

# **Discriminación social, consecuencias psicológicas y estrategias de afrontamiento en miembros de grupos sociales estigmatizados<sup>1</sup>**

Vanessa Smith  
Marjorie Moreno  
Marianela Román  
Deshana Kirschman  
Magaly Acuña  
Silvia Víquez

Smith-Castro, V., Moreno, M., Román, N., Kirschman, D., Acuña, M., & Víquez, S. (2010). Discriminación social, consecuencias psicológicas y estrategias de afrontamiento en miembros de grupos sociales estigmatizados. En I. Dobles & S. Baltodano, (Editores). *Dominación, compromiso y transformación social* (pp. 83-104). San José: Editorial de la Universidad de Costa Rica.

---

<sup>1</sup> Los estudios aquí presentados han sido en parte financiados por el Fondo Especial de Estímulo a la Investigación de la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica (proyecto 723-A6-319). Los datos provienen, en su mayoría, de los trabajos finales de graduación de las autoras para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. Las autoras agradecen a los y las estudiantes de los cursos de Investigación IV y V de la Escuela de Psicología de la UCR por su apoyo en la recolección y sistematización de la información, a los colegas del Instituto de Investigaciones Psicológicas y a los participantes del Primer Encuentro de Psicología de la Liberación por sus valiosas reflexiones sobre el trabajo realizado, y especialmente a todos y todas las personas entrevistadas por compartir sus experiencias con nosotras. Correspondencia sobre esta contribución puede ser enviada a Vanessa Smith, Instituto de Investigaciones Psicológicas, Universidad de Costa Rica, San Pedro, San José, Costa Rica. [vsmith@cariari.ucr.ac.cr](mailto:vsmith@cariari.ucr.ac.cr)

## **Discriminación social, consecuencias psicológicas y estrategias de afrontamiento en miembros de grupos sociales estigmatizados**

Hace más de 50 años, Gordon Allport (1954) nos presentaba el siguiente escenario: “Imagínese lo que le pasaría a su personalidad si usted escuchara repetidamente que usted es un vagabundo, un salvaje bueno, un ladrón o es de una raza inferior. Suponga que estas opiniones le son impuestas por la mayoría de sus conciudadanos. Y suponga que usted poco puede hacer para cambiar esa opinión, porque resulta que usted es de piel oscura” (p. 142., traducción de las autoras).

Cincuenta años después y a pesar de todos los avances a favor de la equidad de los grupos sociales, la discriminación estructural, los prejuicios y los estereotipos negativos siguen existiendo en contra de un gran número de personas en la sociedad por razones de género, etnia, edad o nacionalidad. La pregunta sigue entonces vigente: ¿Que pasa con nuestra calidad de vida y salud mental cuando estamos expuestos a experiencias cotidianas de discriminación?

A primera vista, esta interrogante parece fácil de responder. Lógicamente la exposición prolongada a experiencias de discriminación tiene consecuencias básicamente negativas en la calidad de vida de las personas, en la medida en que violentan sus derechos, limitan sus aspiraciones y comprometen su desarrollo social y psicológico. Sin embargo la investigación empírica muestra datos inesperados para el sentido común y nos recuerda que las personas no son víctimas pasivas de la discriminación, sino que desarrollan estrategias para afrontarla. La presente contribución resume algunas reflexiones teóricas y resultados empíricos que muestran que no existen respuestas sencillas a esta pregunta.

Presentamos aquí resultados de cinco investigaciones empíricas sobre las experiencias de discriminación de personas que pertenecen a grupos sociales históricamente estigmatizados en nuestro medio: a) inmigrantes nicaragüenses, b) mujeres afrocostarricenses, c) adolescentes borucas, d) indígenas huetares, y e) adultos mayores. Al mismo tiempo presentamos evidencia empírica de los vínculos empíricos entre las experiencias de discriminación y mediciones de ajuste psicológico como satisfacción personal, calidad de vida o valoración personal. Reportamos además algunas de las estrategias de afrontamiento que hallamos en las encuestas.

Los datos provienen, en su mayoría, de los trabajos finales de graduación de las autoras para obtener el grado de licenciatura en Psicología. Las tesis de grado tratan de dar respuesta a problemas de investigación específicos dependiendo del grupo social estudiado y el abordaje teórico que las autoras consideraron más adecuado para su estudio. Sin embargo, todas las investigaciones se enmarcan dentro de un solo

programa general de investigación sobre discriminación social. Aquí no concentramos en los hallazgos derivados de este programa.

Este capítulo inicia con un repaso por los constructos y los modelos teóricos que guían nuestras investigaciones haciendo énfasis en los aportes de la psicología social a la comprensión de las formas individuales de afrontamiento al estigma social, para llegar al modelo conceptual que guía nuestro trabajo. Posteriormente presentamos los principales resultados de cada una de las investigaciones. Como ya se indicó, y por razones de espacio, sólo presentamos aquellos datos relevantes para abordar la pregunta general sobre las consecuencias intra- e interpersonales de la estigmatización social. Concluimos con una reflexión general sobre los dilemas de las víctimas de la estigmatización. Esperamos con este aporte contribuir a la visibilización de una problemática harto conocida en nuestro medio, pero históricamente negada, con el fin de construir una sociedad en donde se reconozca la diversidad, se respeten las identidades sociales y se garanticen los derechos de todas las personas sin importar su género, etnia, edad o nacionalidad.

### **Discriminación y estigmatización**

La discriminación, en términos macro-sociales, hace referencia a un complejo sistema de relaciones entre los grupos que produce y reproduce desigualdades en el acceso a recursos como la salud, ingreso económico, educación, propiedad, etc. (Giddens, 1993). Más específicamente, se define como negar o denegar el acceso a oportunidades (de empleo, salud, educación, vivienda, etc.) a un grupo social y sus miembros (Behrman, Caviria & Székely, 2003). En este nivel de análisis, la discriminación hace referencia a las instituciones, normas y prácticas sociales responsables de que se perpetúe y legitime la exclusión o vulnerabilización de ciertos miembros de la sociedad en virtud de su pertenencia a una determinada categoría social.

En un sentido psicológico más restringido, la discriminación es entendida como la dimensión conductual de prejuicio. En este nivel intermedio de análisis, la discriminación (conductual) se refiere al tratamiento diferencial (por lo general injusto) del que es objeto una persona en sus interacciones cotidianas por el simple hecho de pertenecer a la categoría social a la que pertenece. Desde la perspectiva del actor, se trata entonces de todas aquellas conductas que tienden a limitar o negar la igualdad en el trato a ciertos individuos o grupos sociales (G. Allport, 1954).

La discriminación social se perpetúa a través de vías muy sutiles y por tanto muy poderosas. Dos ejemplos de estas formas conductuales de la discriminación sutiles son *los procesos de confirmación de las*

*expectativas* (profecía autocumplida) y *la activación automática de conductas basadas en los estereotipos* (Major & O'Brien, 2005).

El primer fenómeno hace referencia al poder que tienen los estereotipos y expectativas negativas para provocar modificaciones en nuestras conductas cuando interactuamos con miembros de grupos discriminados, afectando directamente e indirectamente los pensamientos, sentimientos y conductas de las mismas personas discriminadas, de tal manera que al final se confirma nuestra expectativa negativa. Estudios observacionales sobre la famosa profecía autocumplida en la interacción profesor-alumno muestran que las expectativas negativas de los docentes sobre los alumnos limitan el desempeño académico de éstos últimos (Miller, 2006).

