

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y
EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS:

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CAYALTÍ”**

**TESIS PRESENTADA PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA.**

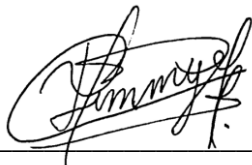
Investigador : Br. Jimmy Walter Castañeda Bernal
Asesor(a) : M. Sc. Carola Amparo Maguiña Smith

Lambayeque – Perú

2021

“Estrategias de Afrontamiento en Estudiantes de Una Institución Educativa de Cayaltí”

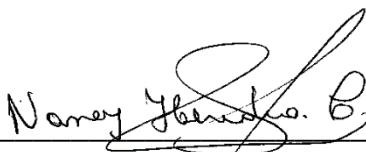
Tesis presentada para recibir el Título Profesional de Licenciado en Psicología.



Br. Jimmy Walter Castañeda Bernal
Investigador



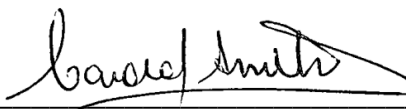
M. Sc. Raquel Yovana Tello Flores
Presidente



Dra. Nancy Liliana Heredia Carhuapoma
Secretario



Dra. Beldad Fenco Periche
Vocal



M. Sc. Carola Amparo Smith Maguiña
Asesor



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

N° 0117-VIRTUAL

Siendo las **08:00 horas**, del día **Viernes 29 de octubre de 2021**; se reunieron vía online mediante la plataforma virtual Google Meet, <https://meet.google.com/kfq-vmgt-ycn>, los miembros del jurado designados mediante **Decreto N° 323-2019-U.I-FACHSE**, de fecha **14 de octubre de 2019**, integrado por:

Presidente	: M. Sc. Raquel Yovana Tello Flores.
Secretario	: Dra. Nancy Liliana Heredia Carhuapoma
Vocal	: Dra. Beldad Fenco Periche
Asesor	: M. Sc. Carola Amparo Smith Maguiña



La finalidad es evaluar la Tesis titulada: **"ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CAYALTÍ."**; presentada por el bachiller **CASTAÑEDA BERNAL JIMMY WALTER** para obtener el Título profesional de **Licenciado(a) en Psicología**.

Producido y concluido el acto de sustentación, de conformidad con los artículos 131 al 140 del Reglamento General del Vicerrectorado de Investigación (aprobado con Resolución N° 018-2020-CU de fecha 10 de febrero del 2020); los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al(os) sustentante(s), quien(es) procedió(eron) a dar respuesta a las interrogantes planteadas.

Con la deliberación correspondiente por parte del jurado, se procedió a la calificación de la Tesis, obteniendo un calificativo de **(18) (DIECIOCHO)** en la escala vigesimal, que equivale a la mención de **MUY BUENO**

Siendo las **09:00 horas** del mismo día, se dio por concluido el acto académico online, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

M. Sc. Raquel Yovana Tello Flores
PRESIDENTE

Dra. Nancy Liliana Heredia Carhuapoma
SECRETARIO

Dra. Beldad Fenco Periche
VOCAL

OBSERVACIONES:.....

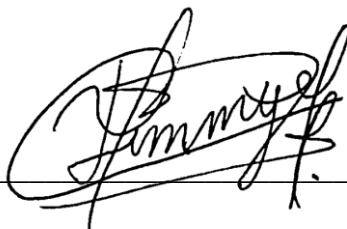
El presente acto académico se sustenta en los artículos del 39 al 41 del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (aprobado con Resolución N° 270-2019-CU de fecha 4 de setiembre del 2019); la Resolución N° 407-2020-R de fecha 12 de mayo del 2020 que ratifica la Resolución N° 004-2020-VIRTUAL-VRINV del 07 de mayo del 2020 que aprueba la tramitación virtualizada para la presentación, aprobación de los proyectos de los trabajos de Investigación y de sus Informes de Investigación en cada Unidad de Investigación de las Facultades y Escuela de Posgrado; la Resolución N° 0372-2020-V-D-NG-FACHSE de fecha 21 de mayo del 2020 y su modificatoria Resolución N° 0380-2020-V-D-NG-FACHSE del 27 de mayo del 2020 que aprueba el INSTRUCTIVO PARA LA SUSTENTACIÓN DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN Y TESIS VIRTUALES.

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Yo, JIMMY WALTER CASTAÑEDA BERNAL, identificado con DNI 73546514;
Bachiller de la Escuela Profesional de Psicología de la UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO
RUIZ GALLO, EXPONGO BAJO JURAMENTO QUE:

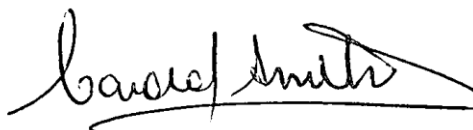
1. Soy autor de la tesis titulada “Estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa de Cayaltí”.
2. El rótulo de dicha investigación es fidedigno y propio.
3. La tesis no fue plagiada, de forma total o parcial.
4. La información de los resultados no fue falsificada, duplicada, o copiada.

Me responsabilizo frente a la UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
cualquier culpa y carga económica que pudiera motivarse por la autoría, originalidad y veracidad
del contenido de la presente investigación.



Jimmy Walter Castañeda Bernal

Tesista



M. Sc. Carola Amparo Smith Maguiña

Asesor

DEDICATORIA

A mis padres, quiénes me acogieron
con mucho amor y responsabilidad; con
quiénes aprendí el significado del amor
incondicional y quiénes me demuestran
su soporte emocional día a día.

A la memoria de mi querido maestro
y amigo, Maximiliano Plaza
Quevedo, con quién aprendí a
arriesgarme en el mundo laboral, a
tener miedo a quedarme callado y a
hacer valer mis palabras, opiniones y
argumentos.

Jimmy Castañeda

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por la oportunidad de ser profesional de la salud y una herramienta para la mejora de la salud mental de mi prójimo y por permitirme conocer a todas las personas que mencionaré en las siguientes líneas.

Agradezco a todos mis docentes de la UNPRG, quiénes han aportado con sus conocimientos y experiencias a mi desarrollo profesional y personal. A la profesora Raquel, por enseñarme con su ejemplo los valores de la resiliencia y el liderazgo; a la profesora Edith, por enseñarme el equilibrio entre la psicología y la fe cristiana; al profesor Maximiliano, por enseñarme que el mundo está a mis pies y que solo debo tomarlo; al profesor Rubén, por enseñarme la importancia de los conocimientos; a la profesora Nancy, por enseñarme que debo seguir especializándome en mi profesión; a la profesora Carola, por enseñarme la importancia de la introyección, el poder del cambio interior y sobretodo el amor al prójimo. Todos son quiénes me han ayudado a darme cuenta de la importancia del trabajo duro y me han heredado la motivación por hacer el bien, bien hecho.

