

# Comunicación y Afrontamiento como Estrategias de Adaptación en Migrantes Mexicanos en Estados Unidos

## *Communication and Coping as Adaptation Strategies in Mexican Immigrants in the United States*

Angélica Ojeda García

Dyana Ivette Espinosa Garduño

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA, Cd. DE MÉXICO

### Resumen

La migración es considerada un fenómeno psicosociocultural que influye en diversas esferas del individuo y sus acciones, como resultado de su encuentro con una nueva cultura. Un aspecto importante para lograr la adaptación a la nueva cultura es el tipo de relaciones interpersonales que establecen, y para el conocimiento de éstas consideramos necesario comprender la participación tanto de la forma en que se comunican como de las estrategias que utilizan para responder a los eventos estresantes de la vida diaria. En este sentido, el presente estudio busca encontrar los estilos de comunicación y las estrategias de afrontamiento que utiliza un grupo de migrantes mexicanos en Estados Unidos. La muestra estuvo constituida por 178 migrantes con pareja. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Estilos de Comunicación (Nina, 1991) y la sección de multidimensionalidad de la Escala Multisituacional y Multidimensional de Afrontamiento (Góngora y Reyes, 1998), en versión corta, tipo Likert, adaptados para este estudio. Los análisis estadísticos permitieron observar que son dos estilos de comunicación (Negativo/Positivo) y dos estrategias de afrontamiento (Pasivo/Activo) los utilizados. Los estilos positivos son los que favorecen la adaptación a la nueva cultura. No obstante, el estilo de comunicación más reportado fue el Negativo, el cual se asocia con el estilo de Afrontamiento Pasivo, ambos indicadores del nivel de vulnerabilidad de este tipo de poblaciones.

**Descriptor:** Estilos comunicación, afrontamiento, adaptación, migración, pareja.

### Abstract

The migration is considered a psicosociocultural phenomenon that influences in diverse spheres of the person, as a consequence of its encounter with a new culture. To achieve its adaptation is necessary to understand the way in which they communicate and the strategies that they used for respond to stressful events. The present study had as objective to know the styles of communication and the coping strategies that favor the level of adaptation in a group of mexican migrants in the United States. The sample was constituted by 178 migrants with couple. The instruments used were the Styles Communication Scale's Nina (1991) and the Multisituational and Multidimensional Coping Scale's Multidimensional Section (Góngora y Reyes, 1998). The results allowed to observe that are two styles of communication (Negative/Positive) and of coping (Active/Passive) used. The positive styles are the ones that favor the adaptation toward the new culture. The most reported style of communication was the negative, which associates with strategies of passive coping, this could an indicator of the level of vulnerability in this group.

**Key words:** Communication styles, coping, adaptation, immigration, couple.

### Introducción

La *migración* es considerada un fenómeno psicosociocultural, pues el encuentro con la nueva cultura genera cambios en todas las esferas del individuo y a sus acciones se les asocia con ciertos niveles de estrés. Como resultado de ello puede desarrollar alteraciones

psicológicas que repercutan en su salud mental, de tal suerte que en este proceso migratorio el individuo requiere de una adaptación, tanto a nivel psicológico como respecto a su inserción y demandas sociales a un nuevo estilo de vida (Berry, 1976). En este proceso, la familia consanguínea —vista ésta como procedente de la red social de apoyo del migrante— constituye

un eje de organización prioritario en la vida de los migrantes, y es el punto de confluencia de varios procesos sociales, entre los que destaca el significado que ellos le atribuyen a la experiencia de migrar, donde aterrizan sus sentimientos de extrañamiento y desterritorialización; ellos echan mano de la vida familiar para introducir orden a sus vidas y responder a algunos de los desafíos producidos por el contexto de inserción (Ariza, 2002), por ello en el presente estudio se evaluaron personas casadas.