Por su parte la activación automática de conductas a partir de estereotipos se refiere a la capacidad de los estereotipos culturalmente dominantes (es decir, los estereotipos negativos dirigidos a los grupos dominados) de modificar las conductas de las mismas víctimas de la discriminación acorde con los estereotipos, una activación que se da automáticamente y por debajo del umbral de conciencia. Estudios experimentales indican que la activación de estereotipos culturales lleva a producir conductas consistentes con los estereotipos aún en personas a las que no se les podría aplicar el estereotipo (Major & O'Brien, 2005).

El estudio de las consecuencias de la discriminación ha estado marcado por el trabajo pionero de Goffman (1963) quien definía el estigma como un atributo que devalúa a la persona reduciéndola de una persona completa y común a una persona marcada o contaminada. La estigmatización ocurre cuando una persona se le ubica en una categoría social que posee o se cree que posee algún atributo o característica que la marca como diferente del resto, que lo devalúa a los ojos de otros. En otras palabras la estigmatización es la atribución de una característica que pone entredicho la humanidad de las personas que poseen la marca

Desde Goffman (1963) existe una larga tradición de investigación empírica sobre las consecuencias psicológicas del estigma. Pero es a partir de la década de los ochenta donde la investigación muestra giro analítico importante (ver Crocker 1999; Crocker & Major, 1989 o Schmitt & Branscombe, 2002, Major & O'Brien, 2005 para una revisión).

Antes de los años 80, los análisis sobre el tema suponían que en virtud de la internalización del prejuicio o la adopción de los valores de los grupos privilegiados, la pertenencia a grupos estigmatizados tiene como consecuencia inevitablemente la insatisfacción personal, el rechazo al sí mismo y el desajuste psicológico (ver por ejemplo Allport, 1954; Clark & Clark, 1939; Erikson, 1973; Horowitz, 1939; Lewin, 1952). A partir de los 80, los resultados de la investigación muestran, sin embargo, un panorama diferente: miembros de algunos grupos estigmatizados presentan niveles de satisfacción personal y autoestima, mejores, iguales o peores que los miembros de grupos privilegiados sin que se encuentre

una relación sistemática entre pertenecer a grupo estigmatizado y sufrir de baja autoestima (ver Crocker & Major, 1989; Cross, 1991). Resultados meta-análíticos recientes con más de 700 muestras de miembros de distintos grupos etnoculturales y más de 300.000 participantes de investigación, indican que la pertenencia a un grupo cultural determinado no es un predictor consistente de la autoestima de las personas (Twege & Crocker, 2002).

Esto no quiere decir que el estigma social no tenga ningún impacto psicológico. También existe evidencia de que la discriminación afecta negativamente la calidad de vida de quienes son víctimas de ello. La estigmatización se ha visto empíricamente vinculada con salud física y mental disminuida, con baja satisfacción personal, con un detrimento en el rendimiento académico, con mortalidad infantil, con pobreza, y acceso limitado a vivienda, educación y trabajo (Clark, Anderson, Clark, & Williams, 1999; Major & O'Brien, 2005; Schmitt, Branscombe & Postmes, 2003).

Lo que la investigación parece sugerir es que las consecuencias psicosociales de pertenecer a grupos sociales estigmatizados dependen de múltiples factores, entre ellos, del significado particular de pertenecer al grupo en cuestión, de las formas de vinculación con otros grupos sociales relevantes, de las señales que ofrecen los contextos cotidianos de interacción, de las características concretas de las relaciones intergrupales y en particular, de las formas de afrontamiento individuales a dichas relaciones.

En síntesis, existe una gran variabilidad en la respuesta psicológica al estigma. No todos los grupos responden de la misma manera al estigma y no todas las personas en un mismo grupo responden igual. Existen personas más "resilientes" que otras a los estereotipos negativos, el prejuicio y la discriminación. De allí que se hayan desarrollado varios esfuerzos teóricos por comprender las formas de afrontar el estigma.

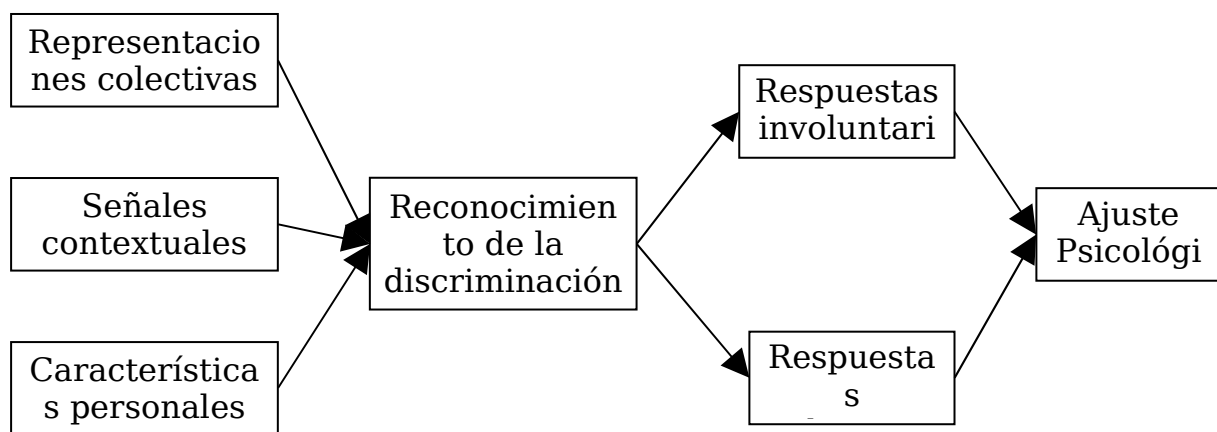
### **Aportes de la psicología para la comprensión de las estrategias de afrontamiento de la discriminación y la estigmatización**

En términos de las estrategias de afrontamiento la literatura ofrece varios modelos de análisis sobre los esfuerzos de afrontamiento a la estigmatización que se pueden dividir en tres grandes líneas de investigación: a) Los modelos transaccionales del afrontamiento del estigma basados en la literatura sobre estrés y coping de Lazarus y Folkman (1984); b) Los modelos psicosociales del manejo de identidades sociales amenazadas basados en la teoría de la identidad social de Tajfel y Turner (1979); y c) los modelos de la psicología intercultural del contacto y la aculturación de Berry y colaboradores (Berry, 2005).

#### **Modelos transaccionales de afrontamiento del estigma**

Los modelos transaccionales de afrontamiento del estigma utilizan los principios derivados de las teorías sobre el estrés de Lazarus y Folkman (1984). Estas teorías fueron diseñadas para comprender la variabilidad en las respuestas de las personas ante eventos estresantes. Desde estas perspectivas poseer un estigma o una identidad social amenazada representa un evento estresante similar a otros tipos de eventos agudos o crónicos. La premisa central de estos modelos es que los organismos no respondemos de la misma manera ante los eventos estresantes y que estas reacciones dependen de cómo los individuos perciben cognitivamente los eventos, es decir si son reconocidos o considerados como estresantes y de las estrategias que son puesta en marcha para afrontarlos.

A partir de estas premisas, Major y O'Brien (2005) proponen un modelo transaccional del manejo del estigma (ver Figura 1).



