
- Juárez, D. & Landero, R. (2009). Variables psicosociales y salud en mujeres con cáncer de mama. *SUMMA psicológica UST*, 6(2), 79-88.
- Kelley, J. (2000). *Entrenamiento de las habilidades sociales: Guía práctica para intervenciones* (6ª ed.). España: Descée de Brouwer.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. España: Martínez Roca.
- León, J. & Medina, S. (1998). Aproximación conceptual a las habilidades sociales. En F. Gil & J. León (Coord.), *Habilidades sociales, Teoría, investigación e intervención* (pp. 13-24). España: Síntesis.
- Letelier, M. (2014). Diferencias de género en los estilos de afrontamiento de conflictos de funcionarios de un servicio de salud pública. *Revista de Psicología*, 3(6), 64-80.
- Macías, M., Madariaga, C., Valle, M. & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.
- Mera, P. & Ortiz, M. (2012). La relación del optimismo y las estrategias de afrontamiento con la Calidad de Vida de Mujeres Con Cáncer de Mama. *Terapia Psicológica*, 30(3), 69-78.
- Mestre, V., Samper, P., Tur-Porcar, A., Richaud, M. & Mesurado, B. (2012). Emociones, estilos de afrontamiento y agresividad en la adolescencia. *Universitas Psychologica*, 11(4), 1263-1275.

- Meza-Rodríguez, M., Mancilla-Ramírez, J. Morales-Carmona, F., Sánchez-Bravo, C. Pimentel-Nieto, D. & Carreño-Meléndez, J. (2011). Adaptación psicológica en mujeres con infección por virus de papiloma humano. *Perinatología y Reproducción Humana*, 25(1), 17-22.
- Mohd, N., Hakimie Z. & Abu, A. (2014). Dimensions of social skills and their relationship with empathy among gifted and talented students in Malaysia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 116, 750-753.
- Monjas, M^a I. (2000). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. España: Ciencias de la Educación Preescolar y Especial, CEP.
- Monjas, M^a I. (2013). Habilidades sociales y comunicación eficaz. En M. Sánchez, (Ed.), *Gestión positiva de conflictos y Mediación en contextos educativos* (pp. 81-102). España: Reus.
- Montiel, V., Álvarez, O. & Guerra, V. (2016). Afrontamiento a la enfermedad en mujeres sobrevivientes de cáncer de mama. *Medicentro Electrónica*, 20(2), 112-117.
- Moral, J., Valdez, L., González, I. & López-fuentes, A. (2011). *Psicología y salud*. México: CUMex.
- Moral, J. & Martínez, J. (2009). Reacción ante el diagnóstico de cáncer en un hijo: estrés y afrontamiento. *Psicología y Salud*, 19(2), 189-196.
- Morán, C., Landero, R. & González, M. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552.

- Moreno, S. (2014). Capítulo IV: Trayectorias laborales, género e inmigración: la doble cara de la segregación horizontal. En F. Miguélez & P. López-Roldán (Coord.), *Crisis, empleo e inmigración en España, un análisis de las trayectorias laborales* (pp.145-180). Barcelona, España: Universidad Autónoma de Barcelona, UAB.
- Muñoz, M., Jiménez, I. & Moreno, M. (2008). Reputación conductual y género en la adolescencia. *Anales de Psicología*, 2(24), 334-340.
- Ocaña, L. & Martín, R. (2011). *Desarrollo socioafectivo*. España: Paraninfo.
- Oficina Internacional del Trabajo. (2016). *Las mujeres en el trabajo: Tendencias de 2016*. España: OIT.
- Orozco, R. (2015). Participación femenina en trabajos asalariados: ¿una doble selectividad?. *Carta Económica Regional*, 27(116), 88-111.
- Oyarzún, G., Estrada, C., Pino, E. & Oyarzún, M. (2012). Habilidades sociales y rendimiento académico: una mirada desde el género. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(2), 21-28.
- Pelechano, V. (2000). *Psicología sistemática de la personalidad*. España: Ariel.
- Pérez, R. & Escobar, D. A. (2016). Estrategias de reproducción social de las mujeres jornaleras en una comunidad rural de Zacatecas, México. *Revista de Geografía Agrícola*, 57, 7-14.
- Pérez, D., Rodríguez, A., Herrera, D., García, R., Echemendía, B. & Chang, M. (2013). Caracterización de la sobrecarga y de los estilos de afrontamiento en el cuidador informal de pacientes dependientes. *Revista Cubana de Higiene y Epidemiología*, 51(2), 174-183.

