

# DESCRIPCIÓN DE LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN HOMBRES Y MUJERES ANTE LA SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO

CARLOS ALEJANDRO DI-COLLOREDO GÓMEZ\*, DIANA PAOLA APARICIO CRUZ\*  
Y JAIME MORENO\*\*  
UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA, BOGOTÁ, D. C.

FECHA RECIBIDO: 22/11/2006

FECHA ACEPTADO: 05/07/2007

## RESUMEN

En esta investigación de tipo descriptivo comparativo, se evaluaron los estilos de afrontamiento en personas desplazadas, por medio del inventario de estilos y estrategias de afrontamiento realizado por Folkman y Lazarus (1980-1988). El objetivo principal fue identificar los estilos de afrontamiento hacia la situación de desplazamiento vivida entre un grupo de hombres y un grupo de mujeres, asistentes a la unidad de Atención Integral al Desplazado en la ciudad de Bogotá. La muestra estuvo integrada por 222 personas, de los cuales se escogieron 102 hombres y 120 mujeres por medio de la técnica de muestreo aleatorio simple. Se delimitó el estudio a partir de variables tales como el estado civil, la procedencia y la edad. La evaluación de resultados se realizó a partir de estadística descriptiva y la diferencia de medias. Se encontraron diferencias significativas en la utilización de estilos y estrategias de afrontamiento en hombres y mujeres, lo que evidencia un desarrollo personal y un control emocional en las mujeres, mientras que en los hombres se observa una negación y una supresión de actividades, lo que genera estados depresivos.

**Palabras claves.** Desplazamiento, violencia, afrontamiento, Colombia.

\* Estudiantes de Pregrado.

\*\* Director de Proyecto. jaimehm@yahoo.com

## ABSTRACT

In this of descriptive type of comparative cut. The styles of facing in moved people were evaluated, by means of the inventory of styles and strategies of facing made by Folkman and Lazarus (1980-1988). The primary target was to identify the facing styles towards the situation of displacement lived between a group of men and a group of women, assistants to the unit of Integral Attention to the displaced one in the City of Bogota. The sample was integrated by 222 people, assistants to the unit of integral attention to the displaced one of the city of Bogota, which 102 men chose themselves and 120 women by means of the technique of simple random sampling. The study from variables was delimited such as the civil state, the origin and the age. The evaluation of results was made from descriptive statistic and the difference of averages. Were significant differences in the use of styles and strategies of facing in men and women, which demonstrates a personal development and an emotional control in the women, whereas in the men it is observed a negation and a suppression of activities, which generates state depressives.

**Key words.** Displacement, violence, facing, Colombia.

## DESPLAZAMIENTO DESDE UNA ÓPTICA PSICOSOCIAL

Este fenómeno que se ha dado de manera masiva en Colombia en los últimos años, puede verse desde diversas ópticas. Desde una mirada psicosocial, el desplazamiento puede ser visto como un acontecimiento “estresor traumático” que pone a prueba la estabilidad personal y la solidez del núcleo familiar y social. Este fenómeno tiene su base en la reiterada violación de los derechos económicos, sociales, culturales y colectivos, y en la impunidad, y las transgresiones a las normas del Derecho Internacional Humanitario (Tassara & Jiménez 2000).

Las consecuencias que genera este fenómeno son múltiples. Ospina, Cortés y Bustos (2001), afirman que las personas en situaciones de desplazamiento deben enfrentarse a una nueva cultura sin ninguna clase de preparación. Esta situación genera un impacto cultural, que da lugar a desaparición de opciones que le permitan sentirse capaz de acciones

efectivas para garantizar el bienestar propio y de los suyos. Son frecuentes los sentimientos de desvalidez e impotencia, la desorientación y errancia emocional, con el agravante de la pérdida de la intimidad, que con anterioridad facilitaba el manejo privado del afecto y de las tensiones intrafamiliares. Puede surgir apatía o resistencia a las iniciativas que busquen esfuerzo conjunto, para empezar a resolver los problemas (Castaño & Jaramillo, 1998).

Además, el desplazamiento genera una serie de reacciones a nivel emocional en las personas, tales como miedo, angustia, tristeza, incertidumbre y desesperanza. Sánchez y Jaramillo (1997; citados por Espinel, Hernandez, Vargas, García, Jiménez & Vega, 2000), plantean los sentimientos de pérdida en relación con la muerte de seres queridos y al abandono tanto de las pertenencias como del estilo de vida que se llevaba. La investigación realizada por la Conferencia Episcopal Colombiana en 1995, registra que las variaciones en la reacción emocional dependen de la modalidad del hecho violento o de las circunstancias en las que se produce el desplazamiento. Estas en general comprometen la capacidad para asumir la noción corporal y la capacidad para aprender a relacionarse con otras personas y para aceptar normas. Las reacciones de hostilidad, desconfianza, impulsividad aunque reiteradas, son respuestas de protección alimentadas por el miedo. La población desplazada en general no presenta evidencia de enfermedad mental como entidad psiquiátrica, pero existen indicios de deterioro de la salud mental como son el aumento de la desesperanza, la generalización de la percepción de impotencia y la pérdida de perspectiva de vida (Castaño & Jaramillo 1998). Sin embargo, en un estudio sobre Salud mental en víctimas de la violencia armada en Bojayá, se demuestra como el cuadro sintomático provoca malestar clínicamente significativo en las víctimas, con deterioro social y laboral. El retornar al lugar en el cual la población ha sido amenazada o atacada y donde las condiciones de seguridad personal aún no se logran incrementa la probabilidad de reactivar los síntomas del Trastorno por estrés postraumático (TEPT), además son frecuentes los trastornos del estado de ánimo (depresión mayor y riesgo de suicidio) y de ansiedad (Londoño & Cols., 2005). Se

presentan también mecanismos colaterales significantes de crisis tales como la enuresis y encopresis en los niños y comportamientos que reflejan profunda insatisfacción y tristeza.

Castaño y Jaramillo (1998), afirman que otro efecto psicosocial del desplazamiento a nivel individual, es la pérdida de identidad, tal como lo demuestra la investigación realizada acerca de los significados en personas en situación de desplazamiento en la que la pérdida de identidad es relevante, el nombre de cada persona es reemplazado por el de “desplazado”, generando una estigmatización a nivel social desde la cual se borran sus identidades para pasar a ser extranjeros e intrusos en un espacio al cual no deseaban llegar, y que no les pertenece; así, los sujetos entrevistados afirmaron haber vivenciado transformaciones en su identidad como consecuencia de la salida abrupta y obligatoria de su territorio y del ingreso a contextos distintos (Sacipa, 2003).

En algunos adolescentes se pueden presentar dificultades para construir su identidad en un contexto transcultural, lo que conlleva a un síndrome reactivo de angustia, que reúne los siguientes elementos: conflicto en sus relaciones interpersonales, desestructuración de la vida familiar como fuente de afecto y seguridad, lo cual produce miedo, ansiedad, depresión, pérdida de la imagen y de los roles familiares. También agresión verbal o física, directa o indirecta, abuso de alcohol e intentos de suicidio, entre otros (Secretariado Nacional de Pastoral Social, 2000). A su vez se plantea que los jóvenes desarrollan fuertes sentimientos de culpa frente al desplazamiento forzado de su familia, ya que dicho cambio es vivido como un hecho asumido para protegerlos de la vinculación a los grupos armados.

