

Los recursos de ajuste psicosocial como base para el diseño de tutorías individuales.

José Ángel Vera Noriega¹ y Claudia Karina Rodríguez Carvajal

Resumen

Se llevo a cabo una evaluación psicométrica de recursos de ajuste psicosocial a estudiantes recién egresados de Educación Media Superior en el Estado de Sonora. El instrumento consta de cinco rasgos de ajuste psicosocial que a continuación se mencionan; autoconcepto, locus de control, enfrentamiento a los problemas, orientación al logro, evitación al fracaso y bienestar subjetivo. Se sugiere un trabajo de tutoría individual y grupal en base a los resultados obtenidos con el objetivo de llevar a cabo acciones preventivas de tipo normativo y de motivación interna que orienten al estudiante a desempeñarse de manera positiva y armoniosa en los estudios de Educación Superior.

Introducción.

En la conformación de la identidad psicológica interviene un poderoso ecosistema subjetivo, es decir, que explica la forma cómo el individuo y los diversos grupos perciben e interpretan su funcionamiento en un ecosistema objetivo (Díaz-Guerrero, 2003). Ese ecosistema subjetivo es propio del individuo como actor social y solamente compete a él, pero también el individuo siempre estará inmerso en una sociedad que le dará la pauta para su ajuste a dicho contexto social. Y es en ese mismo ecosistema donde se genera un abanico de habilidades y competencias (conductuales y cognitivas) que dan como resultados preponderancias a responder a la demandas del medio.

¹ José Ángel Vera. Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo AC. Investigador Titular C. mail: avera@ciad.mx. Claudia Karina Rodríguez Carvajal. TECNOESTATA SC. Consultor en Proyectos de Investigación, Desarrollo Humano y Psicología Social. mail: tecnoestata@gmail.com

De acuerdo con Palomar, Lanzagorta y Hernández (2004) existen variables que denotan la composición psicológica de las personas, a las cuales se les da el valor de recursos psicológicos mediadores. Algunos de estos recursos son: estrategias de afrontamiento al estrés, competitividad, maestría, locus de control, estado de ánimo y autoestima.

Palomar y Valdés (2004) han demostrado que si se modifican esos rasgos podrían mejorar las condiciones de las personas; han estudiado la relación que existe entre la pobreza y los recursos psicológicos en relación al bienestar subjetivo, en donde se ha encontrado que prevalecen los aspectos negativos, tales como tendencia a la depresión, locus de control externo, y además no se da una orientación hacia la competitividad y la maestría. Por lo que se puede decir que la percepción de las condiciones de vida que tienen los sujetos pueden ser modificadas al tener ciertas características personales, o como lo dicen Palomar y Lanzagorta (2005): los recursos psicológicos están estrechamente relacionados con el bienestar subjetivo que sería un equivalente de la calidad de vida.

Vera y colaboradores (2003), contempla rasgos de personalidad que denotan y conforman la identidad psicológica de los individuos, actualmente llamados recursos psicológicos que el individuo cuenta para enfrentar las exigencias del medio, siendo los siguientes: autoconcepto, locus de control, enfrentamiento de los problemas, orientación al logro y evitación al éxito. Además un constructo de contraste que es el bienestar subjetivo. Enseguida se definen estos rasgos que ayudaran a perfilar a los candidatos;

Autoconcepto. Percepción que uno tiene de sí mismo, son las actitudes, sentimientos y conocimientos acerca de nuestras capacidades, habilidades, apariencia y aceptabilidad social. Vera, Domínguez, Laborín y cols., señalan que la construcción de este sistema se ve influenciado por el medio social en donde el individuo se desenvuelve, y de acuerdo a ello, existe variabilidad en las autopercepciones dependiendo del contexto social.

Locus de control. A finales de los años 50 y principios de los 60, en el ámbito de la psicología se empezó a estudiar el tema del control en relación a cómo los individuos pueden

conseguir y mantener una sensación de control sobre sus vidas, pero ha sido en las últimas tres décadas cuando han proliferado los estudios referidos a este tema (Vera, 2009).