*Figura 1. Modelo transaccional de afrontamiento de la discriminación. Adaptado de Major & O'Brien (2005)*

Este modelo supone que pertenecer a un grupo socialmente discriminado expone a sus miembros a situaciones potenciales de estrés, por varias razones: a) debido a la existencia de representaciones colectivas negativas sobre los grupos estigmatizados, b) debido a las señales del contexto inmediato que pueden ser vividas como discriminatorias o amenazantes y c) debido a la biografía, a las experiencias personales y las características de personalidad de las víctimas del estigma. Las representaciones colectivas, las señales del contexto inmediato y la historia personal son factores que pueden incidir en la percepción de la estigmatización como un evento estresante. Para las autoras, un evento discriminatorio se percibe como estresante, cuando la persona evalúa o considera que la estigmatización puede amenazar su identidad social o personal y puede exceder sus capacidades para afrontarla. Cuando esto sucede se despliegan distintas respuestas. Algunas de estas respuestas pueden ser involuntarias como la ansiedad, el incremento en la actividad cardiovascular, el aumento del estado de vigilia, la recarga en la memoria de trabajo, etc. Otras de estas respuestas son de tipo voluntario, y

representan los esfuerzos conscientes de afrontamiento. Las respuestas involuntarias son respuestas emocionales cognitivas, fisiológicas y conductuales que no tienen el fin de regular o modificar la experiencia estresante; mientras que las respuestas voluntarias hacen referencia a esfuerzos intencionales de regular o modificar las emociones, cogniciones, conductas o modificar el ambiente en respuesta a los eventos considerados como estresantes. El afrontamiento (coping) se reserva para las respuestas voluntarias (Major & O'Brien, 2005)

Finalmente existen los resultados de esas respuestas que se pueden observar en la salud mental, en el desempeño de tareas, en la satisfacción personal, en la valoración y percepción del sí mismo. En términos de las respuestas voluntarias existe una distinción básica entre respuestas de afrontamiento activas y respuestas de evitación, que coinciden con las estrategias básicas de ataque o huida (Major & O'Brien, 2005).

Lo hasta ahora expuesto puede aplicarse para cualquier tipo de evento estresante agudo o crónico. En el caso particular de eventos estresantes producidos por la percepción de la estigmatización la investigación reciente ha identificado varios mecanismos específicos, tres de los más estudiados son: a) la atribución de los eventos negativos al prejuicio de los otros, b) el distanciamiento psicológico con las áreas o dominios que son objeto de la estigmatización y c) las estrategias de manejo de identidades sociales amenazadas. Atribuir los sucesos negativos al prejuicio de los otros es un mecanismo que se ha observado en miembros de grupos estigmatizados ante eventos negativos, y sobre todo en situaciones en donde se pone entre dicho las capacidades intelectuales como el rendimiento académico o el desempeño laboral. El atribuir resultados negativos de un mal rendimiento al prejuicio de los otros ayuda a proteger al sí mismo de la retroalimentación negativa. Distanciarse psicológicamente de las áreas o dominios objeto de la estigmatización se refiere al mecanismo de desvincular del sí mismo las dimensiones en donde el grupo social de referencia es negativamente evaluado. Finalmente el manejo de identidades sociales amenazadas es un concepto general para referirse a las estrategias psicológicas y conductuales que desarrollan los miembros de grupos sociales cuando sus grupos de referencia no les aportan una identidad social positiva. Estos mecanismos han sido particularmente estudiados desde la Teoría de la Identidad social de Tajfel y Turner (1979). Veamos.

### **Modelos psicosociales del manejo de identidades sociales amenazadas**

Los modelos psicosociales del manejo de identidades sociales amenazadas se basan en la premisa de que las personas construimos las imágenes sobre nosotras mismas no sólo a partir del conocimiento adquirido y almacenado sobre nuestros atributos, competencias y logros en distintos dominios; si no también a partir de los grupos de referencia a los que pertenecemos.

Siguiendo la Teoría de la Identidad Social (TIS) de Tajfel y Turner (1979) se supone que los grupos de referencia representan otra fuente fundamental de definición y valoración personal. Precisamente por eso, las personas tendemos a buscar estrategias que nos permitan evaluar de manera positiva a nuestros grupos de referencia cuando los comparamos con otros grupos relevantes. Una valoración positiva del endogrupo, asegura una valoración positiva del sí mismo.

Consecuentemente, si los grupos de pertenencia no proveen a sus miembros de una identidad social satisfactoria, a raíz por ejemplo del estigma social, se espera que las personas pongan en práctica una serie de estrategias para lidiar con las consecuencias de una identidad social insatisfactoria. Estas estrategias van desde la movilidad individual y el distanciamiento del endogrupo, hasta la confrontación directa con los grupos dominantes, pasando por estrategias de creatividad cognitiva como revalorar las características de los grupos o buscar otros grupos de comparación que aseguren una identidad social positiva. Dichos mecanismos no obedecen exclusivamente a las motivaciones individuales, dependen también del poder y estatus social de los grupos, el tipo de interacción entre ellos y la normatividad que sustenta las relaciones intergrupales (Tajfel & Turner, 1979).

Estos principios han dado a lugar numerosos estudios sobre las estrategias que utilizan los miembros de grupos para manejar identidades sociales insatisfactorias y sus consecuencias en la percepción del sí mismo. Uno de los modelos más prominentes ha sido recientemente propuesto por Schmitt & Branscombe (2002), quienes suponen que miembros de grupos estigmatizados afrontan las consecuencias negativas del prejuicio con una mayor identificación con su grupo de referencia. Específicamente, su Modelo de Rechazo-Identificación (*Rejection-Identification Model*) predice que, bajo ciertas condiciones, la percepción del prejuicio lleva a una mayor identificación psicológica con el endogrupo, lo que a su vez permite atenuar los efectos negativos del estigma (ver Figura 2).



Figura 2. El Modelo Rechazo-Identificación. Adaptado de Schmitt & Branscombe (2002),

Este modelo, a pesar de ser sumamente consistente, tiene a nuestro gusto varias limitaciones. Y es que el modelo se ocupa exclusivamente del

impacto de la percepción de la discriminación y la estigmatización en los procesos de identificación con el grupo de referencia inmediato o endogrupo. Sin embargo, en sociedades pluriculturales como las nuestras, las personas pueden desarrollar vínculos con más de un grupo social. En efecto, la investigación actual tiende a desmentir la idea de que los endogrupos y los exogrupos son sistemas mutuamente excluyentes (Brown, 2000). Precisamente en contextos multiétnicos, las personas pueden desarrollar solidaridades con diversos grupos sociales sin que esto implique comprometer los vínculos afectivos con ninguno de ellos. Aquí es donde los modelos derivados de la psicología de la comparación intercultural nos ayudan a comprender mejor los mecanismos de afrontamiento de identidades sociales amenazadas en sociedades pluriculturales. Veamos.

### **Modelos interculturales de contacto y aculturación**

La investigación sobre aculturación psicológica se ha ocupado precisamente de esta doble perspectiva: las reacciones de las personas frente a sus grupos de referencia y a otros exogrupos relevantes, concentrándose en el impacto psicológico del biculturalismo. Dentro de esta línea de investigación, diversos autores proponen conceptualizar la relación subjetiva con los endogrupos y exogrupos como dimensiones ortogonales, de las cuales surgen diferentes estrategias o formas de aculturación (Berry, 1997; Bourhis, et al., 1997; LaFromboise, Coleman, & Gerton, 1993). Si bien se han definido varias orientaciones de aculturación, dos de ellas son relevantes para los propósitos del estudio del estigma: la integración y la marginalización. *Integración* se refiere a la estrategia de aquellos que establecen fuertes vínculos con dos o más sistemas culturales, mientras que *marginalización* indicaría un distanciamiento psicológico tanto del grupo de referencia como de otros grupos relevantes.

Los modelos bidimensionales de aculturación suponen que la estrategia de integración estaría asociada con mayores beneficios para la autovaloración, mientras que la marginalización estaría asociada con una baja autoestima, si la distancia psicológica con los grupos culturales es experimentada como una especie de anomia.