Se presenta mayor desadaptación de los adolescentes del área rural, que se enfrentan al cambio de un sistema tradicional de la vida, al insertarse en espacios socioculturales distintos, extraños y hasta hostiles, como lo puede ser lo urbano. En algunos casos los niños, debido al evento traumático, no crean ni construyen sistemas propios de pensamiento, lo cual afecta el paso del pensamiento concreto al pensamiento formal. La desesperanza y

la impotencia aparecen como producto del resentimiento y dificulta aun más la adultez psicológica. En el caso de los niños que experimentan el drama del desplazamiento se presentan problemas de ambientación en lugares distintos a los acostumbrados; trastornos adaptativos en el campo escolar y con las relaciones sociales; introyección de las consecuencias de una desarticulación familiar, de los efectos de la guerra y de la represión política contra sus padres. Puede anidarse, especialmente en los niños varones, un deseo de venganza hacia las personas (Secretariado Nacional de Pastoral Social, 2000).

De otra manera, los niños que han tenido una pérdida parental, generan sentimientos de vergüenza que se arraigan con fuerza y en algunos casos con sentimientos de culpa, puesto que dentro de sus fantasías se contempla la posibilidad de haber podido hacer algo. Se ha observado en estos niños la tendencia a ser incapaces de establecer vínculos profundos y duraderos. Al llegar a la adultez son padres o madres que abandonan o abusan de sus hijos. Las condiciones adversas en las que viven los niños y sus familias proporcionan abandono físico y emocional ya que los adultos están preocupados por satisfacer sus necesidades básicas y su propia situación afectiva, lo que se traduce en privación psicoafectiva que se agrava con la aparición o el aumento del maltrato físico. Los niños y las niñas, con un adecuado soporte social y familiar, pueden superar con cierta facilidad estas experiencias traumáticas del desplazamiento. En algunos casos los adultos tienen que asumir nuevos roles a nivel familiar. Hay una sobrecarga de trabajo especialmente en las mujeres que tienen que enfrentarse, en general, a problemas económicos al modificar su rol con respecto a la familia (Secretariado Nacional de Pastoral Social, 2000).

Los adultos por su parte son los más afectados por síndromes depresivos y ansiosos. En las mujeres, viudas o con hijos pequeños, que tienen que asumir la conservación del núcleo familiar puede darse un descuido de apariencia personal externa. En una investigación acerca de los significados en personas en situación de desplazamiento se observó por medio de los relatos que los modelos actuales de los conflictos muestran la presencia

de somatizaciones en las personas afectadas por la guerra, y en particular por el desplazamiento forzado, es un hecho que se identifica no sólo en la población entrevistada, sino también en otras poblaciones con características de vida similares. Tal es el caso de la Comunidad de Paz del Urabá chocoano, en donde las personas afectadas por la guerra mencionan una serie de malestares corporales (Sacipa, 2003). Por otra parte, Rojas (2001), menciona que en los ancianos hay menor capacidad de adaptación a situaciones nuevas y en continuo cambio, debido a la dificultad de vivir lejos de su hogar y de su entorno cultural y social.

La familia, única red y espacio de apoyo con la que cuentan los desplazados, sufre serios traumatismos provocados por la imposición y adopción de nuevas formas y pautas de crianza que, alteran los procesos de socialización, además de la negociación de roles y estatus en momentos de crisis por las limitaciones y trabas con el que tropiezan en el orden económico y social para seguir con las funciones tradicionales. Los eventos que provocan el desplazamiento, impactan a las comunidades, ya que son amenazadas en sus costumbres, credos, filiaciones y posturas políticas. Su existencia depende de la transformación radical de los aspectos mencionados o de la salida de sus miembros, al ser sus líderes o figuras políticas amenazadas, asesinadas e intimidadas, lo que genera en la comunidad sentimientos de miedo y desprotección al ser sus espacios representativos y de encuentro, escenarios de acciones violentas, por lo cual quedan “marcados”. De esta manera se alteran sus usos y significados (Planeación, 2001).

Es de esta manera como se expresa en las personas afectadas por la violencia, el desarraigo, sin embargo se puede asegurar que cada una de estas situaciones y consecuencias traen a su vez una respuesta de enfrentamiento que les permite a las personas adaptarse o por lo menos actuar ante la nueva situación, esta respuesta se denomina estrategias de afrontamiento.

El término afrontamiento se basa en el modelo animal que agrupa todos los actos que intentan controlar las condiciones adversas del entorno, y que

disminuyen el grado de perturbación psicofisiológica producida por estas condiciones (Lazarus & Folkman 1984).

La progresiva inclusión de las variables mediadoras en los procesos de manejo del estrés y la creciente atención prestada a las variables cognoscitivas han sido elementos claves en el desarrollo conceptual del afrontamiento. De hecho, uno de los mayores desarrollos teóricos del afrontamiento surge del modelo cognoscitivo del estrés desarrollado por Lazarus y Folkman (1986), a partir de las investigaciones desarrolladas en el Berkeley Stress and Coping Project en los años setenta. Desde este modelo, el afrontamiento se define como “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” (Lazarus & Folkman, 1986). Estos recursos incluyen la salud y la energía física, las creencias existenciales (como la fe en algún creador del universo), y las creencias generales del control que pueda tener el mismo o incluso el medio sobre su problema. (Lazarus & Folkman, 1986).

Los compromisos y sucesos que lo motivan también son considerados, ya que estos pueden ayudar de alguna manera al afrontamiento, además de los recursos que tiene para la resolución de problemas, así como las habilidades sociales y el apoyo social además de los recursos materiales, de esta manera un estudio realizado por Londoño y cols. (2005), demuestra cómo el apoyo social contribuye a la salud mental del desplazado; a partir del apoyo constante y establecimiento de un lugar de refugio, con asistencia por parte de profesionales de la salud, lo que disminuye el impacto emocional y las respuestas de alarma.

Al no estar presentes las condiciones que producen la amenaza, se facilitan las estrategias de afrontamiento orientadas a la búsqueda de la adaptación y se posibilita la regulación emocional posterior al trauma.

Con estos recursos se incrementan las respuestas que tiene un individuo cuando se le presenta una situación que puede ser potencialmente peli-

grosa, es decir, se considera el afrontamiento como una respuesta humana para manejar el estrés, desde el modelo cognoscitivo se hace referencia a estrategias que por una parte conllevan a la resolución de problemas y, por otro, el control emocional (Lazarus & Folkman, 1986).

Desde esta perspectiva teórica se resalta la relevancia de las variables cognitivas. El estrés psicológico se entiende desde la relación entre la persona y el ambiente, cuando en esta relación las demandas evaluadas agotan o exceden los recursos personales se realiza una evaluación que incluye dos procesos, el primero denominado la evaluación primaria y el segundo al que se le conoce como la evaluación secundaria. A través de la evaluación primaria la persona juzga si la situación es irrelevante o estresante. La situación será calificada de estresante cuando implica amenaza, desafío y pérdida o daño. Al considerar la situación como estresante, se sigue con la evaluación secundaria en donde la persona evalúa los recursos y las estrategias de afrontamiento disponibles, además de la posible eficacia de dichas estrategias y las consecuencias de su utilización (Lazarus & Folkman, 1986).

## **ESTILOS DE AFRONTAMIENTO CENTRADOS EN EL PROBLEMA Y LAS EMOCIONES**

Lazarus y Folkman (1984), dividen estas estrategias en dos grandes grupos, el primero centrado en el problema y el segundo centrado en las emociones. El afrontamiento centrado en el problema tiene como función la resolución de problemas, lo cual implica el manejo de las demandas internas o ambientales que suponen una amenaza y descompensan la relación entre la persona y su entorno, ya sea mediante la modificación de las circunstancias problemáticas, o mediante la aportación de nuevos recursos que contrarresten el efecto aversivo de las condiciones ambientales. Estas estrategias de afrontamiento dirigidas al problema son parecidas a las utilizadas para la resolución de éste; como ellas generalmente están dirigidas a la definición del problema, a la búsqueda de soluciones alternativas, a la consideración de tales alternativas con base en su costo y a su beneficio y a su elección y aplicación. Sin embargo, el afrontamiento dirigido al problema implica un

objetivo, un proceso analítico dirigido principalmente al entorno, mientras que en el afrontamiento dirigido a la resolución del problema se incluyen las estrategias que hacen referencia al interior del sujeto.