Rotter (1966) introduce dentro del marco más global de la Teoría del Aprendizaje Social el concepto de locus de control, sugiriendo que las personas consideran a los eventos que ocurren en sus vidas como dependientes o independientes de sus acciones. Cuando un acontecimiento es percibido por un persona como no contingente a alguna acción suya (típicamente percibido como resultado de la suerte, el destino o el poder de otros) se habla de un locus de control externo; mientras que cuando el acontecimiento es interpretado como contingente a su conducta o a sus características personales (esfuerzo, inteligencia, habilidad) se denomina locus de control interno. (Laborin, Vera, Durazo y Parra, 2008). León (1998) nos recuerda que al atribuir nuestros éxitos y fracasos a factores internos o externos, reflejamos nuestra percepción del mundo, nuestras expectativas, nuestras creencias y actitudes, y que tienen incuestionables efectos sobre nuestra conducta social.

Enfrentamiento a los problemas. A este concepto se le considera actualmente como un factor que media la relación entre el estrés y la adaptación (Góngora, 2000). Representa la forma en que las personas interpretan y responden a las demandas del entorno. Dentro de la literatura del tema del estrés y el enfrentamiento, el modelo cognitivo propuesto por Lazarus y Folkman (1991) es posiblemente la aportación más importante e influyente en este campo del quehacer psicológico. Los citados autores conceptualizaron al enfrentamiento como:

“aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (pag. 141).

En cuanto a las estrategias de enfrentamiento, una de las clasificaciones más utilizadas es la que distingue entre el estilo centrado en el problema y el estilo centrado en la emoción. El enfrentamiento centrado en el problema va dirigido a manipular o alterar la situación problemática a través de una acción directa, mientras que el estilo centrado en la emoción se

utiliza para reducir las emociones negativas generadas por el estrés a través de la evitación, minimización, aceptación o distanciamiento (Góngora, 2000).

Orientación al logro y evitación al fracaso. Entre los procesos psicológicos básicos, tal vez los que se encuentren relacionados de manera más estrecha con la acción sean los procesos motivacionales.

De los motivos sociales nos interesamos por tres de ellos: logro, poder y afiliación. Estos autores señalan que en el curso de la socialización los individuos adquieren dos motivos relacionados con el logro. Uno es el motivo al logro del éxito, que se refiere a la tendencia de cada persona para buscar el éxito y sus consecuencias afectivas positivas; el otro motivo es el de evitación al fracaso y tiene que ver con la tendencia para evitar las consecuencias afectivas negativas de fracasar o no lograr el éxito (Laborin, Vera, Batista y cols.)

Las personas con alta motivación al logro tienden sólo a involucrarse en tareas donde prueben sus habilidades, sus respuestas emocionales son de esperanza, orgullo y gratificación anticipada; mientras que las personas con baja motivación al logro tienden a evitar las tareas que prueben sus habilidades y suelen responder con emociones como ansiedad, defensa y miedo al fracaso.

El concepto de evitación o temor al éxito fue introducido por Horner (1972 citado en Espinosa, Pick y Reyes; 1988) como una dimensión más de la teoría de motivación al logro, la cual hace referencia a una tendencia inhibitoria de los actos que expresan la realización o el logro. Sugirió que es una característica estable de la personalidad adquirida en una edad temprana, junto con los estándares de los roles de género. (Espinosa, Pick y Reyes, 1988 y Espinoza 1999).

Bienestar subjetivo. El bienestar subjetivo ha sido estudiado por Diener (1984) y Diener y Larsen (1993) quienes mencionan que la estructura del bienestar subjetivo está conformada por dos componentes esenciales: la satisfacción con la vida y el equilibrio afectivo. El constructo refiere una percepción del mundo circundante donde el criterio es personal en el sentido estricto

de su valoración, mientras que Diener y Lucas (1999) refieren que un indicador de la calidad de vida de una sociedad es el grado de felicidad y satisfacción con la vida de sus ciudadanos. El estudio de estos factores subjetivos constituye un área general de interés científico y no únicamente una estructura específica, pues incluye las respuestas emocionales de los individuos, sus satisfacciones de dominio y los juicios globales de satisfacción con la vida (Diener, Suh, Lucas y Smith, 1999).