Ahora bien, las consecuencias psicológicas de las estrategias de aculturación van a depender de las condiciones concretas del contacto intercultural. En concordancia con la hipótesis de contacto intergrupar (Allport, 1954), los resultados de investigación muestran que bajo determinadas condiciones de interacción (cooperación, objetivos comunes, igualdad de estatus, apoyo institucional y potencial de amistad) las experiencias de contacto interétnico llevan a una mejora sustancial de las actitudes interétnicas (Pettigrew, 1997; Pettigrew & Tropp, 2000), promueve el respeto de las particularidades étnicas, posibilita una reconfiguración de la categorización social y facilita la afirmación étnica (Gaertner, Dovidio, & Bachman, 1996).

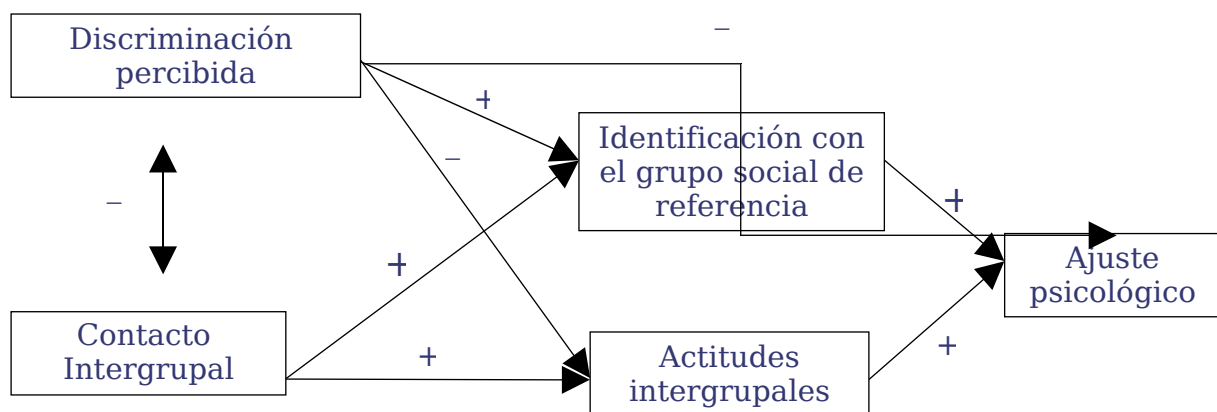
Se supone entonces que la estrategia de integración es particularmente beneficiosa precisamente porque supone menos conflicto interétnico, provee a las personas con al menos dos redes de apoyo material y simbólico y representa la adquisición de competencias sociales y culturales que permiten al individuo una interacción exitosa en dos sistemas culturales. Tales competencias permiten el desarrollo de estrategias de enfrentamiento al estigma, lo que a su vez proporciona un sentido de eficacia y por consiguiente una valoración más positiva del sí mismo. Por otro lado, la marginalización supone la presencia potencial de conflicto interétnico; la ausencia de estas redes de apoyo materiales y simbólicas y/o una limitada adquisición de las competencias sociales y culturales para interactuar efectivamente en contextos pluriétnicos (ver Doná & Berry, 1994; Phinney, 1991; Ward & Rana-Deuba, 1999).

### **Hacia un modelo integrado del afrontamiento del estigma mediante la identificación**

A partir de los modelos anteriores, Smith (2005) propone un *Modelo Integrado de Rechazo-Identificación* (MIRI), en el cual se incorporan las actitudes intergrupales como una variable que (junto a la identificación endogrupal) permite atenuar el efecto negativo de la discriminación percibida en mediciones de ajuste psicológico (ver Figura 3). El modelo supone que la valoración del sí mismo se ve directamente influenciada por la relación psicológica que tengan las personas tanto con el propio grupo de referencia (o identificación social), como con otros grupos sociales (o actitudes intergrupales), de tal manera que una relación positiva con el endogrupo y el exogrupo (integración) estaría asociada a altos niveles de ajuste, mientras que la imposibilidad de establecer vínculos con ninguno de éstos sistemas (marginalización) estaría asociada a bajos niveles de ajuste.

El modelo supone además que la identificación social y las actitudes intergrupales se ven a su vez influenciados por la percepción de la discriminación y el contacto intergrupal positivo. La percepción de discriminación estaría negativamente asociada tanto al ajuste psicológico, como a las actitudes intergrupales. Ahora bien, partiendo de que los miembros de grupos estigmatizados no son víctimas pasivas de la discriminación, este modelo supone que el reconocimiento de la discriminación lleva a los miembros de grupos estigmatizados minoritarios a aumentar su identificación con el grupo social de referencia (fuente del estigma) como parte de sus estrategias para enfrentar la estigmatización, lo cual *contrarrestará* el impacto negativo de la discriminación en la salud mental, satisfacción personal, autoestima y otras manifestaciones de ajuste psicológico.

Finalmente, el modelo asume que las experiencias de contacto intergrupales significativas tienen un impacto positivo en la valoración de los exogrupos, facilitan a la vez la reafirmación social y en consecuencia tienen un efecto indirecto positivo en el ajuste psicológico. De esta manera la identificación social y las actitudes intergrupales se conceptualizan como variables supresoras del efecto de la discriminación social en el ajuste psicológico.



*Figura 3: El Modelo Integrado de Rechazo-Identificación. Adaptado de Smith (2005)*

### **Discriminación social, consecuencias psicológicas y estrategias de afrontamiento en Costa Rica**

El Modelo Integrado de Rechazo Identificación (Smith, 2005) ha servido de base conceptual para desarrollar los estudios empíricos que presentamos a continuación. Nuestros estudios suponen, siguiendo este modelo, que pertenecer a grupos históricamente estigmatizados expone a sus miembros a eventos estresantes, pero esperamos gran variabilidad en la respuesta ante la experiencia de discriminación dependiendo de la forma en que los sujetos identifican o reconocen la discriminación como un evento estresante; y prestamos especial importancia a la percepción de la discriminación o discriminación percibida, sin acudir a criterios objetivos de discriminación, porque es precisamente la experiencia subjetiva del trato injusto la que pone en marcha los mecanismos cognitivos y afectivos que permiten al sujeto afrontar la discriminación. Lejos de estimar la validez empírica del Modelo Integrado de Rechazo-Identificación en su totalidad, deseamos presentar a continuación las experiencias de discriminación de los participantes, los vínculos que encontramos entre discriminación percibida y mediciones ajuste psicológico, y algunas evidencias de las estrategias que se ponen en marcha ante la percepción de la discriminación.

Todos los estudios se llevaron a cabo mediante la técnica de encuesta, utilizando cuestionarios estructurados para recolectar la información, que incluían una variedad de reactivos y escalas para medir las variables en estudio. En todos los estudios, llevamos a cabo pruebas piloto para asegurar la comprensión de los instrumentos por parte de los entrevistados y entrevistadas, y estimar la validez y consistencia interna de las mediciones. En todos los casos los instrumentos evidenciaron características psicométricas adecuadas (ej. Alfas de Cronbach entre .62 a .80). Sistematizamos la información de todos los estudios con ayuda del paquete estadístico para ciencias sociales SPSS. En todos los estudios acudimos a la estadística descriptiva e inferencial para realizar nuestros análisis.