A su vez las estrategias centradas en el problema se dividen en Afrontamiento Activo y Afrontamiento Demorado. El Afrontamiento Activo se refiere a todos los pasos activos para tratar de cambiar las situaciones o aminorar sus efectos. Incluye iniciar acción directa incrementando los esfuerzos personales. El Afrontamiento Demorado se considera como una respuesta necesaria y funcional, dirigida a buscar la oportunidad apropiada para actuar de forma no prematura (Lazarus & Folkman, 1986).

El segundo grupo centrado en las emociones tienen como función la regulación emocional que incluye los esfuerzos por modificar el malestar y manejar los estados emocionales evocados por el acontecimiento estresante. En términos generales, estos objetivos se pueden conseguir evitando la situación estresante, revaluando cognitivamente el suceso perturbador o atendiendo selectivamente a aspectos positivos de uno mismo o del entorno (Lazarus & Folkman 1986).

De tal manera que las formas de afrontamiento dirigidas a la emoción tienen más probabilidades de aparecer cuando ha habido una evaluación en donde no se puede hacer nada para modificar las condiciones lesionantes, amenazantes o desafiantes del entorno. Por otro lado las formas de afrontamiento dirigidas al problema son más susceptibles de aparecer cuando tales condiciones resultan evaluadas como susceptibles de cambio.

Estas estrategias centradas en las emociones incluyen varias categorías:

- 1) El apoyo social emocional, el cual se centra en la búsqueda de soporte moral, simpatía y comprensión. La aceptación de la respuesta funcional de afrontamiento, ocurre cuando en la primera aproximación, la persona tiende a aceptar la realidad de la situación estresante e intenta afrontar o tratar la situación.

- 2) El apoyo en la religión, es visto como una estrategia al servir como apoyo emocional para muchas personas lo que facilita el logro posterior de una reinterpretación positiva y el uso de estrategias más activas de afrontamiento. De tal manera que en un estudio denominado afrontamiento religioso y ajuste psicológico para el estrés, encontró que personas que buscan apoyo espiritual, realizan obras de beneficencia y se integran a grupos de crecimiento espiritual, disminuyen la tensión causada por los diferentes estresores y aumentan su autoestima, además se adaptan de manera más adecuada a las circunstancias (Vasconcelles, 2005). De otra parte en un estudio acerca de los significados se encontró que la religión fue definida por las personas entrevistadas como otra dimensión desde donde se construye sentido de vida, se identificó como un aspecto humano que atraviesa la vida de todas las personas, otorgándole un carácter divino. La confianza y la fe en un ser supremo es fuente de esperanza ya que, partiendo de una doctrina basada en el amor, se cree fielmente en que nunca, a pesar de los hechos, estarán desprotegidos (Sacipa, 2003).
- 3) La reinterpretación positiva y crecimiento cuyo objetivo es manejar especialmente el estrés emocional en vez de tratar con el estresor; mediante esta interpretación se puede construir una transacción menos estresante en términos de que debería llevar a la persona a intentar acciones de afrontamiento más centradas en el problema.
- 4) La concentración y desahogo de las emociones significa la tendencia a centrarse en todas las experiencias negativas y exteriorizar esos sentimientos. Este comportamiento puede resultar adecuado en un momento específico de mucha tensión, pero centrarse en esas emociones por largos periodos de tiempo, puede impedir la adecuada adaptación o ajuste pues distrae a los individuos de los esfuerzos de afrontamiento activo.
- 5) La liberación cognitiva, generalmente ocurre de forma previa a la liberación conductual. Consiste en hacer un conjunto de actividades

para distraerse y evitar pensar en la dimensión conductual o en la meta con la cual el estresor interfiere.

- 6) La negación, la cual implica ignorar el estresor puede en ocasiones reducir el estrés y favorecer el afrontamiento y ser útil en un periodo de transición, si embargo, si se mantiene puede impedir una aproximación activa. En un estudio realizado a personas en proceso de hemodiálisis se encontró que la negación explica el manejo menos efectivo de la enfermedad y una participación más pasiva, con manifestaciones elevadas de ansiedad, depresión y bajo nivel de ajuste psicosocial (Calvanese & cols., 2004).
- 7) Por último se encuentra la liberación hacia las drogas, lo que implica el uso de alcohol o drogas para evitar pensar en el estresor (Lazarus & Folkman, 1986).

Los estudios demuestran que las últimas cinco estrategias de la lista son las menos funcionales, mientras que las centradas en el problema son más efectivas en la mayoría de las áreas y circunstancias de la vida. Sin embargo, el apoyo social da a los sujetos, medios para poder expresar sus sentimientos, lograr la identificación con otras personas en crisis similares, poder recibir material que pueda ayudarlos, desarrollo de metas reales, proporcionar información y retroalimentarse. Estas personas que cuentan con apoyo social tienen mejor salud mental y afrontan adecuadamente los eventos estresantes (Lazarus & Folkman 1986).

Las estrategias de afrontamiento son eficaces solo si contribuyen al bienestar fisiológico, psicológico y social de la persona. La eficacia de las estrategias de afrontamiento descansa en su habilidad para manejar y reducir el malestar inmediato, así como en sus efectos a largo plazo, en términos de bienestar psicológico y en el estado de salud (Snyder, 1999).

Es necesario tener en cuenta que la aplicación de las dos funciones del afrontamiento, las centradas en el problema y las centradas en las emociones

no son excluyentes, ya que una misma conducta puede servir para varias funciones. En general, todas las situaciones son potenciales disparadoras de las diferentes estrategias de afrontamiento, aunque parece haber características de la situación que influyen en la utilización de estrategias concretas. Por ejemplo en un estudio realizado sobre estilos de afrontamiento en temporada de exámenes y sintomatología somática se encontró que el escape conductual y cognoscitivo no era eficaz en esta situación (Elison, 2006), mientras que en un estudio realizado, acerca de la relación de los estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en adolescentes de nivel socio-económico bajo, se encontró que el 45% presenta un bajo nivel de bienestar psicológico y emplearon estrategias tales como: falta de afrontamiento, reducción de la tensión y autoinculparse. Estas respuestas frente a las situaciones de estrés los conducen a evitar pensar en el problema, buscar recompensas alternativas, sintiendo culpa, lo que, indudablemente puede resultar de riesgo para el joven, ya que la resolución exitosa de cualquier hecho vital, implica poner en marcha estrategias cognitivas y afectivas que, con principio de realidad conduzcan a modificar la situación problemática planteada (Figueroa & cols., 2005).

Por tanto, cabe destacar que los factores importantes para utilizar cualquier tipo de estrategia, dependerán del tipo de suceso, la posibilidad de su modificación, la ambigüedad e incertidumbre, así como la intensidad, la gravedad y la cronicidad de la situación (Lazarus & Folkman, 1986).

De otra manera, en la literatura que existe sobre desastres se dibujan etapas de acontecimiento más que estilos de afrontamiento. Generalmente se definen tres etapas: anticipatorio o de aviso, de impacto o de confrontación y de postimpacto o postconfrontación. El planteamiento cognitivo-fenomenológico del problema es que la amenaza o bienestar se evalúa de forma distinta en las distintas etapas y da lugar a distintas formas de afrontamiento (Lazarus & Folkman, 1986).