- Pérez, J., Menéndez, S. & Hidalgo, M. (2014). Estrés parental, estrategias de afrontamiento y evaluación del riesgo en madres de familias en riesgo usuarias de los Servicios Sociales. *Psychosocial Intervention*, 23, 25-32.
- Piemontesi, S. & Heredia, D. (2009). Afrontamiento ante exámenes: Desarrollos de los principales modelos teóricos para su definición y medición. *Anales de psicología*, 25(1), 102-111.
- Román, Y. (2013). Impactos sociodemográficos y económicos en la precariedad laboral de los jóvenes en México *Región y sociedad*, 25(58), 165-202.
- Sadín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 3(1), 141-157.
- Sadín, B. & Charot, P. (2003). Cuestionario de afrontamiento del estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1), 39-54.
- Santos, M. & Lorenzo, M. (1999). La vía comunitaria en las instituciones cerradas: Un Programa educativo de habilidades sociales. *Revista De Ciencias De La Educación*, 177, 79-95.
- Santrock, J. (2006). *Infancia, Psicología del desarrollo* (7ª ed.). México: McGraw Hill.
- Sarasua, B., Zubizarreta, I., de Corral, P. & Echeburúa, E. (2013). Tratamiento psicológico de mujeres adultas víctimas de abuso sexual en la infancia: resultados a largo plazo. *Anales de Psicología*, 29(1), 29-37.
- Sartori, M. & López, M. (2016). Habilidades sociales: Su importancia en mujeres con diagnóstico de Síndrome de Turner. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2), 1055-1067.

- Schunk, D. H. (2012). *Teorías del aprendizaje, una perspectiva educativa (6ª ed.)*. México: Person educación.
- Schwarzer, R. & Schwarzer, C. (1996). A Critical Survey of Coping Instruments. En N. Zeidner & N. Endler, (Eds.), *Handbook of Coping: Theory, Research, Applications* (pp. 107-133). New York: John Wiley and Sons.
- Sherman, J. (1972). Capitulo IV: La Mujer y la psicología. En M^a Á. Durán (Ed.), *Liberación y utopía* (pp. 86-88). Madrid, España: Akal.
- Solís, C. & Vidal, A. (2006). Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Revista de psiquiatría y salud mental Hermilo Valdizan*, 7(1), 33-39.
- Stöber, J. (2004). Dimensions of test anxiety: relations to ways of coping with pre-examp. anxiety and uncertainty. *Anxiety, Stress, and Coping*, 3(17), 213-226.
- Tamres, L., Janicki, D., y Helgeson, V. (2002). Las diferencias de sexo en el comportamiento de afrontamiento: Una revisión meta-analítica y un examen de la afrontabilidad relativa. *Personalidad y Psicología Social*, 6, 2-30.
- Urdaneta, G. & Morales, M. (2013). Manejo de habilidades sociales e inteligencia emocional en ambientes universitarios. *Revista Electrónica De Humanidades, Educación Y Comunicación Socia*, 14(8), 40-60.
- Uribe, G. & Ávila, M. (2005). Caracterización de las mujeres en el mundo laboral actual. El caso del estado de Jalisco, México. *Carta Económica Regional*, 18(93), 25-32.
- Valles, A. (1996). *Programa de refuerzo de las habilidades sociales*. España: EODS.

- Vázquez, C., Crespo, M. & Ring, J. (2000). Capítulo 31: Estrategias de afrontamiento. En G. Berrios & P. Fernández (Eds.), *Medición clínica en psiquiatría y psicología* (pp. 425-436). España: Masson.
- Vega, C. (2000). *Una mirada de la mujer en la Historia*. España: Trabe.
- Velázquez, M., Arellanez, J. & Martínez, A. (2012). Asertividad y consumo de drogas en estudiantes mexicanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 1(15), 131-141.
- Wright, M. & Masten, A. S. (2005). Chapter 2: Resilience processes in development. En S. Goldstein & R. Brooks (Eds.), *Handbook of resilience in children* (pp. 17-37). New York, USA: Springer US.
- Zeidner, M. & Hammer, A. (1990). Eventos de vida y recursos de afrontamiento como predictores de síntomas de estrés en adolescentes. *Personality and Individual Differences*, 11, 693-70.