### **Eventos de discriminación, estados de ánimo asociados y estrategias de afrontamiento en inmigrantes nicaragüenses.**

En este estudio participaron 103 inmigrantes nicaragüenses (51% mujeres) entre los 18 y 57 años de edad quienes fueron entrevistados(as) mediante un cuestionario estructurado sobre a) sus experiencias de discriminación en Costa Rica (“¿Con qué frecuencia usted ha sentido que lo/la han tratado injustamente en su trabajo actual, en el hospital, clínica o EBAIS, en su vecindario?, en los bancos”, etc.), b) sus reacciones afectivas ante los eventos discriminatorios (ej. “intranquilo/a”, “desamparado/a”, “sin fuerzas”, “molesto/a”, “enfadado/a”, “tenso/a”, “triste”, “humillado/a”, “confundido/a”, etc.) y c) los estilos de afrontamiento que experimentan después de vivir estos eventos incluyendo el afrontamiento del evento mediante identificación social (ej. “Me altero y dejo que mis emociones salgan”, “rezo más de lo habitual”, “Me bebo unos tragos para sentirme mejor”, “me siento más orgulloso de ser nicaragüense”).

Los resultados de este estudio nos muestran que el 95% de los entrevistados reconocen al menos un acontecimiento o situación en la que se han sentido discriminados(as) por ser nicaragüenses en Costa Rica. Los espacios en donde más frecuentemente se viven las experiencias de discriminación son los espacios públicos, en particular, en las oficinas de migración, o en las calles de San José. El 43% indica que han sido víctimas de trato injusto al menos “un par de veces” en las oficinas de migración y el 45% indica que se los han discriminado “caminando por las calles de San José”. Los espacios sociales donde la mayoría de los y las entrevistados nunca han experimentado discriminación son los Bancos (80%) y las dependencias del Ministerio de Educación (70%).

Las principales reacciones afectivas que encontramos ante la discriminación en este grupo de entrevistados son los sentimientos de molestia, (ME = 3.05 DE = 1.00, en una escala de 1 a 4), enfado (ME = 2.79, DE = 1.18) y humillación (ME = 2.73, DE = 1.13).

Las estrategias de afrontamiento más frecuentemente utilizadas son la búsqueda de apoyo en la religión (ME = 3.36, DE = .73); la búsqueda de

apoyo social (ME = 2.88, DE = .85) y la planificación del afrontamiento activo (ME = 2.62, DE = .76); mientras que las estrategias evasivas como el consumo de alcohol (ME = 1.33, DE = .62) son las menos reportadas. Estas experiencias de discriminación se encontraron significativamente asociadas a un malestar general, particularmente representado por el enfado, la molestia y la humillación ( $r = -.30$ ,  $p < .01$ ) y altas puntuaciones en estrategias evasivas como el consumo del alcohol ( $r = .26$ ,  $p < .01$ ).

Ahora bien, nuestros datos muestran que los hombres y las mujeres se diferencian significativamente en las estrategias que utilizan para afrontar los eventos discriminatorios: Las mujeres tienden a buscar apoyo social más frecuentemente que los hombres (ME = 3.09 vs. MW = 2.68,  $t_{101} = 2.52$ ,  $p < .05$ ) y tienden a buscar más apoyo en la religión que ellos (ME = 3.59 vs. ME = 3.13,  $t_{88} = 3.35$ ,  $p < .01$ ). Por otro lado, ellos tienden a recurrir más frecuentemente al humor para afrontar la experiencia discriminatoria (ME = 2.18 vs. ME = 1.62,  $t_{101} = 2.96$ ,  $p < .01$ ) o bien al consumo de alcohol (ME = 1.60, vs. ME = 1.01,  $t_{59} = 4.27$ ,  $p < .001$ ).

En síntesis, hombres y mujeres responden de manera muy distinta a la discriminación, un indicador de que las formas de afrontamiento dependen de múltiples factores en distintos niveles de análisis. En este caso, los datos apuntan a que los roles, demandas y expectativas sociales sobre los géneros interactúan con las habilidades personales para afrontar al estigma, haciendo todavía más complejo el proceso de reconocimiento y afrontamiento de la discriminación.

### **Discriminación por etnia y por género en mujeres afrocostarricenses y “blancas/ mestizas”**

En este estudio (Kirschman, 2006) participaron 75 mujeres que se autodefinieron a sí mismas pertenecientes al grupo afrocostarricense y 75 que se definieron como Blanco/Mestizas, que trabajaban en el sector público y privado del Gran Área Metropolitana del país. Las participantes tenían una edad promedio de 37 años, la mayoría de ellas ocupan puestos profesionales y vivían en pareja al momento de realizarse el estudio. Las participantes completaron un cuestionario, compuesto por mediciones de experiencias de discriminación por género (ej. “¿Cuántas veces ha sido tratada injustamente por sus compañeros de trabajo o de estudio por ser usted mujer?”), experiencias de discriminación étnica (ej. “¿Cuántas veces la han insultado con términos racistas?”), satisfacción con la vida (ej. “Estos son los mejores años de mi vida”, “Este es el período más deprimente y sombrío de mi vida”) y satisfacción laboral (“¿Cuál es el grado de satisfacción que siente con el trato que tiene con usted su jefe inmediato/a?”).

Los resultados indican que las mujeres han experimentado eventos sexistas a lo largo de su vida sin distinción de su procedencia étnica ( $F_1 =$

0.19, n.s), siendo los principales aquellos que se dan en la cotidianidad, tales como el haber tenido que escuchar chistes sexistas o chistes sexuales. En las mujeres afrocostarricenses se presentó un promedio de 4.05 mientras que en las “blancas/ mestizas” el promedio fue de 4.35 en una escala de 1 a 5, en donde altos puntajes representaban mayor frecuencia. Los eventos sexistas menos frecuentemente reportados por las participantes de ambos grupos son aquellos eventos explícitamente discriminatorios como el haberles rehusado un aumento, una oportunidad laboral o un mejor puesto de trabajo por ser mujeres. Para el grupo de mujeres afrodescendientes el promedio es de 1.63 y para las “blancas/mestizas” de 1.43.

Ahora bien, los datos muestran que las mujeres afrodescendientes son más propensas a experimentar eventos racistas (ME = 2.67, DE = 0.82) que las mujeres blancas/ mestizas (ME = 1.18, DE = 0.45,  $F_1 = 52,17$ ,  $p < 0,001$ ), siendo los eventos racistas más comunes el tener que escuchar chistes o bromas racistas (ME = 3.84, DE = 1.09) y los menos frecuentes el tener que haberse visto forzadas a tomar medidas drásticas, como dejar su trabajo, cambiarse de casa y otras acciones para lidiar con alguna cosa racista que le hicieron (ME = 1.36, DE = 0.79).

En el grupo de mujeres afro costarricenses encontramos correlaciones moderadas, pero estadísticamente significativas, entre la percepción de eventos racistas y sexistas y la satisfacción personal y laboral. Específicamente encontramos que los eventos racistas están vinculados a una disminución de la satisfacción personal ( $r = -.25$ ,  $p < .05$ ), pero particularmente con un detrimento de la satisfacción laboral ( $r = -.35$ ,  $p < .01$ ). Igualmente las experiencias sexistas están negativamente vinculadas con insatisfacción personal ( $r = -.31$ ,  $p < .01$ ) y especialmente con insatisfacción laboral ( $r = -.45$ ,  $p < .001$ ).

Interesantemente, este patrón de correlaciones no fue encontrado en mujeres “blancas/mestizas”. En ellas las experiencias de discriminación sexista y racista no covariaron con la satisfacción personal o laboral ( $r_s < -.16$ , n.s.). Es decir, si bien las mujeres “blancas/mestizas” reconocen y viven la discriminación, éstas experiencias no se encontraron vinculadas significativamente con su satisfacción personal y laboral, al menos en el grupo entrevistado. Esto apunta a una compleja interacción de procesos estigmatizadores, que son vividos de distinta manera dependiendo del estatus social de los grupos y su historia particular.