En el período de anticipación, el acontecimiento no ha ocurrido todavía y los aspectos principales a evaluar incluyen la probabilidad de que el acon-

tecimiento ocurra o no, el momento en que ocurrirá y la naturaleza de lo que ocurra, es así que el proceso cognitivo de evaluación también valora si el individuo puede manejar la amenaza, hasta qué punto puede hacerlo y de qué forma (Lazarus & Folkman, 1986).

En el período de impacto, muchos de los pensamientos y acciones importantes para el control pierden el valor, el individuo empieza a comprobar si es igual o peor de lo que anticipaba, y en qué aspectos, dando lugar a algunas situaciones estresantes en que la energía mental del sujeto queda tan concentrada en la acción-respuesta que tarda un tiempo considerable en darse cuenta de lo que ocurre y el valor de su importancia (Lazarus & Folkman, 1986).

Estos procesos cognoscitivos que comienzan durante el período de impacto, muchas veces persisten hasta el período de postimpacto.

Aunque el acontecimiento estresante haya terminado su final suscita todo un conjunto nuevo de procesos anticipatorios. Incluso el período de impacto o confrontacional contiene una serie de procesos de evaluación y de afrontamiento dirigidos no sólo al pasado y al presente, sino también al futuro. Los perjuicios y daños que ya han ocurrido contienen también elementos de amenaza en el sentido anticipatorio del término, y nunca es posible separar del todo, excepto para fines de análisis y comunicación, los procesos cognoscitivos y de afrontamiento asociados a cada etapa de un acontecimiento estresante (Lazarus & Folkman, 1986).

Durante la interacción, el individuo descubre la realidad de lo que está ocurriendo y lo que puede hacer al respecto, y esto afecta el afrontamiento.

Otros autores que han trabajado los estilos de afrontamiento son Feuerstein, Labbé & Kuczmierczyk (1986). Estos autores ordenan las posibles categorías de afrontamiento con base en dos conceptos: el método usado y la focalización de las respuestas. Según el método empleado las respuestas pueden ser activas o evitativas. En función de la focalización pueden orientarse

hacia el problema o bien hacia el control de las emociones. A su vez cada una de estas respuestas puede ser de carácter conductual o cognoscitivo dando lugar a la combinación de estos tres criterios, formando un total de ocho categorías de afrontamiento. Además se afirma que otra variable a tener en cuenta son las diferencias culturales, estas se consideran en gran medida como un factor determinante en el tipo de estrategia de afrontamiento que el individuo empleará.

Mechanic (1974), parte de la perspectiva sociopsicológica suscita también tres funciones: enfrentar las demandas sociales del entorno, crear el grado de motivación necesario para hacer frente a las demandas y mantener un estado de equilibrio psicológico para poder dirigir la energía y los recursos a las demandas externas.

Es de gran importancia resaltar la existencia de variables que pueden influir en las estrategias de afrontamiento utilizadas por las personas en situaciones de estrés. Estas variables se denominan recursos para el afrontamiento, en los que se encuentran la salud y la energía, las técnicas para la resolución de problemas, las habilidades sociales, las condiciones personales y los recursos materiales (Lazarus & Folkman, 1986).

La salud y la energía se hallan entre los recursos más generalizados de los relevantes en el afrontamiento de muchas, si no de todas, las situaciones estresantes. Una persona frágil, enferma, cansada o débil tiene menos energía que aportar al proceso de afrontamiento que otra saludable y robusta. El importante papel desempeñado por el bienestar físico se hace particularmente relevante cuando hay que resistir problemas e interacciones estresantes que exigen una movilización importante (Lazarus & Folkman, 1986).

Verse a uno mismo positivamente puede considerarse también un importante recurso psicológico de afrontamiento. Una creencia general sobre locus de control interno produce mayor actividad y persistencia en el afrontamiento (Lazarus & Folkman, 1986).

Las técnicas para la resolución de problemas incluyen la habilidad para conseguir la información, analizar las situaciones, examinar posibilidades, alternativas, predecir opciones útiles para obtener los resultados deseados y elegir un plan de acción apropiado (Lazarus & Folkman, 1986).

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.

El acompañamiento social hace que los jóvenes actúen de manera asertiva, lo que les permite que mejoren su autoeficacia y la retención de la información, tal como lo demuestra un estudio realizado acerca de la relación entre la autoeficacia, el afrontamiento y la retención en estudiantes (Elison, 2006).

Los recursos materiales se han convertido también en un factor apropiado para la activación de estilos de afrontamiento adecuados, simplemente el hecho de tener dinero, incluso aunque no se use, puede reducir la vulnerabilidad del individuo a la amenaza y de esta forma facilitar el afrontamiento efectivo.

Las condiciones personales hacen referencia a valores y circunstancias internalizadas que proscriben ciertas formas de acción y de sentimientos y los déficit psicológicos que son producto del desarrollo del individuo.

Los factores que restringen el afrontamiento del entorno pueden llamarse coactores y algunos se derivan de factores personales en tanto que dependen del entorno.

Hill y cols., (1999) concluyen que el entorno puede diferir en la naturaleza y la frecuencia de la amenaza presentada al individuo, así como el tipo de

opciones disponibles para tratar las situaciones amenazantes. El entorno puede responder a los esfuerzos de afrontamiento del individuo de un modo tal que acabe anulando las estrategias.

El grado de amenaza que experimenta el individuo juega un papel importante en la determinación del afrontamiento. Aquí estamos en un círculo vicioso. El grado en que una persona se siente amenazada depende, en parte, de su evaluación de los recursos de que dispone frente a las demandas internas o externas de una situación determinada y, en parte, de las condiciones que limitan su aplicación.

La amenaza extrema interfiere con los modos de afrontamiento dirigidos al problema mediante sus efectos sobre el funcionamiento cognoscitivo y la capacidad de procesamiento de la información. Esta cuestión se hace principal en el modelo de conflicto de Jenis y Mann (1977), sobre la toma de decisiones, en que la amenaza extrema conduce a una acumulación inefectiva de la información y aun evaluación incorrecta debido a lo que ellos llaman hipervigilancia. Ésta se caracteriza por fantasías obsesivas, funcionamiento cognoscitivo limitado y estancamiento prematuro de conclusiones.

Cuando el grado de estrés es alto, empiezan a predominar los modos de afrontamiento dirigidos a la emoción, junto con una mayor frecuencia de conducta emocional o defensiva. Anderson concluye que la ansiedad asociada a grados de estrés conduce a la sobreutilización de mecanismos de afrontamiento emocional y defensivo y a una insuficiente atención a los dirigidos a la resolución del problema, dando todo ello como resultado una disminución en los niveles de rendimiento.

El control se refiere a los esfuerzos cognoscitivos o conductuales desarrollados para enfrentarse a una situación estresante, se considera el afrontamiento y control como sinónimos y se distinguen de las creencias naturales y situaciones sobre el control que influyen sobre las evaluaciones cognoscitivas de amenaza y desafío.

En un estudio realizado acerca del estrés crónico y el control del trabajo se encontró que variables circunstanciales que tenían una asociación con tranquilizarse, eran la del afrontamiento centrado en el problema como la fuente de la reacción de tensión y el afrontamiento paliativo, el cual ejerce una influencia tranquilizante, este resultado también subraya la necesidad de evaluar el afrontamiento centrado en la emoción por lo que se refiere a los esfuerzos por manejar las emociones de cada persona como se hace a menudo (Elfering & cols., 2005).