El bienestar subjetivo es el campo de la psicología que intenta entender las evaluaciones que la gente hace sobre su propia vida, por ejemplo: la satisfacción con la vida, la satisfacción matrimonial o puede consistir en la frecuencia con la que se experimentan emociones agradables como la alegría, y/o emociones desagradables como la depresión. (Diener, Suh y Shigeiro ,1997) Las investigaciones se orientan a entender no solamente estados deseables o indeseables de las personas, sino también las diferencias entre la gente cuando se comparan sus niveles positivos y negativos del bienestar a largo plazo. (Lawton 1972: citado en Izal y Fernández-Ballesteros, 1990) La medición del bienestar subjetivo sugiere una correlación entre variables demográficas de los individuos y las diferencias culturales que existen entre los sujetos (Vera, 2007).

Así pues, se trata de una evaluación psicológica que supone que el ajuste al grupo de referencia “ aspirantes a la escuela formadora de docentes “ tienen elementos de identidad social, vocacionales, patrimoniales de cultura y socio demográficos que comparten como grupo de jóvenes que se interesa en la profesión magisterial. De tal forma, el perfil psicológico del alumno aspirante aceptable es congruente con su grupo de referencia.

Método.

Participaron en la evaluación de ajuste social, 2390 estudiantes egresados de EMS (Educación Media Superior). De esos el 48.92 % (n=1161) aplicaron en el municipio de Navojoa; el 35.53% (n=849) en la ciudad de Hermosillo, y en la Cd. Obregón el 15.44% (n=369). Todos los participantes pertenecían a una de las modalidades de EMS en el Estado de Sonora.

Instrumento de medida. Se construyó un cuadernillo con las diferentes escalas que miden los rasgos antes mencionados. Cabe destacar que estos instrumentos ya han sido probados y estandarizados a través del tiempo en población Sonorense. Lo que los hace validos y confiables. Se construyo y reprodujo una hoja de respuesta con la opción de ser leída por un scanner, con el objeto de facilitar la captura de los datos. En total son 250 reactivos de los diferentes rasgos y tres preguntas de identificación.

Procesamiento de datos: Con la ayuda de lector óptico se procedió a leer las hojas electrónicas, en SPSS (Statistical Package Social Sciences) se construyeron las estructuras logísticas de las bases apoyándonos en las escalas de medición. Los datos perdidos, fueron sustituidos por la mediana vigilando que por cada variable no excediera al 3% del total de datos.

Resultados.

De los 250 reactivos que conformaron el instrumento de medida, se agruparon en 11 dimensiones, seis positivas y 5 negativas para hacer el análisis y buscar un perfil psicológico. Quedando, nombrados y distribuidos, de la siguiente manera:

Dimensiones y su carga (positivas y negativas)

DIMENSIONES POSITIVAS	DIMENSIONES NEGATIVAS
Emociones Afectivas Positivas del bienestar subjetivo	Emociones Afectivas Negativas del bienestar subjetivo
Enfrentamiento Directo-Revalorativo	Enfrentamiento Indirecto (evasivo y emocional)
Locus de Control Interno	Locus de Control Externos-Afiliativo
Auto concepto Positivo	Auto concepto Negativo
Orientación al Logro	Evitación al Fracaso
Bienestar Subjetivo	

Después de lograr estas 11 dimensiones se procedió a obtener el decil 10 y 90 para cada dimensión quedando de la siguiente manera:

DIMENSIONES	Primer cuartil	Ultimo Cuartil
Enfrentamiento Directo	1.2222	2.7778
Enfrentamiento_Indirecto	3.7037	5.6296
BSAfectivo_Positivas	1.3333	3.1333
BSAfectivo_Negativas	4.2000	6.6667
Orientacion_Exito	2.2857	4.7619
Orientacion_Fracaso	4.5263	6.8421
Locus_Interno	1.4286	2.7143
Locus_Externo	1.4286	2.7143
Expresivo_Positivo	1.1500	2.5000
Expresivo_Negativo	4.6364	6.2727
BSSat_con_Vida	1.0000	2.2917