En la literatura sobre la adaptación psicológica a la aculturación, se distingue entre adaptación psicológica (emocional/afectiva) y sociocultural (conductual) (Ward, 1996). La *adaptación psicológica* es el marco conceptual a partir del cual el migrante percibe bienestar psicológico y satisfacción en su nuevo contexto-cultura; misma que puede ser observada en términos de estados de ánimo (por ejemplo, depresión y ansiedad). La *adaptación sociocultural* es el marco referencial de conocimientos culturalmente apropiados que proporcionan las habilidades o el tacto para interactuar con quienes lo rodean y enfrentar los problemas de la vida cotidiana en este nuevo contexto cultural; la cual puede ser evaluada mediante el registro de factores cognitivos y habilidades sociales (por ejemplo, conocimiento de la nueva cultura, distancia cultural, identidad cultural, habilidad en el manejo del lenguaje de la sociedad receptiva, tiempo de residencia dentro de la nueva cultura, y cantidad de contacto con los miembros de la sociedad dominante), instrumentales y funcionales (Ward y Kennedy, 1993b).

Todo migrante requerirá tanto de la adaptación psicológica como de la adaptación sociocultural para poder “aculturarse” (Berry, Poortinga, Segall y Dasen, 1992). Cuando éstas interactúan de manera positiva, es más probable que solucionen adecuadamente los conflictos cotidianos y tiendan a vivir su proceso migratorio en términos de bienestar. Asimismo, más fácilmente podrán establecer relaciones interpersonales de impacto, positivas, constructivas y de crecimiento mutuo, así como alcanzar objetivos de desarrollo (Berry, 2002). Cabe mencionar que las redes sociales ofrecen al individuo un sentido de pertenencia y significado social, ayudándolo por tanto a localizarse y ubicarse en el nuevo lugar (Weiss, 1989).

Es así como el aculturamiento puede ser entendido como un proceso de expandir y manejar su nivel de adaptación tanto psicológica como sociocultural. En ese sentido, el migrante recurre a algunas estrategias o estilos para afrontar las dificultades que se le atraviesan en este proceso de adaptación, de buscar aculturarse y buscar vivir bajo un ambiente familiar de bienestar.

Este proceso de adaptación psico-socio-cultural implica una doble transición, sobre todo cuando los migrantes están casados y emigran con la familia completa, pues ambos, el individuo y el matrimonio/la familia, pasan necesariamente por dicho proceso de adaptación hacia la nueva cultura. Lin, Tazuma y Masuda (1979; cit. en Bhugra, 2004) han encontrado que quienes emigran de culturas donde el grupo es muy importante, como la mexicana, pueden presentar dificultad para ajustarse a sociedades donde los intereses individuales lo son más aún, como la estadounidense, debido a que esta última espera que se comporten diferente a la que ellos están acostumbrados. De los cuatro tipos de organización familiar que evaluaron: familia nuclear, familia extendida, mujeres divorciadas o solteras y hombres solteros, observaron que las mujeres solas fueron las que menos contaban con recursos personales para lograr un buen ajuste, mientras que los hombres solteros fueron los que reflejaron mayor energía, disposición y actitud para ajustarse a la nueva cultura.

Ataca y Berry (2002) encuentran que la adaptación psicológica de parejas casadas se asocia con el tiempo de residencia, apoyo social y la marginalización. En cuanto a su adaptación sociocultural, se asocia con el dominio del lenguaje, con un alto contacto con miembros de la sociedad a la que llegan, estresores maritales y apoyo marital.

En su intento por hacer más llevadera su situación de cambio cultural y buscar el arraigo en el nuevo lugar de residencia, los migrantes mexicanos requieren de hacer frente a las distintas dificultades por las que atraviesan y con ello adaptarse lo mejor que se pueda al nuevo ambiente. En ese intento de responder a las dificultades cotidianas, consideramos necesario comprender el comportamiento de dos variables, cuya influencia puede o no favorecer la resolución de eventos estresantes: la forma en que se comunican entre ellos para hacer equipo y atender sus problemas; así como el tipo de estrategias de afrontamiento a las que recurren para activamente resolverlo.

La comunicación es un proceso simbólico y transaccional que permite compartir valores, identidades; interactuar e intercambiar significados, cosas, sentimientos, ideas y formas de interpretar la vida (Satir, 1986), incluye áreas de interés o tópicos sobre los que se comunica la pareja y la intensidad con la que se hace, su frecuencia o cantidad, profundidad y estilo de comunicación (Nina Estrella, 1991), con la finalidad de promover la cercanía entre los integrantes de la relación y dividir las tareas que le dan mantenimiento al hogar. Al mismo tiempo, es

necesario señalar que el trabajo sobre los estilos de comunicación no circunda sólo al ámbito conyugal, sino que se extiende a todo el ámbito familiar, por lo que se consideran un parámetro de observación acerca de cómo se da la dinámica y cuál es el tipo de ambiente familiar predominante (Sánchez Aragón y Díaz Loving, 2003).