Finalmente agradezco a mi mejor amiga de promoción, Karol Ojeda, por acompañarme, aun conociendo mis luces y mis sombras; a mis otros amigos de la promoción, con quiénes la amistad es duradera; a los esposos Julio Rojas y Débora Cuesta, quiénes se volvieron mis mentores, amigos y que me permiten ser parte de su hogar; a mis amigos que conocí en la beca LDP, quiénes han aportado de manera significativa a mi vida a lo largo de mi desempeño dentro de la universidad, y que en muchas oportunidades me hicieron pisar tierra y levantar cabeza.

Jimmy Castañeda

CONTENIDO

DEDICATORIA.....	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	ix
ÍNDICE DE FIGURAS.....	x
RESUMEN.....	xi
ABSTRAT	xii
INTRODUCCIÓN	13
1. CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO.....	19
1.1. Antecedentes.....	19
1.1.1. Internacionales	19
1.1.2. Nacionales	20
1.1.3. Locales	22
1.2. Bases Teóricas	24
1.2.1. La adolescencia	24
1.2.2. El estrés	26
1.2.3. El afrontamiento al estrés	27
1.3. Definición y Operacionalización de la variable	34
2. CAPÍTULO II: MÉTODOS Y MATERIALES	35
2.1. Diseño de la contrastación de Hipótesis	35
2.1.1. Tipo de investigación	35
2.1.2. Diseño de la investigación	35
2.2. Población y muestra	35
2.2.1. Población	36
2.2.2. Muestra	36
2.2.3. Muestreo	37
2.3. Procedimientos a seguir en la investigación	37
2.4. Técnicas e instrumentos	38
2.4.1. Técnicas	38
2.4.2. Instrumento	38
3. CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	40
4. CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES.....	65
5. CAPÍTULO V: RECOMENDACIONES.....	66

6. BIBLIOGRAFÍA	67
7. ANEXOS.....	74

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Definición y operacionalización de la variable.....	34
Tabla 2 Estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos: Resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.....	40
Tabla 3 Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.....	42
Tabla 4 Estrategias de afrontamiento utilizadas, según sexo masculino, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.....	46
Tabla 5 Estrategias de afrontamiento utilizadas, según sexo femenino, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí	50
Tabla 6 Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria, en la adolescencia temprana, de una institución educativa de Cayaltí.....	54
Tabla 7 Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria, en la adolescencia media, de una institución educativa de Cayaltí.....	58

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Diseño de Investigación	35
Figura 2: Estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.....	41
Figura 3: Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.....	45
Figura 4: Estrategias de afrontamiento utilizadas, según sexo masculino, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.....	49
Figura 5: Estrategias de afrontamiento utilizadas, según sexo femenino, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.....	53
Figura 6: Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria, en la adolescencia temprana, de una institución educativa de Cayaltí	57
Figura 7: Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria, en la adolescencia media, de una institución educativa de Cayaltí.....	61

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar las estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos: Resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí. Se desarrolló una investigación de tipo cuantitativa no experimental, de diseño transversal descriptivo simple. Se aplicó la adaptación de Beatriz Canessa del cuestionario de Escalas de afrontamiento para adolescentes de Erika Frydenberg y Ramon Lewis a 106 estudiantes de secundaria de edades entre 12 y 17 años. El cuestionario dispone de confiabilidad y validez. Se utilizó un muestreo probabilístico, estratificado, y aleatorio, y según los resultados se concluye que: Los adolescentes, en su mayoría, usan la estrategia No afrontamiento, la cual pertenece al estilo afrontamiento no productivo.

Palabras clave: Afrontamiento, adolescentes, estrategias.

ABSTRAT

This study aimed to identify the coping strategies used in relation to the styles: Solve the problem, Reference to Others and Non-productive Confrontation, by high school students at one Cayaltí's school. Non-experimental quantitative research was developed, with a simple descriptive cross-sectional design. Beatriz Canessa's adaptation of Erica Frydenberg and Ramon Lewis' Adolescent Coping Scales questionnaire was applied to 106 high school students between the ages of 12 and 17. Probabilistic, stratified, and random sampling was used, and as the results conclude that: Teenagers mostly use the No Coping strategy, which belongs to the non-productive coping style.

Keywords: Coping, teenagers, strategies.

INTRODUCCIÓN

En el presente estudio se abordará las estrategias de afrontamiento al estrés, orientándose en determinar las estrategias de afrontamiento que son utilizadas por adolescentes, con la finalidad de aportar información, actualizada y confiable, a los lectores interesados en dicho tema.

La adolescencia es una etapa importante para el desarrollo y la continuidad de prácticas beneficiosas para la salud mental, y dónde se presentarán cambios emocionales, físicos y sociales. (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020a, párrafo 2). A su vez, se divide en 3 subetapas que son, la adolescencia temprana, la adolescencia mediana y la adolescencia tardía (Allen y Waterman, 2019). Por su parte, la OMS (2020a) manifiesta que el deseo de ser autónomos, la presión social, el desarrollo de la identidad sexual y un mayor acceso y uso de la tecnología son “factores que ocasionan un impacto en la salud mental de los adolescentes”, además, refiere que los medios de comunicación y la imposición de normas de género causan un impacto en su desarrollo psicosocial, lo que, puede alterar la percepción que tiene el adolescente de la realidad donde vive y sus ideales a futuro (párrafo 3).

En relación al estrés, La OMS (2020b) menciona que las causas que lo producen son tales como, dificultades personales y amenazas en la comunidad (p.5), es decir que, tanto los cambios que los adolescentes experimenten en el área intrapersonal e interpersonal como los cambios sociales y políticos de las comunidades, actuarán como desencadenantes para que ellos sufran cierto nivel estrés.

Con respecto al afrontamiento al estrés en adolescentes, Frydenberg y Lewis (como se citó en Canessa, 2002) refieren es un total de actividades que incluyen pensamientos y acciones como respuesta a una dificultad percibida (p.195); así mismo, estos autores consideran que el uso de las

estrategias de afrontamiento guarda relación con el contexto donde un individuo se desarrolla (Canessa, 2002, p.193).

Ahora bien, la literatura evidencia que la insuficiencia para el uso de estrategias de afrontamiento al estrés no es propia del bajo contexto socioeconómico en el que un adolescente crece.

En lo que respecta a la realidad de otros países, Wakatsuki y Griffiths (2018) informaron, en el portal web de CNN, acerca de 250 estudiantes escolares de Japón, los cuales se suicidaron entre el año 2016 y 2017 debido a diversas razones, por ejemplo, problemas en su entorno familiar y estrés (párrafo 1), situación similar que experimentan los adolescentes en varios países del hemisferio oriental cuando se sienten presionados por obtener altas calificaciones. En el mismo orden de ideas, al pesquisar en la población occidental, se encontró que los estadounidenses presentan un nivel de estrés significativo y que ha aumentado en el 2019 en comparación con el año 2018, existiendo estresores causales tales como, la discriminación, la crisis política, las leyes de aborto y principalmente los disparos masivos (American Psychological Association, 2019, p.4). Ciertamente estos estresores mencionados con anterioridad no solo existen en países industrializados o con una economía superior a países subdesarrollados, sino que inclusive se pueden encontrar en muchos lugares alrededor del mundo.