La forma como las personas intentan manejar las situaciones problemáticas ha suscitado el interés de múltiples investigaciones, desde la psicología. Un término utilizado últimamente para describir la compleja gama de acciones que despliega una persona en el intento de controlar una situación, es el referido a afrontamiento. Existen diferentes estilos de afrontamiento. De acuerdo con Lazarus y Folkman (1984), el afrontamiento se refiere a 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. Estas estrategias se agrupan en dos grandes tipos, uno centrado en el problema, cuya función es la resolución de problemas, lo cual implica el manejo de las demandas internas o ambientales que suponen una amenaza y descompensan la relación entre la persona y su entorno, ya sea mediante la modificación de circunstancias problemáticas, o mediante la aportación de nuevos recursos que contrarresten el efecto aversivo de las condiciones ambientales y el otro centrado en las emociones, el cual tiene como función la regulación emocional que incluye los esfuerzos por modificar el malestar y manejar los estados emocionales evocados por el acontecimiento estresante.

## OBJETIVO

Describir los estilos de afrontamiento hacia la situación de desplazamiento vivida entre un grupo de hombres y un grupo de mujeres, asistentes a la unidad de Atención Integral al Desplazado en la ciudad de Bogotá.

## MÉTODO

Se realizó una investigación empírico analítica, de tipo descriptivo de corte comparativo.

### Participantes

Los participantes fueron 222 personas, asistentes a la unidad de Atención Integral al Desplazado de la ciudad de Bogotá. La muestra fue escogida por el método de muestreo aleatorio simple de una población total de 500 desplazados, entre ellos 270 mujeres y 230 hombres, de los cuales se escogieron 102 hombres y 120 mujeres.

### Instrumento

Para medir los estilos de afrontamiento de adultos frente a la situación de desplazamiento se utilizó la escala creada por Lazarus y Folkman en 1980, denominado **Woc - Ways of Coping Scale**, la cual es una escala tipo likert que comprende un listado de 72 ítems con cuatro alternativas de respuesta.

Las estrategias de afrontamiento evaluadas incluye: reevaluación positiva, reacción depresiva, negación, planificación, conformismo, desconexión cognitiva, desarrollo personal, control emocional, distanciamiento, supresión de actividades distractoras, refrenar el afrontamiento, evitar el afrontamiento, resolver el problema, buscar apoyo social al problema, desconexión comportamental, expresión emocional, apoyo social emocional y respuesta paliativa, cada una de éstas varía entre 1 y 16 con los siguientes intervalos 1-4 menos utilizada, 5-16 habitual.

Finalmente determina el método, la focalización de la respuesta y la actividad en los estilos de afrontamiento. De acuerdo con el método se clasifican en tres estilos, activo, pasivo y de evitación. Con respecto a la focalización se toman tres estilos, centrado en la respuesta, centrado en el problema y centrado en la emoción. Por último según la actividad se clasifica en cognitiva o

conductual cada uno de estos métodos varían entre 1y 96 con los siguientes intervalos 1-24 no utilizado, 25-48 característico de utilización.

Para medir el afrontamiento se pidió a los sujetos que indicaran los pensamientos, sentimientos y comportamientos que tuvieron para afrontar las distintas demandas de una determinada situación. Estas respuestas pueden clasificarse según la función que desempeñen (dirigirse a la resolución del problema o de la emoción).

## **Procedimiento**

Para el desarrollo del presente estudio se realizaron las siguientes fases.

Fase 1: Selección de la muestra. Se hizo contacto con la Unidad de Atención al Desplazado de la ciudad de Bogotá a la que asisten 500 sujetos y se determinó una muestra significativa para el estudio.

Fase 2: Aplicación de la prueba. Se contactó la población y se hizo la aplicación de la prueba, en un salón determinado por la unidad de atención al desplazado, a los cuales se les presentó la escala y se les indicó la manera cómo contestarla.

Fase 3: Calificación y análisis de resultados. Se calificaron las pruebas de acuerdo con los estilos de afrontamiento utilizados. Posteriormente se realizó una base de datos, en la cual se tabularon los resultados obtenidos teniendo en cuenta las variables de edad, género, lugar de procedencia, así como el estado civil.

Fase 4: Presentación de resultados en los cuales se pretendió establecer si hay o no diferencias en cuanto a los estilos de afrontamiento de hombres y mujeres Asistentes a la Unidad de Atención Integral al Desplazado.

Fase 5: Discusión de los resultados obtenidos.

## RESULTADOS

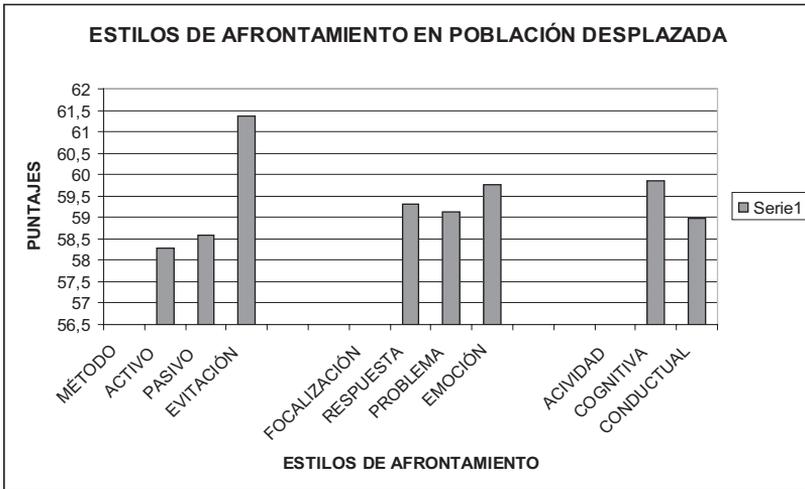
Los resultados de este estudio se presentan en tres secciones: la primera muestra los resultados del análisis cuantitativo de los datos demográficos como son edad, estado civil: definido como la situación jurídica de una persona física considerada desde el punto de vista del derecho de familia y la Constitución Colombiana y que hace referencia a la calidad de casado, soltero, unión libre, separado o viudo. Lugar de procedencia: entendido como el sitio de residencia donde se presentó el suceso de desplazamiento. La segunda parte corresponde al análisis descriptivo del total de los resultados obtenidos de las respuestas de los individuos al contestar la escala Ways of Coping, los diferentes aspectos que evalúa este instrumento como son el método de afrontamiento utilizado, la focalización utilizada y la actividad que utilizan los sujetos como recurso de afrontamiento. Posteriormente se hicieron las respectivas comparaciones para cumplir con los objetivos propuestos.

### DESCRIPCIÓN MUESTRAL

La muestra de 222 sujetos que participaron en esta investigación el 46 % fueron hombres, lo que equivale a 102 y el 54 % fueron mujeres lo que equivale a 120 mujeres que asisten a La Unidad de Atención al Desplazado.

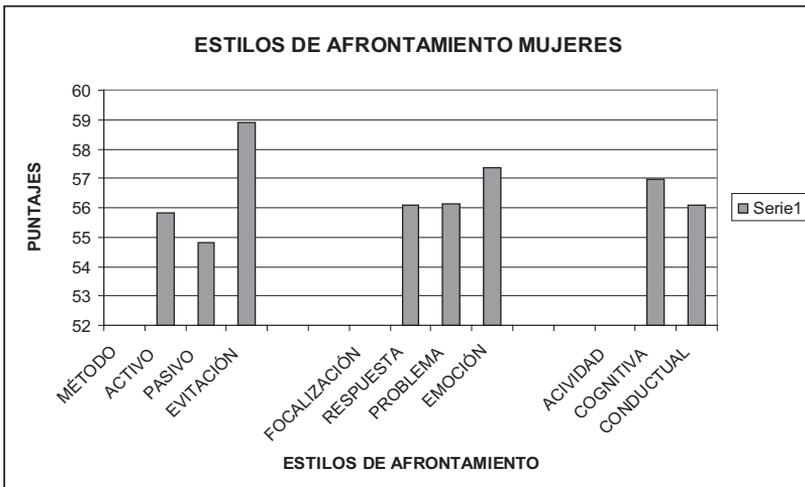
La totalidad de los sujetos es mayor de edad con una media de 38.03 años, lo que indica que la mayoría de los sujetos son adultos intermedios, para caracterizar más detalladamente se establecieron ocho intervalos de edad en los que se determinaron los diferentes tipos de afrontamiento que son utilizados.