Tal y como puede notarse las dimensiones positivas tienden a uno mientras las negativas tienden a 7, esto porque el uno fue siempre el valor de mayor positividad y el siete el de menor intensidad, frecuencia, acuerdo o satisfacción. Para el caso de las seis dimensiones positivas tenemos que los valores del ultimo decil van de 2.7778 al 5.67 para enfrentamiento directo, de 3.1333 al 5.80 para la evaluación de los afectos positivos en bienestar subjetivo, de 4.7619 a 6.19 para la orientación al éxito, de 2.7143 a 6.57 para locus de control interno y 2.5000 a 4.95 para la auto concepto positivo. La satisfacción con la vida tiene un valor en el último decil de 2.2917 hasta 5.46. Estos valores son los valores extremos de baja frecuencia, intensidad o acuerdo con los aspectos positivos del ajuste por lo que se considera que aquellos jóvenes con 3 o mas dimensiones positivas en el ultimo decil tiene menos posibilidades de ajustarse a sus compañeros de grupo que aquellos que se encuentran entre la media y la primera desviación estándar.

Por otro lado las seis dimensiones negativas tenemos que los valores del primer decil van del 2.11 a 3.7037 para el afrontamiento directo, de 1.13 a 4.20 para la evaluación de los afectos negativos en bienestar subjetivo, de 1.63 a 6.19 a 4.6253 para la evitación del fracaso, de 1.07 a 1.4286 para locus de control externo y 2.0000 a 4.6364 para la auto concepción positiva. Estos valores son los extremos de baja frecuencia, intensidad o acuerdo con los aspectos negativos del ajuste por lo que se considera que aquellos jóvenes con 3 o más dimensiones positivas en el primer decil tiene menos posibilidades de ajustarse a sus compañeros de grupo que aquellos que se encuentran entre la media y la primera desviación estándar.

De igual forma, si el joven obtenía en una o dos dimensiones positivas por arriba del valor del último decil significaba que hacía poco uso, o tenía un nivel de acuerdo menos positivo o a los de su grupo de referencia y a su vez obtenía una o dos dimensiones del cero al primer decil de los atributos negativos implicaba que su reporte de frecuencia o intensidad o acuerdo era más negativo que el de su grupo, sumando en total tres o más dimensiones de desajuste con su grupo era colocado en la lista de aspirantes como un perfil con menos posibilidades de ajuste psicosocial.

Discusión y Conclusiones.

Este sistema de medida resulta útil para el trabajo de tutorías ya que por un lado no se trata de diagnósticos de patologías de personalidad o trastornos psiquiátricos sino de un perfil de ajuste psicosocial adaptativo que se deriva de los estadígrafos del colectivo de referencia y es útil en el diseño de acciones preventivas de tipo normativo, motivacional y conductual que permitan al joven de EMS una trayectoria escolar con mejores logros y apoyos para evitar la deserción, rezago y reprobación. Los datos obtenidos a través del sistema de medidas son analizados conjuntamente con los tutores del plantel bajo un entrenamiento que implica principios de estadística, manejo elemental del SPSS y principios de psicología del adolescente. Es importante hacer notar que los tutores pueden comparar los datos individuales y colocar como punto de referencia los parámetros del grupo, lo cual establece condiciones de certeza profesional sobre la

posibilidad de que los sistemas de intervención se relacionen con los criterios de identidad y pertenencia al modelo de actuación social. Los datos obtenidos le permitirán al tutor conocer los rasgos de conducta social que se relacionan con la percepción subjetiva de bienestar subjetivo y proponer sistemas de manejo cognitivo conductual para el ajuste de los indicadores de auto concepto, orientación de sus expectativas y su tolerancia a la frustración, estilos de solución de problemas y las causas relacionadas con la explicación de sus éxitos y fracasos. Esta estrategia de evaluación para el diseño de estrategias de ajuste psicosocial puede ser utilizada no solo por psicólogos sino por orientadores, docentes y profesionales de las ciencias sociales con un conocimiento mínimo de psicología y máximo compromiso con sus alumnos.

Referencias.

Díaz-Guerrero, R. (2003). Bajo las garras de la cultura. México: Trillas.

Diener, E. (1984). Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.