En el caso de las familias migrantes, encuentran mayor dificultad para ponerse de acuerdo día a día, y decidir cuáles son los valores, las actitudes, creencias, tradiciones culturales y la filosofía familiar (lo nuevo, lo conocido y lo ya asimilado) que van a compartir entre sus integrantes, como una forma de poner atención en el desarrollo y estructura psicológica de los mismos, por un lado, y de afrontar ese choque cultural del que se ha venido hablando, por otro.

Una de las funciones básicas de la familia es generar individuos “orientados”, con fortalezas, con un proyecto de vida, sanos mentalmente, productivos y creativos que enriquezcan a la sociedad y hagan de ésta una sociedad “con creces”, y no individuos que crezcan por sí solos y sin ninguna estructura familiar, repitiendo patrones poco enriquecedores. De tal forma que, para que un individuo inmigrante logre una buena adaptación y funcionamiento social en el lugar destino, misma que le repercutirá en el nuevo estilo de vida que construye, es necesario que su organización familiar cambie a la par de las circunstancias. Cambios que a la vez deben ser asimilados de tal forma que formen parte de la filosofía familiar y generen congruencia entre la identidad individual y social de cada miembro y su familia. Es por ello que evaluar la dinámica interna de un grupo de individuos, considerando a ésta como la base generadora de comportamientos que se expresan hacia el exterior, en sus relaciones con los demás, resulta de suma importancia para conocer el nivel de adaptación social del inmigrante en el nuevo entorno.

Desde un análisis a profundidad, en la literatura se encuentra que diferentes autores hacen referencia a distintos estilos o formas de comunicarse intramaritalmente, de los cuales se observa una tendencia a agrupar como “positivos” a aquéllos que permiten fortalecer el vínculo, desarrollo personal y/o crecimiento como pareja; y como “negativos” a aquéllos en quienes persiste un interés muy personal, poca apertura a escuchar, atender las necesidades y escuchar al otro (Sánchez Aragón y Díaz Loving, 2003).

Sánchez Aragón y Díaz Loving (2003), en el ámbito de las relaciones interpersonales, hablan de dos tipos de comunicación en las relaciones de pareja: la *comunicación íntima*, que es la que se da entre los miembros de la pareja y ayuda a fortalecer dicho vínculo, y la *comuni-*

*cación funcional*, que es aquella que se establece como una forma de organizar y distribuir todo lo referente a las tareas del hogar, del cuidado, la atención y educación de los hijos.

Se ha visto que la pareja migrante mantiene una comunicación más de tipo funcional, es decir, sus miembros se comunican sólo y exclusivamente para la distribución y organización de funciones maritales-hogareñas (Fitzpatrick, 1988; Ojeda, 2007).

Lazarus y Folkman (1984) definen *afrontamiento* como todos aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales que se desarrollan para manejar (ya sea para reducir, minimizar, controlar, dominar o tolerar) en particular una demanda interna o externa, y que son evaluadas como resultados del individuo y sus recursos.

Según la naturaleza y su razón de ser, los estilos de afrontamiento se han clasificado como estrategias enfocadas al problema, o bien, a la emoción (Bouchard, 2003). Las primeras implican una “planeación” que conduzca a la solución del problema (*planful solving-problem*) (Parker y Endler, 1996), y las segundas se refieren a todas aquellas actividades enfocadas a modificar las reacciones emocionales e internas resultantes de la situación estresante, conocida como distanciamiento/evitación (Chang, 1998).

Algunos investigadores han observado que no todo evento inesperado es considerado como catastrófico o incontrolable, ya que la persona hace una valoración de éste dependiendo de la magnitud con la que lo percibe (Aldwin y Revenson, 1987).