### **Discriminación social en jóvenes borucas.**

Este estudio se llevó a cabo con jóvenes de la comunidad indígena Boruca en Buenos Aires de Puntarenas (ver Román, 2006). Participaron en este estudio 98 estudiantes, 56% hombres y 44% mujeres del Liceo de Boruca, desde séptimo nivel hasta undécimo año. El promedio de los y las jóvenes participantes era de 15.8 años y la edad más frecuente fueron los 17 años.

Para medir la discriminación percibida, utilizamos una escala compuesta por ocho ítems orientados a medir en qué medida los/as adolescentes consideran que su grupo de pertenencia es blanco de discriminación y si ellos mismos se han sentido en algún momento tratados injustamente por el hecho de ser indígenas. Un ejemplo de estos reactivos es “Muchos consideran que los indígenas no son tan valiosos como los demás”. Adicionalmente incluimos en el cuestionario mediciones del autoconcepto mediante adjetivos (“soy una persona tímida”, “soy una persona inteligente”, “soy una persona perezosa”, etc) Los reactivos eran contestados en una escala tipo Likert de cuatro puntos, de 1 (nunca/nada) a 4 (siempre/mucho).

Los resultados muestran que los jóvenes borucas están conscientes de que su grupo etnocultural es objeto de discriminación. Por ejemplo, el 48% de los jóvenes entrevistados coinciden en que los costarricenses los consideran menos valiosos que otros grupos étnicos y un 50% considera que generalmente los indígenas son vistos como inferiores en nuestra sociedad.

Al ser preguntados por sus experiencias directas de discriminación, los jóvenes tienden, sin embargo, a ser más variables en sus respuestas. Por ejemplo el 25% de los entrevistados reportan haberse sentido discriminados alguna vez en su vida por ser el hecho de ser indígenas, el 22% considera que les han dado un trato injusto por ser indígenas, el 30% considera que el hecho de pertenecer a su grupo etnocultural les puede impedir encontrar un buen trabajo, un 15% indica que el hecho de ser indígena puede ser un impedimento para surgir en la vida.

Estos resultados parecen indicar que las personas discriminadas hacen una distinción importante entre la discriminación estructural que recae sobre sus grupos y las experiencias cotidianas de discriminación, lo que podría ser interpretado como una estrategia de afrontamiento al estigma, una hipótesis que es explorada más detenidamente en el estudio con adultos huetares (Moreno, 2006).

Ahora bien, aquellos jóvenes que consideran que su grupo etnocultural es objeto de desvalorización e irrespetado son precisamente aquellos jóvenes que se perciben así mismos más negativamente en la dimensión de habilidades interpersonales del sí mismo ( $r_s > .32$ ,  $p < .01$ ). Esto indica que las representaciones sociales sobre los grupos de referencia tienen implicaciones para el sí mismo, aun cuando las experiencias de discriminación personal sean escasas.

### **Estrategias de manejo de identidades sociales amenazadas en indígenas huetares de Quitirrisí**

En este estudio (Moreno, 2006), 90 indígenas huetares de Quitirrisí de Mora completaron un cuestionario que contenía distintas mediciones sobre sus experiencias de discriminación, su identidad social y las estrategias de afrontamiento ante la discriminación percibida. Participaron en el estudio 53 mujeres y 37 hombres entre los 18 y 70 años (ME = 35 años) pobladores en su mayoría del centro la reserva de Quitirrisí, de religión católica, con una pareja estable, con primaria

completa y en su mayoría ligados a actividades laborales en el área de servicios.

Los resultados de este estudio nos indicaron que los eventos discriminatorios más frecuentemente vividos por los quitirriseños son haber tenido dificultades en el acceso a vivienda (ME = 1.88, en una escala de 1 a 4), el haber tenido que soportar comentarios desagradables sobre ellos (ME = 1.84), el haber escuchado chistes acerca de personas indignas (ME = 2.21) y haber sido directamente insultados ME = (1.49).

Ahora bien, el análisis de las dimensiones subyacentes a los reactivos (análisis de factores exploratorios) nos mostró en efecto que los participantes hacen una distinción básica entre la discriminación grupal y la discriminación individual, tal y como lo encontramos en los y las jóvenes Borucas. La primera se refiere a la percepción de que el propio grupo como un todo es objeto de trato injusto en la sociedad (“¿Considera usted que los indígenas costarricenses son discriminados?”). La segunda hace referencia a las experiencias individuales de discriminación (¿Se ha sentido usted discriminado por ser indígena?”). Los datos muestran además que estos tipos de discriminación son relativamente independientes. En otras palabras, la conciencia de que existe discriminación contra el propio el grupo no siempre va de la mano de las experiencias concretas de discriminación vividas. En efecto la percepción de la discriminación individual en el grupo de entrevistados alcanzó un promedio de 1.41 (DE= 0.68) en una escala de 1 a 4; mientras que la percepción de la discriminación a nivel grupal alcanzó un promedio de 2.31 (DE= 0.94), siendo estas diferencias estadísticamente significativas ( $t_{83} = -8.96, p < .001$ ).

Cómo se puede observar, en este cuestionario incluimos mediciones de discriminación muy similares a las anteriormente descritas, pero en este caso incluimos además una serie de reactivos especialmente diseñados para medir cuatro estrategias de manejo de identidades sociales amenazadas ante situaciones de discriminación: distanciarse emocionalmente del grupo de referencia (ej. Me sentí mal y en ese momento tuve ganas de no ser indígena), elegir otros grupos de comparación con el fin de que el propio grupo resulte evaluado positivamente (ej. “Me dije, bueno al menos los nicaragüenses están peor que nosotros”) revalorar los atributos del grupo de pertenencia (ej. “Me di cuenta de que las cosas buenas que tenemos los indígenas no las tiene ningún otro grupo”) y confrontar directamente los grupos dominantes mediante acciones concretas (ej. “Fui a la institución competente y me queje por el maltrato”)

El análisis de la estructura de los reactivos nos mostró que abandonar o distanciarse emocionalmente del grupo de referencia y confrontar directamente a los grupos dominantes son estrategias de afrontamiento claramente distinguibles; mientras que revalorar los atributos del grupo de partencia y compararse con otros grupos sociales parecen ser dos expresiones de una sola estrategia general de creatividad cognitiva,

puesto que para poder revalorar al endogrupo se hace necesario de alguna forma compararlo los exogrupos relevantes.

A nivel de estas estrategias, los resultados nos mostraron que la estrategia revalorar/comparar (ME = 0.45, DE = .30) tiende a ser utilizada significativamente más que la estrategia de confrontación (ME = 0.20, DE = 0.24) y la estrategia de abandono (ME = 0.07, DE = 0,19) ( $F_{2,156} = 53.49, p < 0,001$ ).

Estos datos ilustran claramente las capacidades de los sujetos para poner en marcha recursos afectivos y cognitivos de distinta índole para afrontar la discriminación. Apuntan también a los costos y las implicaciones negativas del afrontamiento. Un punto en el que nos detendremos más adelante.

### **Discriminación percibida y satisfacción en la vejez en personas adultas mayores**

En este estudio (Acuña y Víquez, 2006) participaron 101 personas mayores de 65 años mayores (61% mujeres) que asistían a la consulta en el servicio de salud (EBAIS) de una zona urbana del este San José. Para la recolección de la información se aplicó un cuestionario administrado por medio de entrevista personal que incluía, entre otras, mediciones de percepción de la discriminación y la satisfacción con la vejez, la cual indica el grado en que los y las entrevistadas consideran que conforme pasan los años su vida se va deteriorando.