Anexos

Anexo 1. Cuestionario de datos sociodemográficos

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Folio: _ _ _

INSTRUCCIONES:

1. ¿Cuál es su edad?: _____
 Indique con una X. ¿Vive en Hidalgo?: (Sí) (No)
 Si respondió sí, indique: ¿En qué municipio?: _____

2. Indique con una X la casilla en la tabla, que corresponda al estado civil en el que se encuentre:

Noviazgo ()	Casada ()	Soltera ()	Viuda ()	Divorciada ()	Unión libre ()	Otro ¿Cuál? _____
--------------	------------	-------------	-----------	----------------	-----------------	-------------------

3. Indique con una X la opción en la tabla, que corresponda al máximo nivel educativo que usted haya cursado.

1	Primaria completa	2	Primaria incompleta
3	Secundaria completa	4	Secundaria incompleta
5	Preparatoria completa	6	Preparatoria incompleta
7	Universidad completa	8	Universidad incompleta
9	Maestría / especialidad completo	10	Maestría / especialidad incompleta
11	Doctorado completo	12	Doctorado incompleto

4. Marque una X en el paréntesis de cada tabla, la opción que corresponde a su ocupación actual:

Trabajo ()	No trabajo ()	Estudio ()	No estudio ()
-------------	----------------	-------------	----------------

Si indicó que usted trabaja, mencione ¿En qué?: _____

Si indicó que usted estudia, mencione ¿Qué estudia y qué grado cursa? _____

5. Indique con una X la respuesta que corresponda:
 ¿Tiene hijos?: (SÍ) (NO) ¿Cuántos? _____
 ¿Es usted jefa de familia (responsable de gastos del hogar)?: (SÍ) (NO) Parcialmente ()

Anexo 2. Instrumento EMA

ESCALA MULTIDIMENSIONAL DE ASERTIVIDAD (EMA)

INSTRUCCIONES: A continuación hay una lista de afirmaciones. Tache el número que corresponda al grado en que está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de ellas. Por favor conteste sinceramente. Hay 5 respuestas posibles:

Completamente en desacuerdo 1	En desacuerdo 2	Ni de acuerdo ni en desacuerdo 3	De acuerdo 4	Completamente de acuerdo 5	
1. Puedo reconocer públicamente que cometí un error	1	2	3	4	5
2. No soy capaz de expresar abiertamente lo que realmente pienso	1	2	3	4	5
3. Me cuesta trabajo expresar lo que pienso en presencia de otros	1	2	3	4	5
4. Me es más fácil decirle a alguien que acepto su crítica a mi persona, por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
5. Me es difícil expresar mis deseos	1	2	3	4	5
6. Me es difícil expresar abiertamente mis sentimientos	1	2	3	4	5
7. Puedo decirle a alguien directamente que actuó de manera injusta	1	2	3	4	5