Las personas, al fin y al cabo, lo que quieren es ser felices y por ello hacen lo que consideran conveniente para alcanzar dicha meta... tratar de adaptarse al mundo que han elegido o que les tocó vivir; pero ¿qué es lo que hacen cuando tiene problemas y adversidades y qué tanto planean para resolver sus dificultades? Para decidir entre si “planean” o “evitan” el conflicto, primero deben hacer una valoración primaria que se refiere al impacto y significancia que el evento tiene sobre la persona y que responde a la pregunta: ¿Es la situación una amenaza para mi bienestar? Y una valoración secundaria, que tiene que ver con discernir entre todos los recursos con los que cuenta la persona para lidiar con la situación estresante y que responde a la pregunta: ¿Tengo las habilidades para hacer frente a la situación-problema?

Bouchard (2003) encuentra en su estudio que las personas con bajos recursos emocionales recurren a hacer una valoración primaria del evento y a utilizar más estrategias enfocadas en la emoción. Por el contrario, quienes tienden a analizar el problema desde diferentes perspectivas, comúnmente hacen una valoración secun-

daria de éste y utilizan la estrategia de *planful solving-problem* (Costa, Somerfield y McCrae, 1996).

McCrae (1991) enfatiza que aunque la forma de afrontar las adversidades depende de características culturales, en esencia todos los grupos culturales comparten: la mayoría de los esfuerzos de enfrentamiento se conciben como respuestas a estresores externos, como enfermedades, divorcio, duelo e internos; estas respuestas a dichos estresores se consideran conscientes, y afrontar un problema propicia el cambio, como respuesta a que se tiene identificado el origen del problema.

Aldwin y Revenson (1987) realizaron un estudio longitudinal sobre estrés por aculturación y salud mental, donde evaluaron a 291 adultos migrantes (de diferentes países) residentes en Los Ángeles, California, y encontraron evidencia sobre un ciclo causal mutuamente reforzado entre pobre salud mental y estrategias de afrontamiento desadaptativas. Mientras más grande sea el nivel inicial de conflicto emocional y el grado de severidad del problema, es más probable que los individuos utilicen un afrontamiento desadaptativo, incrementando así el conflicto emocional.

Lazarus y Folkman (1984) describen cuatro modos básicos de afrontamiento: *Estrategias instrumentales* o *confrontación* o *acción directa*. Dirigidas hacia el manejo de la amenaza o el estresor mismo. *Estrategias intrapsíquicas*. Dirigidas principalmente en regular o minimizar el conflicto emocional acompañante. *Inhibición de la acción escape-avoidance*. Refiere a la habilidad de resistir a tomar acción cuando esa misma acción incrementa la probabilidad de daño, peligro o conflicto. *Solución planeada*. Involucra la actividad instrumental para adquirir una base para la acción, y es también una forma de movilización de apoyo que puede aliviar el conflicto emocional.

El objetivo del presente artículo fue conocer cuáles son los estilos de comunicación y estrategias de afrontamiento, como un primer acercamiento hacia visualizar la dirección que siguen los migrantes mexicanos para favorecer su ambiente de adaptación hacia la nueva cultura en Estados Unidos.

## Método

### Muestra

La muestra estuvo conformada por 178 mexicanos casados migrantes de México hacia los Estados Unidos; 124 fueron mujeres (56.4%) y 96 hombres (43.6%). El

rango de edad iba de 18 a 60 años, con una media de 36.5 y una desviación estándar de 10.8 años. El rango de años de casados iba de 1 a 38, con una media de 13.4 y una desviación estándar de 9.7. El 84.3% de la muestra dijo vivir actualmente con su pareja. El rango de estudios iba de sin estudios formales hasta posgrado incompleto, con un promedio de secundaria incompleta. El muestreo fue accidental no probabilístico.

## Instrumentos

*Inventario de Estilos de Comunicación* de Nina Estrella (1991) en versión corta, adaptada para este estudio. De los 36 adjetivos que lo componen y sus cuatro subescalas (Comunicador positivo/ $\alpha=.8808$ ; Comunicador negativo/ $\alpha=.8982$ ; Comunicador reservado-reflexivo/ $\alpha=.7997$ ; Comunicador violento/ $\alpha=.7355$ ), un estudio piloto previo mostró que 19 adjetivos no discriminaron en dicha población, quedando conformado en versión corta por 17 adjetivos en formato de Diferencial Semántico Pictórico con cinco espacios. De las dos versiones de la escala original, una dirigida al que responde y la otra al estilo de la pareja desde el punto de vista del respondiente (con  $\alpha=.78$  y  $\alpha=.91$ , respectivamente), se decidió dejar una sola subescala, la que es reflejo de una autodescripción y ofrece el punto de vista del respondiente en primera persona.