En lo concerniente a Latinoamérica, la Fundación Carolina (2019) manifiesta que existe una crisis sociopolítica en diferentes países de esta parte del mundo tales como, México, Nicaragua, Guatemala, Honduras, Venezuela, Ecuador, Perú, Chile, Argentina, Bolivia, lo que ha llevado a todos los ciudadanos a organizarse y a realizar disturbios para exigir sus derechos y reclamar a sus autoridades políticas (p.1). Por tal motivo, se puede observar estresores dentro de la sociedad latinoamericana y que a su vez afectan a todos los sectores de los diferentes países

incluyendo la salud mental de sus pobladores. al ser expuestos a situaciones que significan un cambio en sus actividades cotidianas, las mismas como puede suponerse, causen cierto nivel de estrés. En tal sentido, es probable que algunas familias afronten dichos estresores con eficacia y logren salir adelante, sin embargo, puede ser que otros no.

En lo que atañe al Perú, también es un país que presenta problemas sociales que afectan al desarrollo de sus adolescentes, y al ser un país multicultural, también presenta diversos problemas en relación a la cultura de cada departamento. Así mismo, un problema social latente en las diferentes organizaciones es la corrupción (Fundación Carolina, 2019, párrafo 5), la misma que afecta el alcance de los diferentes programas en beneficio de la población adolescente peruana. También, es sabido que el territorio nacional existe una fuerte cultura machista, familias con una dinámica familiar disfuncional y un contexto socio económico muy cambiante. La mayoría de adolescentes que se desarrollan en ambientes hostiles, tienden a buscar grupos donde puedan sentirse comprendidos e identificados de tal manera que logren salir de la situación agobiante en la que viven, no obstante, no siempre son parte de grupos que sean una adecuada influencia para ellos, sino que llegan a formar parte de pandillas o están involucrados en delitos graves y por lo general, no tienen claro un plan de vida para su futuro.

En relación al párrafo anterior, el Instituto Nacional de Salud Mental señala que “en el Perú los estresores en los adolescentes de la región costa son la delincuencia, el narcotráfico, la inseguridad ciudadana y la percepción de un déficit sistema de salud” (MINSA, 2017, p.64).

Con relación a la población del departamento de Lambayeque, existe una correlación negativa entre el estrés y las relaciones intrafamiliares (Alvarado, 2019), en otras palabras, que hay un déficit en las relaciones intrafamiliares cuando los adolescentes tienen un alto nivel de

estrés; en cuanto al machismo, según Arévalo (2019) existe una tendencia al rechazo por parte los padres de familia de Lambayeque y Chiclayo.

El distrito de Cayaltí tampoco es ajeno a los problemas sociales. Así pues, al conversar con la promotora y los profesores de la I.E.P “Nuestro Señor de la Misericordia” se evidenció que, los estudiantes que estudian allí son tanto de la zona urbana como de la zona rural del distrito, manifestando los adolescentes de las zonas rurales mayor dificultad de adaptación al grupo y a la exigencia académica, así mismo, los adolescentes deben enfrentarse a situaciones estresantes en el colegio como el bullying, la discriminación y una metodología de enseñanza diferente cuando son traslados de un colegio nacional a un colegio particular, también deben enfrentarse a las malas relaciones con sus padres, al ser cónyuges separados, de igual forma, algunos adolescentes son víctimas de maltrato familiar, por otro lado, los adolescentes sienten presión para decidir qué carrera estudiar ya que algunos no cuentan con el apoyo de sus padres, otros no tienen el sustento económico o simplemente han perdido el interés por los estudios superiores; sumando a esto, está el hecho que deben explorar su sexualidad en un ambiente donde perciben presión social y pobre comunicación con sus padres en relación al tema; y por último, estos adolescentes están expuestos a factores peligrosos dentro del distrito como es el alcohol, la drogadicción y el pandillaje.

Como se ha mencionado a lo largo del texto, cuando los adolescentes carecen de una adecuada relación con los padres, de un entorno saludable y/o salud mental, no logran establecer y fortalecer estrategias de afrontamiento. En consecuencia, se sentirán frustrados y no dispondrán de herramientas que les permita resolver situaciones que perciben como estresantes, por lo que, es esperado que a mediano y largo plazo dichos adolescentes no elaboren un plan de vida, se despreocupen por su bienestar o se estén involucrados en grupos que atacan a la sociedad creando un ambiente hostil.

En el mundo se evidencia un pobre desarrollo de las estrategias de afrontamiento a lo largo de la adolescencia, en este sentido, es esperado que los adolescentes tengan problemas para encontrar soluciones a situaciones estresantes.

Por ello, es importante conocer la realidad de los adolescentes del distrito de Cayaltí, específicamente si están usando estrategias de afrontamiento, y así saber si ellos disponen de las mismas, de tal manera que se pueda intervenir posteriormente. Así mismo, la investigación de esta problemática se llevó a cabo gracias al interés de conocer cómo estos adolescentes superan situaciones conflictivas que puedan experimentar de manera general; lo cual, favoreció identificar la manera en cómo superan una situación de estrés que surja durante su adolescencia. Así mismo, indagar la forma en cómo afrontan el estrés desde la perspectiva de la psicología, fue un interés académico. En el ámbito profesional, como psicólogo, el interés versó en descubrir la manera en que un grupo de adolescentes de este distrito enfrenta y se hace cargo de situaciones que le afectan directa o indirectamente durante sus actividades cotidianas.

Estas manifestaciones condujeron a la interrogante: ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos “resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo”, por estudiantes del nivel secundario de un colegio de Cayaltí?.

Al mismo tiempo, el objetivo general del presente estudio fue determinar las estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos “resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo”, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí. Respecto a los objetivos específicos, se planteó medir el nivel de uso de las estrategias de afrontamiento, según sexo, en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí; de igual manera, medir el nivel de uso de las estrategias de afrontamiento, según grupo etario, en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí; y finalmente, identificar las

estrategias de afrontamiento utilizadas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.

Posteriormente, se exponen los capítulos que se desarrollarán meticulosamente. En el capítulo I, se describió la realidad en que se encuentran otros países y el mismo Perú. De igual manera, se explica un modelo teórico con respecto a la variable a estudiar. En el capítulo II, se explica, a detalle, la metodología utilizada, así como también la definición operacional de la variable, el tipo y diseño de investigación, y el proceso de recolección de datos, técnicas y el instrumento a que se aplicó. En el capítulo III, se muestra los resultados y la discusión de la presenta investigación. En el capítulo IV, se expone las conclusiones. Por último, en el capítulo V, se mencionan las recomendaciones de la investigación. De igual manera, se incluyen anexos.

CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO

1.1. Antecedentes

1.1.1. Internacionales

En el ámbito internacional, existe preocupación en la instrucción de las estrategias de afrontamiento empleadas durante la adolescencia. Coppari et al. (2018) en su investigación “Influencia del sexo, edad y cultura en las estrategias de afrontamiento de adolescentes paraguayos y mexicanos” tuvieron como objetivo analizar la influencia del sexo, edad y cultura en las estrategias de afrontamiento en 2278 adolescentes. Su investigación fue de campo transversal, expos-facto, de tipo comparativo de dos muestras independientes con un diseño 2 x 2 x 2. Estos autores aplicaron la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) y una cédula sociodemográfica, donde encontraron diferencias por edad y país en algunas de sus estrategias. Así mismo, hallaron que las mujeres usan más estrategias de afrontamiento, muchas relacionadas con la búsqueda de apoyo social; por otro lado, encontraron también que los adolescentes tempranos paraguayos y mexicanos tienden a presentar menos estrategias productivas.

Uribe (2018) en su estudio “La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes” su objetivo fue identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico. Su estudio fue de tipo cuantitativo no experimental con un diseño transversal correlacional. Aplicaron los cuestionarios Escala de bienestar psicológico de Ryff y la Escala de afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis en una muestra de 104 adolescentes que estudian en colegios públicos de la ciudad de Montería, (Córdoba, Colombia). Donde se obtuvo como resultado que existe una correlación significativa entre ambas variables y concluyeron que, los adolescentes que utilizan

con frecuencia las estrategias de afrontamiento, centrarse en resolver el problema y buscar apoyo social, disponen de mayor nivel de bienestar psicológico.

Salavera y Usán (2017) en su investigación “Repercusión de las estrategias de afrontamiento de estrés en la felicidad de los alumnos de secundaria” describieron qué estrategias de afrontamiento usan los adolescentes ante situaciones de estrés a lo largo de su vida diaria, también cómo estas repercuten en su felicidad subjetiva. Su investigación fue de tipo cuantitativa no experimental y de diseño descriptivo correlacional. Aplicaron los instrumentos: “Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) y la escala de felicidad subjetiva de Lyubomirsky & Lepper”, en una muestra de 1 402 estudiantes de seis Institutos públicos de Educación Secundaria de España, comprendidos entre las edades de 12 y 17 años. Así mismo, estos autores encontraron que “los chicos hacen más uso de estrategias de tipo no productivo, en cambio, las chicas buscan más el apoyo social”; y concluyeron que los adolescentes que disponen de mayor felicidad son aquellos que usan estrategias pertenecientes al estilo orientado a otros; por otro lado, aquellos que usan estrategias del estilo afrontamiento no productivo disponen de una menor felicidad.

Molina y Muevecela (2016) en su investigación “Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes”, su objetivo fue describir y analizar qué estrategias de afrontamiento son usadas con frecuencia por los estudiantes con edades entre 16 y 18 años. Su investigación fue de tipo cuantitativa no experimental con un diseño descriptivo simple. Aplicaron el cuestionario Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis (ACS) en una muestra de 77 alumnos de segundo y tercero de bachillerato de un colegio de Cuenca, Ecuador. Concluyendo que la estrategia que usan con mayor frecuencia es “buscar diversiones relajantes”, sin embargo, se evidenció que las mujeres utilizan más estrategias del estilo afrontamiento orientado a otros.

1.1.2. Nacionales

Del mismo modo en las investigaciones nacionales, Arispe y Ochoa (2019) en su investigación “Estilos de socialización parental y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una I.E. Pública del distrito de la Joya.”, determinaron la relación entre Estrategias de Afrontamiento y Estilos parentales en estudiantes de secundaria. Su investigación fue de tipo cuantitativa no experimental y su diseño descriptivo correlacional. Aplicaron los instrumentos: “Escala de Estilos de Socialización Parental en la Adolescencia (ESPA 29)” y la adaptación psicométrica de Beatriz Canessa de “Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)”, en 168 alumnos de entre 14 y 17 años. Concluyeron que el Estilo Autorizativo es el predominante en los adolescentes. Las estrategias que usan las adolescentes son: “Esforzarse y Tener Éxito” y los adolescentes usan con mayor frecuencia: “Buscar diversiones relajantes”. También concluyeron que “hay relación significativa positiva entre los estilos de socialización parental y las Estrategias de Afrontamiento”.

Paz (2019), en su investigación “Estilos de afrontamiento y funcionamiento familiar en adolescentes de una institución educativa pública de Chanchamayo, 2018” determinó la relación entre el funcionamiento familiar y las estrategias de afrontamiento. Su investigación fue cuantitativa - no experimental y su diseño descriptivo correlacional. Aplicó los instrumentos: “Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)” de Canessa, y el “Cuestionario de Funcionamiento Familiar (FF-SIL)” a 156 adolescentes del 3ro, 4to y 5to año de secundaria de la institución educativa “Santa Ana”, Junín. Concluyó que existe correlación entre las estrategias “concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, y el funcionamiento familiar”; por otro lado, la estrategia más utilizada por el grupo fue: “Buscar diversiones relajantes”. También encontraron que los varones utilizan con mayor frecuencia la estrategia distracción física del estilo

Resolver el problema; las adolescentes usan con mayor frecuencia la estrategia de “reducción de la tensión”.

Curay (2019) en su investigación “Estrategias de afrontamiento en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de una institución educativa privada del distrito del Callao”; conoció qué estrategia de afrontamiento presentan los estudiantes de tercero a quinto año de secundaria. Su investigación fue de tipo cuantitativa no experimental y su diseño descriptivo simple. Aplicó la adaptación psicométrica de Beatriz Canessa de la Escala Estrategias de afrontamiento (ACS) en una muestra conformada por 73 estudiantes de ambos sexos, hombres y mujeres; concluyó que la mayoría de adolescentes presentan un nivel considerado como estrategia “no utilizada” en las estrategias de afrontamiento.

Aguirre (2016) en su investigación “Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución pública de Trujillo” determinó la relación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento. Su investigación fue cuantitativa no experimental y su diseño descriptivo correlacional. Aplicó los instrumentos: “Escala de Resiliencia para Adolescentes (ERA)”, 2000; y la adaptación española de Pereña y Seisdedos (2000) de las “Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)”, en 192 estudiantes de ambos sexos, comprendidos en edades de entre 13 y 18 años. Concluyó que los estudiantes presentan resiliencia predominantemente baja, así mismo, la estrategia “Concentrarse en Resolver el Problema” se relaciona de manera positiva y significativa, con todas las dimensiones de la resiliencia.

1.1.3. Locales

Del mismo modo en las investigaciones locales, Onoc y Vásquez (2018), en su investigación “Socialización parental y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo” conocieron la relación entre las estrategias de afrontamiento y

la socialización parental. El tipo de su investigación fue cuantitativo no experimental y su diseño descriptivo correlacional. Aplicaron los instrumentos: “Escala de Socialización Parental para Adolescentes (ESPA-29)”, y la adaptación de Beatriz Canessa (2002) de “Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS)” en 120 estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo. Concluyeron que existe una relación entre la socialización parental de la madre y el afrontamiento no productivo, por otro lado, “la socialización parental del padre no se relaciona con las variables del afrontamiento”; así mismo, las madres demuestran más afecto y a la vez corrigen más a sus hijos a diferencia del padre. Por último, los adolescentes usan con mayor frecuencia las estrategias: “Buscar diversión relajante y preocuparse”.