El estado civil de los 222 sujetos está dividido en solteros el 16 % equivalentes a 35 sujetos, casados el 27 % equivalente a 59 sujetos, unión libre el 34 % equivalente a 77 sujetos, separados el 22 % equivalente a 22 sujetos y viudos el 13 % equivalente a 29 sujetos.



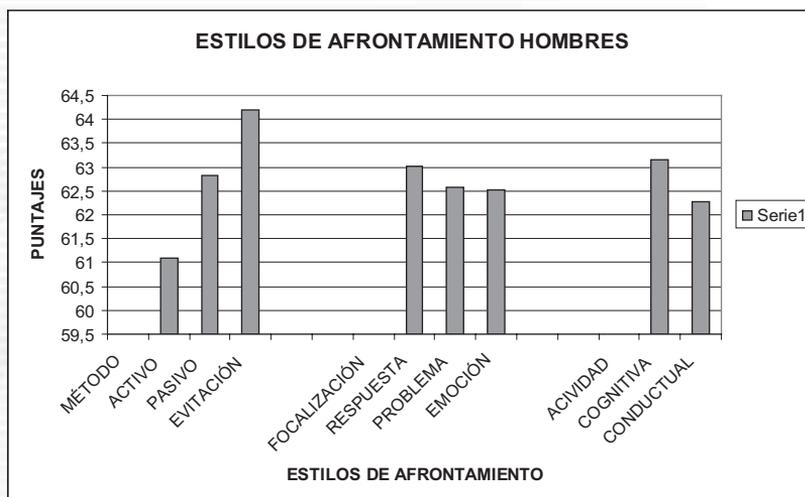
**Figura 1.** Estilos de afrontamiento población desplazada.

Como indica la figura 1 en la totalidad de los sujetos evaluados los puntajes obtenidos al contestar el cuestionario WOC muestra que en la totalidad de la población los diferentes estilos de afrontamiento son característicos y por lo tanto son utilizados, los más utilizados son el método de evitación, la focalización en la emoción y la actividad conductual.



**Figura 2.** Estilos de afrontamiento en mujeres.

La figura 2 indica los diferentes estilos de afrontamiento utilizados por las mujeres asistentes a la unidad de atención al desplazado, se puede observar que los más utilizados son el método de evitación, la focalización en la emoción y la actividad cognitiva, aunque todos son característicos y por lo tanto son utilizados por las mismas.



**Figura 3.** Estilos de afrontamiento en hombres.

La figura 3 señala los diferentes estilos de afrontamiento utilizados por los hombres asistentes a la unidad de Atención al Desplazado de la ciudad de Bogotá, se puede observar que los más utilizados son el método de evitación, la focalización en la respuesta y la actividad conductual, aunque todos son utilizados.

## DISCUSIÓN

El objetivo del presente estudio fue describir los estilos de afrontamiento de una población asistente a la unidad de Atención al Desplazado de la ciudad de Bogotá, y las diferencias existentes entre hombres y mujeres de estos estilos evaluados por el inventario de estilos y estrategias de afrontamiento realizado por Folkman y Lazarus utilizado para esta investigación.

Al analizar la población desplazada por la violencia asistente a la unidad de Atención al Desplazado, se encuentra que en cuanto a los estilos de afrontamiento, las personas buscan apoyo en la religión, en algunos casos creen que este recurso aporta aspectos positivos que los fortalecen ante la nueva situación, en especial en las mujeres, resultado consistente con el encontrado en un estudio denominado afrontamiento religioso y ajuste psicológico para el estrés, en el cual se muestra cómo en personas que buscan apoyo espiritual, realizan obras de beneficencia e integran a grupos de crecimiento espiritual, disminuyen la tensión causada por los diferentes estresores y aumentan su autoestima, además de adaptarse de manera más adecuada a las circunstancias (Vasconcelles, 2005).

En cuanto a buscar actividades alternativas que fortalezcan el aspecto emocional y los lleven a ver las dificultades de manera más clara, se encuentra que estas personas evitan actividades diferentes a las que se centren en el problema y en descartar soluciones para éste, pasan por estados en los que se sienten incapaces de analizar la situación, procuran no hacer frente a lo sucedido, prefieren soportar todas las situaciones que para ellos no tienen solución, dejan de anhelar las cosas que quieren, se sienten incapaces para realizar y analizar las situaciones, confían en que todo cambiará en el futuro y se desinhiben mediante el uso de bebidas alcohólicas o medicamentos.

Lo anterior se puede relacionar con lo planteado por Ospina, Cortés y Bustos (2001), quienes refieren que las personas en situaciones de desplazamiento deben enfrentarse a una nueva cultura sin ninguna clase de preparación. Esta situación genera un impacto cultural, que da lugar a desaparición de opciones que le permitan sentirse capaz de acciones efectivas para garantizar el bienestar propio y de los suyos. Son frecuentes los sentimientos de desvalidez e impotencia, la desorientación y errancia emocional, con el agravante de la pérdida de la intimidad, que con anterioridad facilitaba el manejo privado del afecto y de las tensiones intrafamiliares. Puede surgir apatía o resistencia a las iniciativas que busquen esfuerzo conjunto, para empezar a resolver los problemas (Castaño & Jaramillo, 1998).

Por otra parte, se puede afirmar que existen diferencias significativas en los estilos de afrontamiento entre hombres y mujeres, se encuentra que en los hombres hay una mayor tendencia en la utilización de los diferentes estilos de afrontamiento, de tal manera que al revisar cada uno de los aspectos de calificación de la prueba, se obtuvo, que según el método utilizado, las mujeres y los hombres tienen más tendencia de utilizar los métodos evitativos, sin embargo, las mujeres utilizan estilos activos de afrontamiento, mientras que en los hombres se evidencian los pasivos.

En las mujeres hay un distanciamiento, lo que les permite no pensar en sus sentimientos, evitar recordar las emociones pensando en recuerdos agradables, buscan alivio en la religión, en comer, fumar, tomar medicamentos o en el consumo de alcohol; mientras que los hombres se niegan a creer que algo se pueda hacer, tratan de evitar realizar actividades por temor a que algo malo pueda llegar a sucederles o que no puedan darle solución, se comportan como si nada hubiera ocurrido o adornan la situación, llegando a fantasear para evitar pensar en lo sucedido. Como lo expresa un estudio sobre estilos de afrontamiento y estrés crónico, el cual afirma que el afrontamiento paliativo, ejerce una influencia tranquilizante, en las personas que lo utilizan (Elfering & cols., 2005).

De otra manera, de acuerdo con la focalización, se puede afirmar que en esta población las mujeres se centran más en la emoción, mientras que los hombres se centran en la respuesta, lo que significa que mientras en la mujer se evidencia un desarrollo y control emocional, un distanciamiento de la situación, búsqueda de apoyo y respuesta paliativa, en los hombres hay una reevaluación positiva de la actual situación, con reacciones depresivas, lo que genera supresión de actividades distractoras, y hasta una negación de la situación vivida llegando a desfigurarse el problema y disfrazando lo ocurrido, dejando de lado el afrontamiento y centrándose en aspectos negativos, lo que podría explicar la presencia de mayor cantidad de mujeres en la unidad de atención al desplazado.