*Escala Multidimensional y Multisituacional de Estilos de Afrontamiento* (Góngora y Reyes, 1998). De las dos dimensiones que evalúa, y las seis situaciones problema, se decidió dejar la dimensión de afrontamiento como un estado cambiante y temporal en una sola versión de reactivos bajo el contexto *migración*, quedando conformado por 18 reactivos en formato Likert pictográfico, con este cinco opciones de respuesta. Para la confiabilidad por factor (tabla 1).

## Procedimiento

Para captar la muestra se contactó con representantes de los consulados y con algunos padres que trabajan con población mexicana en iglesias de Los Ángeles, Nueva York y Chicago. Una vez aplicados los instrumentos, se procedió a procesar los datos a través del programa spss (Statistical Package for Social Sciences). Para conocer el comportamiento de los reactivos se procedió a realizar un análisis factorial. Más adelante, para el manejo de los datos y conocer los estilos y estrategias a las que recurre el migrante, se continuó

con un análisis factorial. Una vez constituidos los factores, se buscó cuál era la distribución de éstos como una manera de observar su presencia y tendencia a utilizarlos en dicha población. Finalmente, se realizó un análisis de Correlación Producto Momento de Pearson para conocer qué estilo de comunicación correlaciona con qué tipo de estrategia, en pro de qué combinación favorece un ambiente de bienestar, crecimiento, afrontamiento y compromiso hacia una mejor adaptación.

## Resultados

De los análisis factoriales por escala, los resultados permitieron observar dos estilos tanto de promover la comunicación como de estrategias de afrontamiento en la muestra estudiada (tabla 1). En el primer caso, los factores explican el 63.34% y en el segundo el 61.35% de la varianza.

**Tabla 1. Factores resultantes de cada uno de los inventarios aplicados para la muestra estudiada**

Subescala	Media	DE	Coefficiente de Consistencia Interna
Estilo de comunicación negativo	1.82	.007	.8973
Estilo de comunicación positivo	2.2	.006	.8045
Afrontamiento activo	12.02	4.5	.9640
Afrontamiento pasivo	2.2	.002	.6885

Donde:

*Comunicación negativa:* Es el tipo de comunicación que se da con la finalidad de dominar la información que se maneja dentro de la relación, donde no se da la apertura ni se busca el intercambio de ideas, es decir, se da en forma seca, con poco diálogo, un tanto conflictiva, nada afectuosa, en forma agresiva y evasivamente.

*Comunicación positiva:* Es el tipo de comunicación que busca sobretodo conciliar con el otro miembro de la pareja, de una manera afectiva y respetuosa.

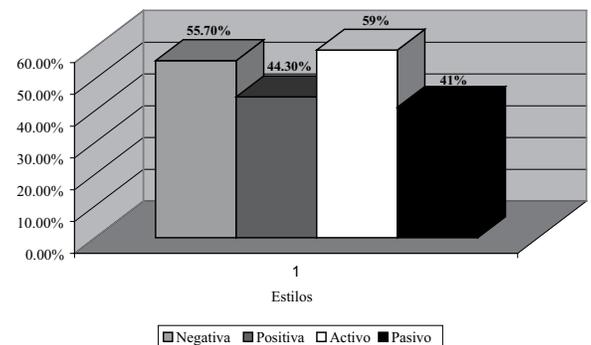
*Afrontamiento pasivo:* Es la estrategia para responder a los problemas de la vida cotidiana de manera inactiva y dejándolos a la deriva, en espera de que sea

el tiempo quien los resuelva o imaginando que nada está pasando.

*Afrontamiento activo:* Es la estrategia de resolución de problemas que implica acción, desde planear, reflexionar sobre lo sucedido y las consecuencias del evento, pedir un consejo, platicarle a alguien más el problema como una forma de aclararse las ideas, implementar nuevas formas de abordarlo hasta preocuparse y rezar.