Saavedra (2018) en su investigación “Insatisfacción de la imagen corporal y estrategias de afrontamiento de las adolescentes de una institución educativa de Chiclayo, 2018” tuvo como objetivo determinar la relación entre la insatisfacción de la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento de las adolescentes. Dicha investigación fue de tipo no experimental y con un diseño descriptivo correlacional, donde se aplicaron los instrumentos, Body Shape Questionnaire y la Escala de afrontamiento para adolescentes, en una muestra de 278 estudiantes con edades entre los 11 y 15 años. Así mismo, se encontró que la estrategia de afrontamiento más utilizada es Autoinculparse.

Gonzáles y Quiroga (2016) en su investigación “Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa estatal - Monsefú”, determinaron la relación entre las estrategias de afrontamiento y personalidad en estudiantes de una Institución Educativa Estatal de Monsefú. Su investigación fue cuantitativa no experimental y de diseño descriptivo correlacional. Aplicaron los instrumentos: El “Cuestionario de Personalidad Big Five (BFQ)” y la adaptación psicométrica de Beatriz Canessa (2002) de “Escala de Afrontamiento para

Adolescentes (ACS)” en 245 estudiantes del cuarto y quinto grado de secundaria. Concluyeron que la dimensión que predomina en las adolescentes es Tesón y en los adolescentes es Estabilidad Emocional. Por otro lado, las estrategias de Afrontamiento, que usan ambos sexos son: Esforzarse y tener éxito y buscar diversiones relajantes.

1.2. Bases Teóricas

A continuación, se explicarán los conceptos de adolescencia, estrés y afrontamiento. De igual manera, se expondrán los principales modelos teóricos que comprenden los estilos de afrontamiento al estrés, haciendo énfasis en la teoría del afrontamiento al estrés de Frydenberg y Lewis, y por último, se explicarán los estilos y estrategias de afrontamiento al estrés.

1.2.1. La adolescencia

Es la etapa comprendida entre los 10 y los 19 años de edad (OMS, 2020a, párrafo 1); que abarca muchos cambios físicos, sexuales, cognitivos y emocionales, los que a su vez pueden causar ansiedad tanto para los adolescentes como para sus familias (Allen y Waterman, 2019, párrafo 2). Por lo que se entiende que es una etapa que cumple un papel importante en el desarrollo del ser humano.

Además, el Ministerio de Salud del Perú (2017) señala que dichos cambios permitirán que los adolescentes adquieran nuevos aprendizajes, experimenten nuevas situaciones, dispongan de un pensamiento crítico, expresen su creatividad y sean partes de procesos psicosociales y políticos (p.21).

De igual modo, Moreno (2015) señala que durante este periodo de vida se llevará a cabo el desarrollo de los procesos cognitivos hasta lograr que sean funcionales, lo que significa que, “se usarán estrategias de atención y memoria de manera más estable, generalizado y eficaz”, no

obstante, se debe recalcar que estas estrategias no son usadas en todas las situaciones por el adolescente (pp.52 - 53).

1.2.1.1. Etapas de la adolescencia

La AAP (2019) refiere que la adolescencia tiene 3 etapas: Temprana, media y tardía.

1.2.1.1.1. Adolescencia temprana.

Abarca desde los 10 hasta los 13 años de edad y es aquí donde el adolescente empieza a notar cambios en su cuerpo (AAP, 2019, párrafo 3), de hecho, es probable que se cuestione la identidad de género, lo cual, genera que el adolescente se sienta curioso y ansioso, en especial si no saben qué esperar o qué es normal (AAP, 2019, párrafo 4). Así mismo, es donde se presentan pensamientos polarizadas, por ejemplo, las cosas o están bien o están mal (AAP, 2019, párrafo 5). También, sienten la necesidad de ser independientes, por lo que, es esperado que se muestren conflictos con sus figuras parentales al trazar límites (AAP, 2019, párrafo 6).

1.2.1.1.2. Adolescencia mediana.

Abarca desde los 14 a 17 años de edad y es donde los cambios físicos persisten, por ejemplo, crecer repentinamente, que se les quiebre la voz y sufrir de acné (AAP, 2019, párrafo 7), lo cual, afecta a su desarrollo social. Así mismo, exploran su sexualidad, se muestran interesados en las relaciones sexuales y románticas, lo que podría resultar estresante si no tienen la orientación de sus pares, familia o comunidad” (AAP, 2019, párrafo 8). Y ya que están luchando por su independencia, es muy probable que discutan con frecuencia con sus padres y que pasen menos tiempo con su familia (AAP, 2019, párrafo 9), es decir, que sus relaciones interpersonales se reforzarán. Por otro lado, la maduración fisiológica tiene una influencia importante, ya que en este periodo los lóbulos frontales aún están en desarrollo, por lo que, no es de extrañarse que tengan

dificultades en toma de decisiones complejas, control de los impulsos, la capacidad de evaluar opciones y las consecuencias de sus acciones (AAP, 2019, párrafo 10).

1.2.1.1.3. Adolescencia tardía.

Abarca desde los 18 a 21 años de edad y es donde, los adolescentes ya han completado su desarrollo físico como, por ejemplo, su altura (AAP, 2019, párrafo, 11). Además, se espera que tengan un mayor control sobre sus impulsos, dispongan de un sentido más firme de su individualidad, puedan identificar sus propios valores, centrarse más en el futuro y establecer relaciones románticas duraderas (AAP, 2019, párrafo 12).

1.2.2. El estrés

1.2.2.1. Concepto.

Martín (2007) menciona que el término estrés se ha usado a lo largo de la historia en referencia a contextos diferentes, por ejemplo, Claude Bernard, en el s. XIX, manifestaba que lo que caracteriza al estrés son los estímulos que lo producía mientras que, para Walter Cannon lo característico eran las respuestas conductuales y fisiológicas (p.88). Dentro de este orden de ideas, fue el fisiólogo Hans Selye quién en 1936 publicó su concepto de activación fisiológica ante el estrés, el cual lo llamó “Síndrome General de Adaptación”, donde agregó las respuestas del eje hipotálamo-hipofisiario-adrenal, extendiendo lo propuesto por Walter Cannon (Martín, 2007, p.88), es decir, que Selye incluyó las respuestas fisiológicas y las consecuencias dañinas a nivel orgánico al estar un individuo expuesto a un estrés permanente (Acosta, 2002, como se citó en Martín, 2007, p.88).

Sin embargo, el estrés aparece cuando una persona se encuentra en medio de una situación que le representa un desequilibrio significativo en relación entre las exigencias externas o internas y los medios que disponga para adaptarse (Fernández, 2009, p. 28), por lo que Lazarus y Folkman

proponen que el estrés es el desequilibrio entre cómo el individuo percibe las exigencias de su entorno y qué tan dispuesto está para afrontarlas (1986, Dahab, Rivadeneira, & Minici, 2010).