Completamente en desacuerdo 1	En desacuerdo 2	Ni de acuerdo ni en desacuerdo 3	De acuerdo 4	Completamente de acuerdo 5	
8. Cuando discuto con una persona acerca del lugar donde vamos a comer, yo expreso mi preferencia	1	2	3	4	5
9. Me cuesta trabajo hacer nuevos(as) amigos(as)	1	2	3	4	5
10. No soy capaz de expresar abiertamente lo que deseo	1	2	3	4	5
11. Puedo agradecer un halago hecho acerca de mi apariencia personal	1	2	3	4	5
12. Si tengo alguna duda, pido que se me aclare	1	2	3	4	5
13. Cuando conozco a una persona, usualmente tengo poco que decirle	1	2	3	4	5
14. Solicito ayuda cuando la necesito	1	2	3	4	5
15. Cuando me doy cuenta de que me están cobrando de más, no digo nada	1	2	3	4	5
16. Me es más fácil pedir que me devuelvan las cosas que he prestado, por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
17. Me es fácil aceptar una crítica	1	2	3	4	5
18. Me es más fácil pedir prestado algo, por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
19. Puedo pedir favores	1	2	3	4	5
20. Expreso con mayor facilidad mi desagrado por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
21. Expreso amor y afecto a la gente que quiero	1	2	3	4	5
22. Me molesta que me digan los errores que he cometido	1	2	3	4	5
23. Puedo expresar mi amor más fácilmente por medio de una carta que personalmente	1	2	3	4	5
24. Puedo decirle a las personas que actuaron injustamente, más fácilmente por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
25. Prefiero decirle a alguien que deseo estar solo, por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
26. Platico abiertamente con una persona las críticas hechas a mi conducta.	1	2	3	4	5
27. Puedo pedir que me enseñen cómo hacer algo que no sé	1	2	3	4	5
28. Puedo expresar mi cariño con mayor facilidad por medio de tarjetas o carta que personalmente	1	2	3	4	5
29. Me es más fácil hacer un cumplido, por medio de una tarjeta o carta que personalmente	1	2	3	4	5
30. Es difícil para mí alabar a otros	1	2	3	4	5
31. Me es difícil iniciar una conversación	1	2	3	4	5
32. Es más fácil rehusarme ir a un lugar al que no deseo ir, por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
33. Encuentro difícil admitir que estoy equivocado(a)	1	2	3	4	5
34. Me da pena participar en las pláticas por temor a la opinión de los demás	1	2	3	4	5
35. Me es más fácil decir que no deseo ir a una fiesta, por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
36. Puedo expresar mis sentimientos más fácilmente por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
37. Puedo admitir que cometí un error, con mayor facilidad por teléfono que personalmente	1	2	3	4	5
38. Acepto sin temor una crítica	1	2	3	4	5
39. Me da pena hablar frente a un grupo por temor a la crítica	1	2	3	4	5
40. Prefiero decirle a alguien sobre lo que deseo de la vida, por escrito que personalmente	1	2	3	4	5
41. Me es difícil disculparme cuando tengo la culpa	1	2	3	4	5
42. Me cuesta trabajo decirle otros lo que me molesta	1	2	3	4	5
43. Me da pena preguntar cuando tengo dudas	1	2	3	4	5
44. Me es más fácil expresar mi opinión por medio de una carta que personalmente	1	2	3	4	5
45. Me es difícil empezar una relación con personas que acabo de conocer	1	2	3	4	5

Anexo 3. Instrumento CAE

CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS (CAE)					
<p>INSTRUCCIONES: A continuación se describen formas de pensar y comportarse que las personas suele emplear para afrontar los problemas o situaciones estresantes. Las formas de afrontamiento descritas no pueden ser consideradas buenas ni malas, simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras. Para contestar debe leer con detenimiento cada uno de los enunciados y recordando cuando actúa de tal manera.</p> <p>Tache con una X el número que mejor represente la frecuencia con la que realiza esa acción, aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema.</p>					
Nunca 1	Pocas veces 2	A veces 3	Algunas veces 4	Siempre 5	
1. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal	1	2	3	4	5
2. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema	1	2	3	4	5
3. Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas	1	2	3	4	5
4. Asistí a la Iglesia	1	2	3	4	5
5. Intenté sacar algo positivo del problema	1	2	3	4	5
6. Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema	1	2	3	4	5
7. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo	1	2	3	4	5
8. Me comporté de forma hostil con los demás	1	2	3	4	5
9. Pedí a parientes o a amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema	1	2	3	4	5
10. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema	1	2	3	4	5
11. Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación	1	2	3	4	5
12. Agredí a algunas personas	1	2	3	4	5
13. Procuré no pensar en el problema	1	2	3	4	5
14. Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas	1	2	3	4	5
15. Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema	1	2	3	4	5
16. Experimenté personalmente eso de que «no hay mal que por bien no venga»	1	2	3	4	5
17. Me irrité con alguna gente	1	2	3	4	5
18. Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir	1	2	3	4	5
19. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema	1	2	3	4	5
20. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos	1	2	3	4	5
21. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar	1	2	3	4	5