Este resultado coincide con el presentado por Jenis y Mann (1977), en el que sustentan que la amenaza extrema interfiere con los modos de afrontamiento dirigidos al problema mediante sus efectos sobre el funcionamiento cognoscitivo y la capacidad de procesamiento de la información. Esta cuestión se hace principal en el modelo de conflicto de Jenis y Mann (1977) sobre la toma de decisiones, en que la amenaza extrema conduce a una acumulación inefectiva de la información y aun evaluación incorrecta debido a lo que ellos llaman hipervigilancia.

Además como lo expresa Lazarus y Folkman (1984) las formas de afrontamiento dirigidas a la emoción tienen más probabilidades de aparecer cuando ha habido una evaluación en donde no se puede hacer nada para modificar las condiciones lesionantes, amenazantes o desafiantes del entorno.

Por último, de acuerdo con la actividad, se evidencia que tanto en hombres como en mujeres hay una mayor reacción cognoscitiva que conductual, sin embargo, se reportan diferencias significativas en la susceptibilidad de utilización. Es decir, mientras en las mujeres hay una reevaluación positiva de la situación, desarrollo personal, desconexión cognoscitiva del problema y distanciamiento de la situación, en los hombres se observa que aunque se presenta un desarrollo personal y control emocional, son marcadas las reacciones depresivas y la negación del problema, como de la situación vivida y la actual.

Resultado que concuerda con la literatura que existe sobre desastres, en la que se dibujan etapas de acontecimiento más que estilos de afrontamiento. Generalmente se definen tres etapas: anticipatorio o de aviso, de impacto o de confrontación y de postimpacto o postconfrontación. En el período de impacto se evidencia que comienzan los procesos cognoscitivos, que muchas veces persiste hasta el período de postimpacto. Es decir, aunque el acontecimiento estresante haya terminado, su final suscita todo un conjunto nuevo de procesos anticipatorios. Incluso el período de impacto o confrontacional contiene una serie de procesos de evaluación

y de afrontamiento dirigidos no sólo al pasado y al presente, sino también al futuro. Los perjuicios y daños que ya han ocurrido contiene también elementos de amenaza en el sentido anticipatorio del término, y nunca es posible separar del todo, excepto para fines de análisis y comunicación, los procesos cognoscitivos y de afrontamiento asociados a cada etapa de un acontecimiento estresante.

Al tomar en cuenta el estado civil de las personas en cuanto al método utilizado no se evidencian diferencias, en todos los casos se utiliza el método de evitación con mayor frecuencia, lo que les permite tomar distancia de lo sucedido, negación, desconexión cognitiva y comportamental. Diferente a lo anterior de acuerdo con la focalización de la respuesta, se observa que las personas viudas, utilizan el estilo de afrontamiento centrado en la respuesta, mientras los otros utilizan el centrado en la emoción, lo que genera que en las personas viudas haya una negación, reacción depresiva, supresión de actividades distractoras, evitar el afrontamiento mientras en los otros se vea planificación, control emocional, búsqueda de apoyo y respuesta paliativa. De igual manera, de acuerdo con la actividad realizada se observa que las personas de estado civil viudo con mayor frecuencia realizan actividades conductuales, mientras que en los otros se evidencian más respuestas cognitivas, lo que permite que en las personas que no perdieron a su compañero haya una reevaluación positiva, planificación, desarrollo personal, control emocional, mientras que la pérdida del cónyuge genera supresión de actividades distractoras, desconexión comportamental, y evitar el afrontamiento.

Estos resultados son consistentes con lo expresado por Sacipa (2003), en el sentido que los adultos por su parte son los más afectados por síndromes depresivos y ansiosos; en las mujeres, viudas o con hijos pequeños, que tienen que asumir la conservación del núcleo familiar puede darse un descuido de apariencia personal externa.

Otra variable determinante en el estudio es la edad, en la cual se observa que en edades entre 30 y 35 años, el método utilizado es el activo, lo

que indica que en estas personas hay una mayor adaptación a la nueva situación ya que hay una reevaluación positiva, planificación y desarrollo personal.

De acuerdo con la focalización se observa que entre 24-29 años y 48-53 años hay una focalización en la respuesta por lo que se considera que estas personas evitan o refrenan el afrontamiento, por la supresión de actividades distractoras y la negación. Resultado que podría contrastarse con lo expresado por Cortés y Bustos (2001). Esta situación genera un impacto cultural, que da lugar a desaparición de opciones que le permitan sentirse capaz de acciones efectivas para garantizar el bienestar propio y de los suyos. Son frecuentes los sentimientos de desvalidez e impotencia, la desorientación y errancia emocional, con el agravante de la pérdida de la intimidad, que con anterioridad facilitaba el manejo privado del afecto y de las tensiones intrafamiliares.

Por último, de acuerdo con la actividad, se observa que no hay diferencias, ya que se centran en actividades cognitivas; resultado consistente con lo encontrado en las diferencias de afrontamiento en hombres y mujeres, de tal manera que se podría explicar a partir del período de impacto y post-impacto.

Es de destacar que los estilos de afrontamiento de cada persona, hacen que las personas actúen y se comporten de determinada manera, sin embargo, como lo plantea Snyder (1999). Las estrategias de afrontamiento son eficaces solo si contribuyen al bienestar fisiológico, psicológico y social de la persona. La eficacia de las estrategias de afrontamiento descansa en su habilidad para manejar y reducir el malestar inmediato, así como en sus efectos a largo plazo, en términos de bienestar psicológico y en el estado de salud.

De tal manera que se puede concluir que en las mujeres se evidencia un desarrollo personal y un control emocional, lo que indica que hacen una reevaluación positiva de la situación, se desconectan cognoscitivamente del

problema, evitan recordar emociones recordando situaciones agradables, además de la respuesta paliativa y la búsqueda de apoyo, mientras en los hombres se observa una negación de lo ocurrido, evitan creer que algo se pueda hacer, evitan realizar actividades por temor a que algo pueda sucederles, o que simplemente no encuentren solución, hay supresión de actividades distractoras y en ocasiones disfrazan la situación.

En cuanto a la unidad de Atención al Desplazado se recomienda fortalecer el programa en apoyo emocional, de tal manera que se realicen grupos que permitan hacer una reevaluación de lo sucedido, de las pérdidas, de las carencias, que fomente el apoyo social. Además de hacer una reevaluación de lo que será el futuro, las pérdidas y ganancias que les trajo el desplazamiento y la reestructuración de la identidad a partir de la construcción de familia.

Por otro lado, para nuevas investigaciones, es importante resaltar en las personas víctimas del desplazamiento forzado el valor de la identidad, a partir del reconocimiento de las fortalezas, debilidades, y la elaboración de metas. En cuanto a las comunidades a donde llegan los desplazados, una evaluación crítica de lo que pasó, de las carencias, del apoyo y el respeto, sin llegar a la violencia y a la marginación.

Las fortalezas del estudio radican en la importancia social que tiene el describir los diferentes estilos de afrontamiento de una población desplazada de la ciudad de Bogotá asistentes a la unidad de Atención al Desplazado para poder tener un marco de referencia para futuras investigaciones.

Al ser este tema poco investigado, aunque es uno de los fenómenos sociales que involucra a gran parte de la población, y que genera una serie de consecuencias a nivel psicológico, y que afecta las diferentes áreas de funcionamiento de los individuos, provee a la comunidad de un marco de referencia teórico, además de que en él se muestra y se da iniciativa a programas de intervención, como es el de programas de apoyo social, por parte de ellos como personas desplazadas y de comunidades en las que se ha identificado el establecimiento de estas comunidades.