La gráfica 1 muestra la distribución de los factores que se obtuvieron de las escalas aplicadas, en la muestra estudiada de migrantes casados mexicanos. En el caso de la Escala de Estilos de Comunicación, se observa que fue el estilo Negativo el que se da con mayor frecuencia entre la población estudiada (55.70%); mientras que entre los estilos de afrontamiento, fue el activo el más predominante (59%).

**Gráfica 1. Distribución por estilos de comunicación y de afrontamiento**



**Tabla 2. Correlaciones Momento-Producto de Pearson entre los factores que resultaron del Inventario de Estilos de Comunicación y la Escala Multidimensional y Multisituacional de Estilos de Afrontamiento, en versión corta para este estudio**

Subescala	1	2	3	4
	Migrantes casados (n=178)			
1. Negativo	----	-.389**	-.319**	.308**
2. Positiva		----	.707**	----
3. Activo			----	.257**
4. Pasivo				----

Nota: \*\*p<.001, \*p<.01.

En la tabla 2 se puede apreciar una correlación alta y estadísticamente significativa entre el estilo de comunicación positiva y la estrategia de afrontamiento activa ( $r=.707$ ), lo que refleja que, a mayor interés por

mantener el acuerdo mutuo y la conciliación en lo que a resolución de problemas cotidiano se trata, más opciones y recursos para abatirlos en forma activa. No obstante, cabe la posibilidad de buscar conciliar afectivamente con el otro miembro de la relación sin importar mucho que se resuelvan activamente o no las situaciones estresantes provenientes del exterior (afrentamiento pasivo/ $r=.308^{**}$ ). El estilo de comunicación negativo correlacionó necesariamente con los estilos más constructivos y de adaptación de una relación marital: el estilo de comunicación positivo ( $r=-.389^{**}$ ) y el estilo de afrontamiento activo ( $r=-.319^{**}$ ), y positivamente con el estilo de afrontamiento pasivo ( $r=.257$ ).

### Discusión

Los resultados de este estudio ofrecen que el diálogo entre los miembros de una pareja migrante se basa más en el intercambio de ideas y pensamientos con carga emocional negativa (comunicación negativa) que en la acción hacia buscar la conciliación de manera afectuosa y respetuosa (comunicación positiva), tal como lo refieren algunos autores dentro de la literatura (Nina Estrella, 1991; Sánchez Aragón y Díaz Loving, 2003; Satir, 1986); lo que muy probablemente conlleva a adoptar estrategias de afrontamiento de resolución de conflictos pasivos, a pesar de que en este estudio los datos refieren que son dos los estilos de afrontamiento a los que los migrantes suelen recurrir, tal como lo refieren otros estudios (Bouchard, 2003).

Una posible explicación es que, dentro del seno familiar suele haber, además de las presiones externas, otras de tipo intergeneracional y de diferencias de género (Ariza, 2002). En el caso de los migrantes, los datos parecen indicar que la comunicación intramarital suele

tener la meta de facilitar el funcionamiento como pareja o familia (Firtzpatrick, 1988; Ojeda, 2007).

En cumplimiento del objetivo del presente artículo, los resultados que aquí se presentan sugieren un tanto de dificultad de adaptación psicológica, al encontrarse que con mayor frecuencia recurren a comunicarse en forma negativa, dominante, controladora y agresiva entre los miembros de una pareja. Por el contrario, los resultados también sugieren mayor disposición a la adaptación sociocultural, pues el reportar que suelen usar estrategias activas de resolución de conflictos de la vida cotidiana (afrentamiento activo) da indicios de contar con habilidades sociales, instrumentales o funcionales para ese fin (Ward y Kennedy, 1993b). No obstante, con adaptarse socioculturalmente no basta, pues según Berry (1976), para alcanzar el proceso de “aculturación” y que el migrante logre “aculturarse” en toda la extensión de la palabra, se requiere confluir positivamente ambos tipos de adaptación. Este estudio no confirma dicha hipótesis, dificultad que se deba tal vez a la doble transición y, por tanto, la doble adaptación que se requiere cuando se emigra con la familia (Ariza, 2002; Berry *et al.* 1999). Aldwin y Reverson (1987) refieren que cuando existe algún conflicto emocional en la persona, o en su relación con otra, aunado a la valoración y severidad del problema a afrontar, es más probable que los individuos utilicen un afrontamiento desadaptativo y, por ende, les cueste adaptarse hacia la nueva cultura.