Los resultados muestran que aproximadamente un 38% de los entrevistados se han sentido discriminados o los han tratado(a) injustamente por ser una persona adulta mayor y un 33% ha percibido que en ocasiones las personas o instituciones han violentados sus derechos por ser una persona adulta mayor. Un 56% de los entrevistados ha tenido que escuchar chistes o bromas sobre las personas adultas mayores o han recibido insultos por este mismo motivo. Aproximadamente un 30% de los entrevistados han escuchado que las personas de su edad no pueden realizar ciertas actividades (deportivas, educativas, etc.) y un 25% ha sentido que lo tratan como a un niño(a).

Ahora bien, encontramos que la percepción de la discriminación está sistemáticamente vinculada con insatisfacción con la vejez. Específicamente los y las adultos mayores que se sienten más insatisfechos con su vida, son aquellos que se sienten más frecuentemente discriminados ( $r = -.236, p < .01$ ), perciben con mayor intensidad que las personas o instituciones han violentado sus derechos ( $r = -.268, p < .05$ ) y han escuchado más frecuentemente que no puede realizar diversas actividades por ser adultos mayores ( $r = -.257, p < .05$ ).

Además, la frecuencia con la cual la persona adulta mayor se ha sentido discriminada, se correlaciona negativamente con el número de amigos ( $r = -.231, p < .05$ ) y el sentirse querido y apreciado por estos ( $r = -.237, p < .05$ ). Es decir, cuantos menos amigos tenga el adulto mayor, y sienta

que estos no lo aprecian, mayor es la frecuencia con la que se siente discriminado. Finalmente, el escuchar repetidamente que los adultos mayores no pueden realizar diversas actividades se relaciona significativamente con el sentirse menos útil ( $r = -.256, p < .01$ ) y considerar que “las cosas se ponen peor cada día” ( $r = -.33, p < .001$ ).

Es importante anotar que la frecuencia con que los entrevistados sienten que sus derechos son violentados se perfiló como un importante predictor de su satisfacción personal en un análisis de regresión múltiple que incluyó cuatro predictores más como la como el total de enfermedades reportadas y los sentimientos de soledad ( $\beta = -.189, p < .05$ ). Esto significa que estas formas de discriminación están consistentemente vinculadas con la insatisfacción personal, aún cuando se controlen los efectos de otras variables importantes que podrían explicar las relaciones presentadas anteriormente

### **Los dilemas de las víctimas de la estigmatización: reflexiones finales**

Nuestros resultados de investigación muestran una amplia variedad de experiencias de discriminación por nacionalidad, género, etnia y edad en más de 500 personas entrevistadas en cinco estudios distintos. Se trata de experiencias de discriminación muy particulares que bien podrían no ser objeto de comparación, debido a que cada uno de los grupos sociales estudiados experimenta discriminación por razones muy distintas. Sin embargo, nuestros resultados muestran un patrón general: la discriminación social expone a sus víctimas a un proceso complejo de estigmatización, que tiene efectos negativos directos en su calidad de vida, sus aspiraciones y sus derechos. Los miembros socialmente estigmatizados en nuestro país, como en cualquier otro, están expuestos a diversas formas de discriminación abierta y sutil, desde tener que escuchar chistes o bromas sobre los atributos de sus grupos de referencia y sus personas, pasando por la humillación de ser insultados directamente, hasta tener que tomar medidas drásticas como cambiar de trabajo (ver Cuadro 1).

*Cuadro 1: Ejemplos de experiencias de discriminación y estigmatización más frecuentemente reportadas por los grupos consultados.*

Grupo	Experiencias
Inmigrantes nicaragüenses	Tratos injustos en las oficinas de Migración Tratos injustos caminando por las calles en San José
Mujeres afrocostarricenses	Bromas o chistes racistas y sexistas
Jóvenes borucas Indígenas huetares	Insultos racistas y sexistas Visiones negativas de los indígenas Comentarios desagradables sobre ellos Chistes acerca de personas indígenas
Adultos mayores	Insultos directos Chistes o bromas de los adultos mayores

Estas experiencias están sistemáticamente asociadas a sentimientos de enojo, malestar y humillación, insatisfacción personal, insatisfacción laboral, tristeza, soledad y una valoración negativa de las propias capacidades y del sí mismo. Ahora bien, nuestros datos muestran eventos de discriminación relativamente controlables en situaciones sociales relativamente estables. No debemos olvidar que las consecuencias psicológicas de formas extremas de discriminación como la segregación y el genocidio son aún más devastadoras, porque representan amenazas directas al derecho a la vida.

Nuestros datos muestran claramente que las personas expuestas crónicamente a la discriminación, no son víctimas pasivas del estigma, si no que desarrollan estrategias para afrontarlas. Las estrategias son múltiples y dependen de los recursos sociales y psicológicos de las personas entrevistadas. Algunas personas buscan el apoyo de sus redes sociales, encuentran en la religión un espacio de protección, toman medidas directas para afrontar el estigma o evaden el estigma mediante el humor y el uso del alcohol. Otras personas se distancian psicológicamente de sus grupos, perciben la discriminación de sus grupos de referencia por encima de la discriminación que han vivido individualmente o revaloran las características de sus grupos a partir de la comparación social.

La presencia de estas estrategias nos muestran la gran cantidad de recursos emocionales y cognitivos que tienen a su haber las víctimas de discriminación para afrontar la estigmatización; pero al mismo tiempo nos hace pensar en los costos psicológicos que ello implica. Quizá los costos más evidentes se aprecian en las estrategias evasivas y en particular el uso del alcohol, pero todas las estrategias de afrontamiento aquí descritas, incluyendo los esfuerzos activos, también tienen sus consecuencias y ponen a las personas estigmatizadas en varios dilemas.

El primer dilema está vinculado con el distanciamiento psicológico con el grupo de referencia. Las víctimas del estigma que se desvinculan conductual, cognitiva y emocionalmente de sus grupos están renunciando a una parte importante del sí mismo, aquella que se deriva de de sus grupos sociales de referencia. Así mismo, estos intentos de movilidad individual aumentan la probabilidad de exponerse a actitudes derogatorias presentes en los espacios sociales dominantes, en particular en contextos en donde la distancia cultural entre las víctimas del estigma y los grupos dominantes es muy amplia, las particularidades físicas de los estigmatizados son muy notorias y las barreras estructurales son particularmente fuertes. Finalmente, estas estrategias pueden también provocar sanciones de parte de otros miembros del endogrupo, quienes pueden ver el distanciamiento con un tipo de traición.

El segundo dilema está relacionado con la confrontación directa del estigma. Debido a que poner en evidencia la discriminación implica reconocer el estigma depositado en el sí mismo, las víctimas del estigma están confrontadas con la disyuntiva de denunciar o callar los actos discriminatorios. Confrontar el prejuicio y la discriminación permite a las personas modificar los eventos estresantes activamente, les otorga un fuerte sentido de eficacia y fortalece sus capacidades de control, comunicación y comprensión de la realidad social, pero al mismo tiempo expone a las personas a conflictos permanentes en las comunicaciones sociales cotidianas. Por su parte, el no confrontar el prejuicio y la discriminación también tiene sus consecuencias. Por un lado, puede llevar a los miembros de grupos estigmatizados a experimentar sensaciones de inconsistencia entre su conducta y sus valores, lo que puede tener a su vez consecuencias cognitivas y emocionales negativas. Por otro lado, la investigación muestra que la represión de experiencias fuertemente cargadas a nivel emocional (como lo puede ser escuchar chistes racistas) tiene serias consecuencias para el funcionamiento psicológico de las personas, tales los pensamientos recurrentes sobre los eventos estresantes, el aumento de emociones negativas, el detrimento del funcionamiento cognitivo, y el aumento de las respuestas cardiovasculares.