Por consiguiente, se debe tener presente las diferencias individuales tales como, “factores predisponentes, motivaciones, actitudes y experiencias previas”, establecerán cómo el ser humano percibe y evalúa las exigencias de su entorno, influyendo de esta manera en “los estilos de afrontamiento, repuestas emocionales y en su salud” (Fernández, 2009, p.28).

1.2.2.2. Modelo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman.

El modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1986) hace hincapié en la coacción del individuo con su ambiente, de esta manera, considera al estrés como un “componente natural de la vida” (Canessa, 2002), donde la propia experiencia definirá si una situación es estresante o no.

También, el estrés es considerado como un proceso donde están presentes aquellas resistencias entre el individuo y su entorno, dónde se percibirán las exigencias de este como dañinas o no, lo que provocará reacciones físicas y psicológicas (Cassaretto, 2011), las cuales se caracterizan por ser rápidas, automáticas e intuitivas (Lazarus y Folkman, 1986, citado en Berra y Muñoz, 2014).

Del mismo modo, el modelo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman destacan la relevancia del rol del individuo como partícipe activo que se interrelaciona con su entorno, de tal manera, que la respuesta al estrés se entiende como “un proceso interaccional” (Rivero, 2020). Por ello, ambos autores consideran que el ser humano reconoce el estresor, después evalúa sus recursos internos y de su entorno y los utiliza de manera conductual y cognitiva para lograr su autorregulación.

1.2.3. El afrontamiento al estrés

1.2.3.1. Definición.

La definición del afrontamiento al estrés ha evolucionado a lo largo del tiempo, donde han aparecido diversos autores tales como, Lazarus y Folkman (1989, como se citó en Galán y Perona, 2001) quiénes refieren que “el afrontamiento es un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales” (p.563) que, “responden a exigencias estresantes tanto del entorno como del interior del individuo” (Berra y Muñoz, 2014,p. 38), así mismo, también consideran que existen dos estilos de afrontamiento, “uno orientado a la emoción y el otro orientado al problema” (Lazarus y Folkman, 1989, como se citó en Galán y Perona, 2001, p.564). Por otro lado, Costa et al. (1996) mencionan que el afrontamiento es “un intento de adaptación dada por un individuo que está afrontando circunstancias angustiantes” (p.45); en cambio, Fernández (1997) define al afrontamiento como “predisposiciones propias de cada individuo para afrontar diversas situaciones problemáticas” (p.204). Ahora bien, Frydenberg y Lewis (1999) lo definen como “una competencia psicosocial” porque involucra “estrategias conductuales y cognitivas” que son necesarias para confrontar situaciones estresantes de la vida; donde algunas ayudan a resolver dicha situación, otras a acomodarse a ésta y otras solo se acomodan a la situación sin buscar una solución (Frydenberg, 1999, como se citó en Canessa, 2002). Dicha definición tiene similitud con la propuesta por Lazarus y Folkman, donde la principal diferencia está en la agrupación de las estrategias de afrontamiento en tres estilos. Por último, Barra (2003) define al afrontamiento como un proceso que actúa como regulador del malestar emocional.

1.2.3.2. Modelos sobre estilos afrontamiento.

Según Guevara, Hernández y Flores (2001) existen cuatro modelos teóricos que abordan acerca de los estilos de afrontamiento tales como, el modelo de Byrne, el modelo de Lazarus y Folkman, el modelo de Carver, Scheier, y Weintraub y el modelo de Miller (como se citó en Rivero, 2020).

Por su parte, Byrne, planteó su modelo en 1964 donde agrupó al estilo de afrontamiento en “estilo represor y estilo sensibilizador”, también explicó que el primero presenta bajo nivel de ansiedad, respuestas fisiológicas, niega y evita el estrés mientras que el segundo presenta alto nivel de ansiedad, se muestra atento y comunicativo (Rivero, 2020, p.14). Es decir, que ambos estilos reaccionan como arquetipos y no con un fin adaptativo.

En cambio, para Lazarus y Folkman, quiénes propusieron su modelo en 1986, consideran que hay dos estilos de afrontamiento, “afrontamiento centrado en el problema y afrontamiento centrado en la emoción”, donde el primer estilo explica cómo la persona actúa ante su entorno o en sí mismo para afrontar el estrés, mientras que, el segundo estilo explica cómo la persona modifica la forma en que interpreta el estrés y el impacto que causa sobre sí misma (Cabanach et al., 2010, como se citó en Rivero, 2020, p. 15). De igual manera, estos autores consideran que el uso de los estilos de afrontamiento “pueden ser adaptativos o no”, “dependerá del contexto del individuo al interpretar las exigencias del entorno” y “requerirá la evaluación cognitiva de lo que sea posible o no hacer para cambiar la situación problemática” (Belloch et al. 2009, como se citó en Rivero, 2020, p. 16)

Con respecto a Miller, quién planteó su modelo en 1987, consideró que la persona procesa el estrés de manera cognitiva para disminuir las reacciones a este, de igual manera, agrupó al afrontamiento en “estilo incrementador y atenuador”, donde el primero hace referencia al “grado de alerta” ante la amenaza que perciba mientras que el segundo hace énfasis al “grado de evitación” (Guevara, Hernández y Flores, 2001, como se citó en Rivero, 2020, pp.14-15). Es decir, que la persona va a utilizar procesos cognitivos para lograr adaptarse al estrés que experimenta.

En relación a Carver, Scheier y Weintraub, quiénes plantearon su modelo en 1989, presentaron la integración de estilos y estrategias de afrontamiento, agrupando en 3 estilos tales

como, “afrontamiento enfocado al problema, afrontamiento enfocado a la emoción y afrontamiento desadaptativo”, así mismo, estos autores dan gran importancia a los rasgos de personalidad, explicando que estas son las que establecen la diferenciación entre las personas, que regulan su alteración psicológica y las que no, cuando usan estrategias de afrontamiento (Krzemien, 2007, como se citó en Rivero, 2020, p.15). Es decir, que los factores internos de la persona y sus experiencias previas le permitirán hacer uso del afrontamiento.

1.2.3.3. Afrontamiento al estrés según Frydenberg y Lewis.

Frydenberg y Lewis (1999) mencionan que “el afrontamiento en los adolescentes es un proceso donde se va a lidiar con situaciones estresantes con ayuda de recursos”. Lo que permitirá que el adolescente disponga de un adecuado proceso de aprendizaje y de un buen desarrollo como individuo (Frydenberg y Lewis, 1999; Canessa, 2002). Así mismo, es importante señalar que estos autores basaron su teoría en los modelos propuestos por Lazarus y Folkman.