## REFERENCIAS

- Acevedo, D. (1995). *La mentalidad de las élites sobre la violencia en Colombia*. Bogotá: El Ancora, IEPRI.
- Asociación Colombiana de Facultades de Psicología. (1997). II Encuentro Nacional de Facultades de Psicología. Universidad Santo Tomás. *Código de Ética para la Psicología*. Bogotá: ASCOFAPSI.
- Bello, M. (2001). *Desplazamiento forzado y reconstrucción de la identidad*. Bogotá: ICFES.
- Betancourt, D. & García, M. (1990). *Matones y cuadrilleros: origen y evolución de la violencia en el occidente colombiano*. Bogotá: Tercer Mundo, IEPRI.
- Bolaños, A. (1990). *El cambio psicológico*. Barcelona: Kairós.
- Briones, G., (1998). *Métodos y Técnicas para la Investigación para las Ciencias Sociales*. México: Trillas.
- Calvanese, N. & Cols. (2004). Estilos de afrontamiento y adaptación al tratamiento en pacientes sometidos a hemodiálisis. *Revista de Nefrología Latinoamericana*, 89-94.
- Castaño, L. & Jaramillo, L. (1998). *Violencia política y trabajo psicosocial*. Bogotá: Avre.
- Corporación Casa de la Mujer Hospital Tunjuelito PNA. (1996). *Protocolo de Atención y vigilancia a mujeres en situaciones de violencia*. Bogotá: Hospital Tunjuelito.
- Castillejo, A. (2000). *La poética de lo otro*. Ministerio de Cultura, ICANH, Colciencias.
- Daza, G. & Zuleta, M. (1997). *Maquinaciones sutiles de la violencia*. Bogotá. Siglo del Hombre, DIUC-Universidad Central.
- Defensoría del Pueblo. (2003). *Desplazamiento forzado en Colombia*. Bogotá: Imprenta Nacional.
- Departamento Nacional de Planeación. (2001). *La Paz: el desafío para el desarrollo*. Bogotá: TM.

- Devonport, T. & Lane, A. (2006). Relationships between self- efficacy, Coping and student retention. *Social for Personality Research. Social Behavior and Personality*, 34, 2, 127-138.
- Elfering, A. & Cols. (2005). Chronic job stressors and job control: Effects on event-related coping success and well being. *Journal of Occupational and Organizational Psychological*, 78, 237-252.
- Espinel, J., Hernandez, M., Vargas, J., García, J., Jiménez, A. & Vega, D. (2000). *Aspectos psicológicos, sociales y jurídicos del desplazamiento forzoso en Colombia*. Bogotá: Tesis de grado.
- Ferro, J. & Uribe, G. (2002). *El orden de la guerra. Las FARC-EP entre la organización y la política*. Bogotá: Centro Editorial Universidad Javeriana. CEJA.
- Feuerstein, M., Labbé, E. E. & Kuczmierczyk, A. R. (1986). *Health psychology: A psychobiological perspective*. Nueva York: Plenum Press.
- Figuroa, M. & Cols. (2005). Los estilos de afrontamiento y su relación con el bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socio económico bajo. *Anales de Psicología*. 21, 1, 66-72.
- Fundación FES (2001). *Educación y efectos psicosociales del desplazamiento*. Bogotá.
- Guerrero, J. (1991). *Los años del olvido: Boyacá y los orígenes de la violencia*. Bogotá: Tercer Mundo, IEPRI.
- Gutiérrez, F. (2002). *Degradación o cambio. Evolución del sistema político colombiano*. Bogotá: IEPRI - Norma.
- Hamer, D. (1998). *Living with our Genes*. New York: Doubleday.
- Hernández, J., Fernández, R. & Batispta, L. (1998). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill.
- Junta de Gobierno del Colegio Oficial de Psicólogos (1987). *Código deontológico del psicólogo*. Madrid: Magistra.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *El concepto de afrontamiento en estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Linares, L. (1997). *Análisis psicológico y casuístico de la violencia y la agresividad en Colombia*. Bogotá: Prag.
- Londoño, A., Muñoz, S., Correa, P., Patiño, P., Jaramillo, D., Raigoza, S., Toro, A., Restrepo, L. & Rojas, D. (2005). Salud mental en víctimas de la violencia en Bojayá. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 24, 4, 87-96.
- Mases, D. (2000). *Manual del comportamiento antisocial*. Nueva York: Pleno.
- Mechanic, D. (1974). *Social structure and personal adaptation: Some neglected dimensions*. New York: Basic Books.
- Morrison, A. & Loreto, M. (1999). *El costo del silencio*. New York: Banco Interamericano de Desarrollo.
- Ortiz, C. (1999). *Urabá: tras las huellas de los inmigrantes 1955-1990*. Bogotá: ICFES.
- Ospina, P., Cortés, A. & Bustos, H. (2001). *Un aporte desde la psicología comunitaria para la comunidad desplazada asentada en la localidad de Usme*. Bogotá: Tesis de grado.
- Perea, C. (1996). *Porque la sangre es espíritu. Imaginario y discurso político en las élites capitalinas*. Bogotá: Aguilar, IEPRI.
- Presidencia de la República de Colombia. (1998). *Ley 294 de 1996: Violencia Intrafamiliar*. Bogotá: Imprenta Nacional de Colombia.
- Pelechano, V. (1999): *Calidad de vida, familia y afrontamiento en la enfermedad física crónica: datos y sugerencias para un modelo*. Madrid: Pirámide .
- Procuraduría General de la Nación. (2002). *Raíces sin tierra "atención e impacto del desplazamiento forzado"*. Bogotá: Imprenta Nacional.
- Ramírez, M. (2001). *Entre el estado y la guerrilla. Identidad y ciudadanía en el movimiento de los campesinos cocaleros del Putumayo*. Bogotá: ICANH Colciencias.

- Red de Solidaridad Social. (2001). *Atención a la población desplazada en Colombia. Informe de gestión*. Bogotá.
- Rojas, J. (2001). *Desplazamiento forzado interno en Colombia conflicto paz, y desarrollo*. Bogotá: Kimpres.
- Roldán, M. (2002). *A sangre y fuego. La violencia en Antioquia, Colombia 1946-1953*. Bogotá: ICANH, Fundación para la Promoción de la Ciencia y la Tecnología, Imprenta Nacional.
- Sacipa, S. (2003). Lectura de los significados en historias del desplazamiento y de una organización comunitaria por la paz. *Univ. Psicología*. 2, 1, 49-56.
- Sante, C. & Uribe, F. (2001). *Desplazamiento, aproximación psicosocial y abordaje terapéutico*. Bogotá: Kimpres.
- Sañudo, S. (2002). *Impacto psicológico de la violencia política en Colombia*. Barranquilla: Universidad del Norte.
- Saucedo, I. (1997). *Violencia doméstica y salud: avances y limitaciones para la investigación y atención*. México: Espasa.
- Secretariado Nacional de Pastoral Social. SNP (2000). *Desplazamiento forzado en Antioquia, Aproximaciones teóricas y metodológicas al desplazamiento en Colombia*. Bogotá: Kimpres.
- Selye, H. (1983). *Selye's Guide to Stress Research*. New York: Scientificand Academic.
- Snyder, C. R. (1999). *Coping. The psychology of what works*. New York: Oxford University Press.
- Susman, E. & Ponirakis, A. (1997). *Interacción, hormona, contexto y comportamiento antisocial en la juventud*. Nueva York: Wiley.
- Tassara, C. & Jiménez, D. (2000). *El desplazamiento por la violencia en Colombia* Bogotá: Litoperla.
- Tilly, C. (2000). *Large Scale Violence as contentious politics*. Handbook of research on violence, Westview. Columbia University.
- Vasconcelles, E. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: a meta analysis. *Journal of Clinical Psychology*. 61, 4, 461-480.