Finalmente, el hecho de que en este estudio un mayor número de adultos entrevistados manifiestan un estilo de Afrontamiento activo como predominante, podría ser un indicador de las posibilidades y recursos con los que cuentan, pero que no saben explotar o difícilmente han descubierto como estrategias de resolución de atención a eventos estresantes.

### Referencias

- Aldwin, C. M. y T. A. Revenson (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 2, 337-348.
- Ariza, M. (2002). Migración, familia y transnacionalidad en el contexto de la globalización: algunos puntos de reflexión. *Revista Mexicana de Sociología*, 64, 4, 53-84.
- Ataca, B. y J. W. Berry (2002). Psychological, sociocultural, and marital adaptation of Turkish immigrant couples in Canada. *International Journal of Psychology*, 37, 13-26.
- Berry, J. W. (1976). *Human Ecology and Cognitive Style*. Nueva York: Sage.
- Berry, J. W., Y. H. Poortinga, M. Segall y P. R. Dasen (1999). *Cross-Cultural psychology. Research and Applications*. UK: Cambridge University Press.
- Bhugra, D. (2004). Migration and mental health. *Acta Psiquiátrica Scandinava*, 109, 243-258.
- Bouchard, G. (2003). Cognitive appraisals, neuroticism, and openness as correlates of coping strategies: an integrative model of adaptation to marital difficulties. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 35, 1, 1-12.
- Chang, E. D. (1998). Dispositional optimism and primary and secondary appraisal of a stressor: Controlling for confounding influences and relations to coping and psychological

- and physical adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1109-1120.
- Costa, P. T., M.R. Somerfield y R. R. McCrae (1996). Personality and coping. En M. Zeidner, N. S. y Endler (Eds.), *Handbook of Coping; Theory, Research, Applications (45-61)*. Nueva York: John Wiley.
- Fitzpatrick, M. A. (1988). Between husbands and wives, communication in relationships. En B. Rubin (ed.) *Communication yearbook*. Nueva Jersey: Transaction Books.
- Góngora, E. y I. Reyes (1998). El enfrentamiento a los problemas en jóvenes adultos yucatecos. *La Psicología Social en México*, 7, 18-24.
- Lazarus, R. y S. Folkman (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Nueva York: Springer Publishing.
- McCrae, R. (1991). The five-factor model and its assessment in clinical settings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 399-414.
- Nina Estrella, R. (1991). *Comunicación marital y estilos de comunicación: construcción y validación*. Tesis no publicada de Doctorado. Facultad de psicología, UNAM.
- Ojeda García, A. (2007). Evaluando diferentes estilos de vincularse la pareja mexicana: Diferencias entre Residentes (D.F.) y Migrantes (E.U.). *Revista de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 2, 24, 59-76.
- Parker, J. D., y N.S. Endler (1996). Coping and defense: A historical overview. En M. Zeidner y Endler, N. S. (Eds.). *Handbook of coping: Theory, research, applications (3.23)*. Nueva York: John Wiley.
- Sánchez Aragón, R. y R. Díaz-Loving (2003). Patrones y estilos de comunicación en la pareja: Diseño de un inventario. *Anales de Psicología. Servicio de publicaciones de la Universidad de Murcia (España)*, 19, 2, 257-277.
- Satir, V. (1986). *Human Relationships Inside Familiar Nucleo*. (122-139). Mexico: Pax-Mexico.
- Ward, C. (1996). Acculturation. En D. Landis y R. Bhagat (Eds.), *Handbook of intercultural training*. Thousand Oaks, CA: Sage, 124-147.
- Ward, C. y A. Kennedy (1993b). Where's the culture in cross-cultural transition? Comparative studies of sojourner adjustment. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 24, 221-249.
- Weiss, R. S. (1989). Losses associated with mobility. En S. Fisher y C. L. Cooper (Eds.). *On the move: The Psychology of change and transition*. Nueva York: Wiley.