1.2.3.4. Estilos de afrontamiento.

Frydenberg y Lewis señalan que existen tres estilos de afrontamiento tales como, resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo (Frydenberg, 1999; Canessa, 2002); de los cuales, los dos primeros son funcionales ya que definen el problema, brindan posibles soluciones y son llevadas a cabo, mientras que, el estilo tercero es disfuncional porque se caracteriza por la falta de expresión y dominio de las emociones al momento de afrontar una situación de estrés (Canessa, 2002). De igual modo, dichos estilos van a agrupar “estrategias de afrontamiento”.

1.2.3.4.1. Estilo Resolver el problema

Señala la tendencia para afrontar el estrés de manera directa donde persiste una actitud optimista (Frydenberg, 1999; Canessa, 2002). Este estilo engloba las siguientes estrategias:

“Concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, invertir en amigos íntimos, reservarlo para sí, fijarse en lo positivo, buscar diversiones relajantes y distracción física” (Canessa, 2002).

1.2.3.4.2. *Estilo Referencia a otros.*

Comprende contar lo que me preocupa a los demás y buscar apoyo en otros como pares, profesionales o deidades (Frydenberg, 1999; Canessa, 2002). Este estilo engloba las siguientes estrategias: “Buscar apoyo social, acción social, buscar apoyo espiritual y buscar ayuda profesional” (Canessa, 2002).

1.2.3.4.3. *Estilo Afrontamiento No productivo.*

Este es el estilo disfuncional, ya que permite tener una sensación de alivio, pero no conduce a la solución del problema, sino, están orientadas a evitarla. Este estilo engloba las siguientes estrategias: “Buscar pertenencia, preocuparse, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento o no afrontamiento, ignorar el problema, reducción de la tensión, reservarlo para sí y Autoinculparse” (Canessa, 2002).

1.2.3.5. *Estrategias de afrontamiento.*

Dentro de cada estilo de afrontamiento, encontramos un grupo de estrategias, las cuales son:

1.2.3.5.1. *Concentrarse en resolver el problema (Rp).*

Es una estrategia dirigida a resolver el problema, estudiándolo sistemáticamente y analizando los diferentes puntos de vista u opciones.

1.2.3.5.2. *Esforzarse y tener éxito (Es).*

Es la estrategia que comprende conductas que ponen de manifiesto compromiso, dedicación y ambición.

1.2.3.5.3. *Invertir en amigos íntimos (Ai).*

Es el esfuerzo por establecer una relación íntima con un amigo.

1.2.3.5.4. *Fijarse en lo positivo (Po).*

Implica una actitud optimista frente a una situación estresante y donde se tiende a ver el “lado bueno de las cosas”.

1.2.3.5.5. *Buscar diversiones relajantes (Dr).*

Se caracteriza por ítems que describen actividades de ocio y relajantes, como leer o pintar.

1.2.3.5.6. *Distracción física (Fi).*

Se refiere al empeño que se hace por practicar algún deporte y a mantenerse en forma.

1.2.3.5.7. *Buscar apoyo social (As).*

Se da cuando se tiende a contar su problema a otros para encontrar una solución.

1.2.3.5.8. *Buscar ayuda profesional (Ap).*

Consiste en solicitar una opinión profesional, ya sea un maestro o un tutor.

1.2.3.5.9. *Acción social (So).*

Es cuando se permite que otros conozcan el problema e intentar conseguir ayuda a través de peticiones o realizando reuniones.

1.2.3.5.10. *Buscar apoyo espiritual (Ae).*

Es cuando se prefiere rezar u orar y creer en la ayuda de un líder espiritual o Dios.

1.2.3.5.11. *Buscar pertenencia (Pe).*

Indica la angustia e interés del adolescente por cómo piensan los demás acerca de sí mismo.

1.2.3.5.12. *Preocuparse (Pr).*

Se da cuando existe un temor por el futuro, específicamente, preocupación por la felicidad.

1.2.3.5.13. *Hacerse ilusiones (Hi).*

Se da cuando existe esperanza de una solución efectiva y cuando se tiene la expectativa de que “todo irá bien”.

1.2.3.5.14. *Falta de afrontamiento (Na).*

Se da cuando el adolescente no tiene la capacidad para afrontar una situación estresante, y donde los síntomas psicosomáticos estarán presentes.

1.2.3.5.15. *Reducción de la tensión (Rt).*

Es cuando el adolescente intenta sentirse mejor y de relajar la tensión.

1.2.3.5.16. *Ignorar el problema (Ip).*

Refleja un esfuerzo consciente del adolescente por negar o desentenderse de sus problemas.

1.2.3.5.17. *Autoinculparse (Cu).*

Se da cuando el adolescente se ve como responsable de sus problemas y preocupaciones.

1.2.3.5.18. *Reservarlo para sí (Re).*

Es cuando el adolescente huye de los demás y no desea que otros conozcan sus problemas.

En último término, se agrega que esta investigación tomó y describió la información conseguida orientada en el concepto de Frydenberg y Lewis, quiénes se basan en la teoría del afrontamiento de Lazarus y Folkman, así mismo, los autores Frydenberg y Lewis se encaminan al escenario emocionalmente frágil del adolescente. Por esta razón, posee un esencial valor y congruencia con los objetivos del presente estudio.

1.3. Definición y Operacionalización de la variable

Tabla 1

Definición y operacionalización de la variable

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	ESTILOS	ESTRATEGIAS	ITEMS	INSTRUMENTO
Afrontamiento	El afrontamiento es una competencia psicosocial, que incluye una serie de estrategias conductuales y cognitivas utilizadas para enfrentar las demandas de la vida. (Frydenberg y Lewis, 1999 citados por Canesa, 2002)	Es la capacidad del ser humano para afrontar de manera eficaz diferentes situaciones estresantes.	Resolver el problema	1. Concentrarse en resolver el problema (Rp)	2,21,39,57,73	Escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS)
				2. Esforzarse y tener éxito (Es)	3,22,40,58,74	
				3. Invertir en amigos íntimos (Ai)	5,24,42,60,76	
				4. Fijarse en lo positivo (Po)	16,34,52,70	
				5. Buscar diversiones relajantes (Dr)	18,36,54	
				6. Distracción física (Fi)	19,37,55	
			Referencia a otros	7. Buscar apoyo social (As)	1,20,38, 56,72	
				8. Acción social (So)	10,11,29,47,65	
				9. Buscar apoyo espiritual (Ae)	15,33,51,69	
				10. Buscar ayuda profesional (Ap)	17,35,53,71	
				11. Buscar pertenencia (Pe)	6,25,43,61,77	
				12. Preocuparse (Pr)	4,23,41,59,75	
			Afrontamiento no productivo	13. Falta de afrontamiento o No afrontamiento (Na)	8,27,45,63,79	
				14. Reducción de la tensión (Rt)	9,28,46,64,80	
				15. Autoinculparse (Cu)	13,31,49,67	
				16. Ignorar el problema (Ip)	12,30,48,66	
				17. Reservarlo para sí (Re)	14,32,50,68	
				18. Hacerse ilusiones (Hi)	7,26,44,62,78	

Nota: El inventario de Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) agrupa las 18 estrategias de afrontamiento en 3 estilos de afrontamiento según sus características, sin embargo, solo mide dichas estrategias y no los estilos.