Finalmente, un tercer dilema está vinculado con la percepción misma de la discriminación. La percepción de la discriminación implica un cierto estado de vigilia frente a las señales amenazantes del contexto inmediato. El estar vigilante ante potenciales señales de discriminación permite a las víctimas de la discriminación a evitar la los eventos estigmatizantes tomando medidas defensivas. Sin embargo, cuando las personas están crónicamente atentas a la estigmatización y tienden a actuar a la defensiva, pueden caer en la tendencia de verla en todo momento y en toda situación, aumentando así la probabilidad de cumplir sus profecías. Adicionalmente el estado vigilia permanente implica un costo energético importante difícil de mantener sin consecuencias emocionales y cognitivas. Ahora bien, la ausencia total de capacidades para identificar señales de discriminación expone a las víctimas de discriminación a situaciones de indefensión.

Como se puede observar, el afrontamiento del estigma social por lo general implica tomar decisiones difíciles entre dos o más opciones imperfectas, e implica la puesta en marcha de recursos cognitivos, emocionales y conductuales que de otra manera estarían destinados a alcanzar otros objetivos en la vida.

Si bien nuestra investigación se concentra en las implicaciones de la discriminación social a nivel inter e intrapersonal, nuestros datos no sólo revelan dilemas individuales ante actos discriminatorios cotidianos, sino que ponen de relieve las drásticas consecuencias de la inequidad social. Y es que al fin y al cabo en una sociedad justa ninguna persona debería estar afrontando eventos estresantes debido a su color de piel, etnicidad, sexo, edad o nacionalidad. Esperamos entonces que los resultados de

estas investigaciones permitan llamar la atención sobre una realidad que debemos transformar con el fin construir una sociedad que permitan a todas las personas y en particular a los miembros de grupos socialmente estigmatizados ejercitar sus derechos plenamente, cumplir sus aspiraciones y desarrollar todas sus potencialidades.

## Referencias

- Acuña, M & Víquez, S. (2006). *Condiciones de vida y su relación con el nivel de satisfacción en la vejez: estudio correlacional con personas mayores de 65 años inscritas en un EBAIS de zona urbana*. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad de Costa Rica.
- Allport, G. (1954). *The nature of prejudice*. Cambridge, MA: Addison-Wisley.
- Behrman, J.R., Gaviria, A., & Székely, M. (eds.) (2003). *Who's in and who's out: Social exclusion in Latin America*. Washington, D.C.: Inter-American Development Bank.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46, 5-68.
- Berrym J. W. (2005). Acculturation: living successfully into two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29, 697-712.
- Bourhis, R. Y., Moise, C., Perreault, S., & Senéca, S. (1997). Towards an interactive acculturation model: A social psychological approach. *International Journal of Psychology*, 32, 369-386.
- Brown, R. (2000). Social identity theory: Past achievements, current problems and future challenges. *European Journal of Social Psychology*, 30, 745-778.
- Clark, K. B., & Clark, M. P. (1939). The development of consciousness of self and the emergence of racial identification in Negro preschool children. *Journal of Social Psychology*, 10, 591-599.
- Clark, R., Anderson, N. B., Clark, V. R., & Williams, D. R. (1999). Racism as a stressor for African Americans: A biopsychosocial model. *American Psychology*, 54, 805-816.
- Crocker, J. (1999). Social Stigma and self-esteem: Situational construction of self-worth. *Journal of Experimental Social Psychology*, 35, 89-107.
- Crocker, J., & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. *Psychological Review*, 96, 608-630.
- Cross, W. E. (1991). *Shades of black: diversity in African-American identity*. Philadelphia, USA: Temple University Press.
- Doná, G., & Berry, J. W. (1994). Acculturation attitudes and acculturative stress of Central American refugees. *International Journal of Psychology*, 29, 57-70.
- Erikson, E. (1973). *Identität und Lebenszyklus: Drei Aufsätze*. Frankfurt am Main, Germany: Suhrkamp.

- Gaertner, S. L., Dovidio, J. F., & Bachman, B. A. (1996). Revisiting the contact hypothesis: The induction of a common ingroup identity. *International Journal of Intercultural Relations*, 20, 271-290.
- Giddens, A. (1993). *Sociology*. Oxford, U.K.: Polity Press.
- Goffman, E. (1963). *Stigma: notes on the management of spoiled identity*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Horowitz, R. E. (1939). Racial aspects of self-identification in nursery school children. *The Journal of Psychology*, 7, 91-99.
- Kirschman, D. (2006). *Doble Discriminación: por etnia y por género Análisis de los vínculos entre las experiencias de discriminación y genérica y étnica y la satisfacción personal y laboral de mujeres afrocostarricenses y "blancas/ mestizas" insertas en el sector laboral del gran Área Metropolitana de Costa Rica*. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad de Costa Rica.
- LaFromboise, T., Coleman, H., & Gerton, J. (1993). Psychological impact of biculturalism. *Psychological Bulletin*, 114, 395-412.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lewin, K. (1952). *Field theory in social science*. New York, USA: Haper & Row.
- Major B. & O'brien, L. T. (2005). The social psychology of stigma. *Annual Review of Psychology*, 56, 393-421.
- Miller, C.T. (2006). Social psychological perspectives on coping with stressors related to stigma. In S. Levin & C. van Laar (eds). *Stigma and group inequalities*: (pp. 21-44). Mahwah, ML: Lawrence Erlbaum.
- Moreno, M. (2006). *Percepción de la discriminación social e identidad étnica en indígenas huetares de Quitirrisi de Mora*. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad de Costa Rica.
- Pettigrew, T. F. (1997). Generalized intergroup contact effects on prejudice. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 173-185.
- Pettigrew, T. F. & Tropp, L. R. (2000). Does intergroup contact reduce prejudice? Recent meta-analytic findings. In Oskamp, S. (Ed.), *Reducing prejudice and discrimination* (pp. 93-115). Mahwah, NJ, USA: Lawrence Erlbaum.
- Phinney, J. (1991). Ethnic identity and self-esteem: A review and integration. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 13, 193-208.
- Roman, M. (2006). *Relación entre las Estrategias de Aculturación y la Identidad Etnica y Personal de Adolescentes Indígenas Borucas*. Tesis de Licenciatura en Psicología. Universidad de Costa Rica.
- Schmitt, M.T., & Branscombe, N.R. (2002). The meaning and consequences of perceived discrimination in disadvantages and privileged social groups. In Stroebe, W., & Hewstone, M. (Eds.), *European Review of Social Psychology* (Vol. 12, pp. 167-199). Chichester, USA: Wiley.

- Schmitt, M.T., Branscombe, N.R., & Postmes, T. (2003). Women's emotional responses to the pervasiveness of gender discrimination. *European Journal of Social Psychology, 33*, 297-312.
- Smith, V. (2005). Discriminación Percibida y Autoestima en Jóvenes de Grupos Minoritarios y Mayoritarios en Costa Rica. *Revista Interamericana de Psicología, 39*, 1-14.
- Tajfel, H. & Turner, J. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In Worchel, S., & Austin, W. G. (Eds.), *The social psychology of intergroup relations* (pp. 33-47). Monterey, CA, USA: Brooks/Cole.
- Tweege J. M. & Crocker, J. (2002). Race and self/esteem: meta-analyses comparing Whites, Blacks, Hispanics, Asians, and American Indians and comment on Gray-Little and Hafdahl (2002). *Psychological Bulletin, 128*, 371/408.
- Ward, C. & Rana-Deuba, A. (1999). Acculturation and adaptation revisited. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 30*, 422-442.