Diener, E., y Larsen, R. (1993). The experience of emotional well-being. En M. Lewis y J.M. Haviland (Eds.). *Handbook of emotions* (pp. 404-415). New York: Guilford Press.

Diener, E. y Lucas, E. (1999). Personality and subjective Well-being. In: Kahneman, Diener y Schwarz (Editors). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage.

Diener, E.; Suh, M., Lucas, E. y Smith, L. (1999). Subjective well-being. Three decades of progress. *Psychological Bulletin*. 125, 2, 276-302.

Diener, E., Suh., E., y Shigeiro, O. (1997). Recent Findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*. March: 15-19.

Espinoza, F. (1999). La personalidad del adolescente y del joven adulto en el ecosistema tradicional: ciudad de Puebla. Tesis de doctorado no publicada. Universidad Autónoma de México.

Espinoza, F., Pick, S. y Reyes, I. (1988). Temor al éxito: validación del instrumento de medición E.T.E. En: *La Psicología Social en México*, Vol. II, 45-51.

Espinoza, F., y Reyes, I. (1991). La evitación al éxito: validación y calificación de E.E.E. *Revista de Psicología Social y Personalidad*, VII, 2, 72-90.

- Góngora, E. (2000). El enfrentamiento a los problemas y el papel del control: una visión etnopsicológica en un ecosistema con tradición. Tesis no publicada para obtener el grado de doctor. México: Universidad Autónoma de México.
- Izal, M., y Fernández-Ballesteros R. (1990). Modelos ambientales sobre la vejez. *Anales de psicología*: 6 (2), 181-198.
- Laborín, J., Vera, J.A., Batista de Albuquerque, F., Pimentel, C., Patricia de Araujo, A. (2006) Orientação e evitação ao êxito em uma população do nordeste brasileiro. *Revista Psico-USF*. Revista semestral do programa de Pos-Graduação Stricto Sensu en Psicología de la Universidad São Francisco. 11:2
- Laborín, J., Vera, J., Durazo, F. y Parra, E. (2008) Composición del locus de control en dos ciudades latinoamericanas. *Psicología desde el Caribe*. No. 22, julio-diciembre, Pp. 63-83.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1991). Estrés y procesos cognitivos. México: Ediciones Roca.
- León, J. (1998). Control psicológico. En: León, J., Barriga, J., Gómez, T., González, B., Medina, S. y Cantero, F. (coords.). *Psicología social*. Madrid: McGraw Hill.
- Palomar, J. y Valdés, L. (2004). Pobreza y locus de control. *Revista Interamericana de Psicología*, Vol. 38, no. 2, 225-240.
- Palomar, L.J., Lanzagorta, N., y Hernández, J. (2004). *Pobreza, recursos psicológicos y bienestar subjetivo*. México: Universidad Iberoamericana.
- Palomar, L. J. Y Lanzagorta, P. N. (2005). Pobreza, recursos psicológicos y movilidad social. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 1, 9-45.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expentancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*. Vol. 80, p. 609.
- Valdés, J. y Reyes-Lagunes, I. (1992). Las categorías semánticas y el auto concepto. En: *La Psicología Social en México*. Vol. IV, 193-199.
- Vera, J. A., (2007) Bienestar subjetivo: comparación en dos contextos culturales. *Psicología para América Latina*. Revista Electrónica Internacional de la Unión Latinoamericana de Entidades de Psicología. Núm. 11.

Vera-Noriega, J. A., (2009) Locus de control, autoconcepto y orientación al éxito en adultos mayores del Norte de México. *Revista Enseñanza e Investigación en Psicología*. 14:1, 119-135.

Vera, J. A., Laborín, J. F., Domínguez, S. E., y Peña, M. O. (2003). Identidad psicológica y cultural de los sonorenses. *Región y Sociedad*. XV, 28, 2- 45.

Vera, J. A., Domínguez, M., Laborín, J., Batista, J., Seabra, M. (2007) Autoconcepto, Locus de Control y Orientación al Éxito: sus relaciones predictivas en adultos mayores del Noreste Brasileño. *Psicología USP*. Instituto de Psicología Universidade de Sao Paulo. 18:1, 137-151.