CAPÍTULO II: MÉTODOS Y MATERIALES

En este capítulo se tratarán los aspectos en relación a la metodología de esta investigación. En primer lugar, se hablará del tipo y diseño de investigación, después se puntualizará la población, muestra, muestreo y las técnicas e instrumentos empleados. Por último, se abordará el proceso de recolección de datos que se realizó.

2.1. Diseño de la contrastación de Hipótesis

2.1.1. Tipo de investigación


Esta investigación es no experimental cuantitativa, ya que la recolección de datos se realizó sin manipular variables, además la búsqueda y procesamiento de datos se da en un solo momento y tiempo, con el fin de “definir patrones de conducta y corroborar o rechazar teorías”. (Hernández, Baptista & Collado, 2014).

2.1.2. Diseño de la investigación

Esta investigación es transversal, ya que describe una variable en un momento dado. Así mismo, descriptivo simple dado que tiene como fin “investigar la incidencia de las modalidades” o los niveles de una variable en una población para especificar sus características importantes y cómo se presentan. (Hernández et al., 2014).

La gráfica del diseño se basa en el modelo de Hernández:

Figura 1: *Diseño de Investigación*



M – X1

Nota: M (Estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí) y X1 (Variable estrategias de afrontamiento).

2.2. Población y muestra

2.2.1. Población

La población es la “agrupación de los casos que poseen una característica común, la cual, se estudia y da origen a los datos de la investigación” (Hernández et al., 2014). En la presente investigación, la población fue de 146 estudiantes del primer a quinto grado de secundaria, matriculados en el calendario académico 2019 y de ambos sexos, de una Institución educativa de Cayaltí.

2.2.2. Muestra

Es un subgrupo de individuos que “pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que se le llama población” Hernández et al (2014). La muestra de estudio para esta investigación estuvo constituida 106 estudiantes de secundaria una Institución educativa de Cayaltí. La cual fue establecida por la fórmula preliminar para muestra finita, teniendo en cuenta los siguientes estimadores estadísticos: “nivel de confianza de 95% ($z=1.96$), con un margen de error esperado de 5% ($E=0.05$) y una probabilidad de ocurrencia de 50%, ($p=0.5$)”.

La fórmula que se empleó para determinar el tamaño de la muestra fue la siguiente:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}{(N - 1)e^2 + Z^2 \cdot p(1 - p)}$$

Dónde:

Nivel de confianza		95%
Valor de z	Z	1.96
VALOR PERMISIBLE (e)	E	0.05
Proporción	P	0.5
Tamaño poblacional	N	146
Tamaño de la muestra	n	

Remplazamos los datos en la fórmula:

$$n = \frac{146 (1.96)^2 (0.5)(1 - 0.5)}{(146 - 1)(0.05)^2 + (1.96)^2 (0.5)(1 - 0.5)}$$

$$n = 106$$

2.2.3. Muestreo

El muestreo fue probabilístico, estratificado, y aleatorio. ya que el total de individuos de la población tuvieron la misma posibilidad de ser escogido (Hernández et al. 2014), de esta manera la muestra es 106.

Criterios de inclusión.

- Alumnos que se encuentren matriculados en el 1er al 5to año de secundaria y que pertenezcan a la Institución Educativa.
- Alumnos de ambos sexos.
- Alumnos que sus edades oscilen entre los 12 a 18 años de edad.
- Se encuentren y permanezcan durante la aplicación del cuestionario.

Criterios de exclusión.

- Alumnos con padres que no firmaron el consentimiento informado.
- Alumnos con enfermedad orgánica que dificulte la colaboración con la evaluación.
- Alumnos con discapacidad física o intelectual que nos les permita el desarrollo de la evaluación.

Criterios de eliminación.

- Que el participante haya dejado más de 3 ítems en blanco.

2.3. Procedimientos a seguir en la investigación

Previamente, se gestionó la documentación para el desarrollo de la presente investigación en un colegio de Cayaltí y se presentó el proyecto de investigación a la universidad con el fin de que se emita la resolución respectiva.

Después, se determinó la población, que fueron las aulas del nivel secundario. Para lo cual, se llevó a cabo una sesión con los estudiantes durante la hora de tutoría, haciendo énfasis en la confidencialidad de los datos por recolectar y el objetivo de la investigación. Para ello, se entregó un consentimiento informado a los estudiantes.

Posteriormente, se evaluó y corroboró si respondieron en el instrumento conforme a las indicaciones para confirmar la invalidación de alguna prueba. Así mismo, se analizaron los resultados, y para finalizar se hizo el informe y se notificaron los resultados a la universidad correspondiente, así como, a las autoridades del colegio en mención.

2.4. Técnicas e instrumentos

2.4.1. Técnicas

Con el propósito de responder a los objetivos establecidos, se usó la técnica de evaluación psicométrica para la recopilación de los datos de las estrategias de afrontamiento al estrés utilizados por los estudiantes de secundaria.

2.4.2. Instrumento

El instrumento empleado para la medición de las estrategias de afrontamiento al estrés fue la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis, el cual es para adolescentes de 12 a 18 años de edad cronológica, el cual, fue adaptado a la población limeña por Beatriz Canessa en el 2002 (Rivero, 2020, p.22). Dicho instrumento dispone de 80 ítems cerrados, con calificaciones del 1 al 5 en la escala Likert, y que a su vez tiene como objetivo medir las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes. Así mismo, los ítems se agrupan en

18 escalas que pertenecen a 3 estilos de afrontamiento, que son, resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo.

De igual manera, Rivero (2020) menciona que la adaptación de la Escala ACS de Frydenberg y Lewis, realizada en el Perú por Canessa en el 2002, es confiable al obtener un Alpha de Cronbach significativo mayor a .05, y también refiere que tiene una validez de constructo ya que, las estrategias obtuvieron puntajes significativos en las correlaciones ítem-test. (p. 23).

2.5. Aspectos éticos

Según Noreña, Moreno, Rojas & Malpica (2012), la investigación de recopilación de datos debe disponer:

2.5.1. Confidencialidad.

Informar a los evaluados que su identidad se mantendrá en el anonimato y que serán atendidos como un importante informante para la investigación, (Noreña, et al., 2012).

2.5.2. Consentimiento informado.

Informar sobre las condiciones, derechos y responsabilidades que se presentan en el estudio, donde adoptarán el papel de informantes. (Noreña, et al., 2012).

2.5.3. Manejo de Riesgos

La información recibida de parte de los informantes no perjudicará a nivel institucional ni personal. (Noreña et al., 2012).

2.6. Equipos y materiales

Se utilizaron los formatos en físico del cuestionario de Estrategias de afrontamiento para adolescentes.

Durante el procesamiento de los resultados se usó el Software SPSS versión 22 en español, y también, el programa de Excel 2010.

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Resultados en tablas y gráficos

Tabla 2

Estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos: Resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí

			Estilos de afrontamiento	
			f	%
Resolver el Problema	Concentrarse en resolver el problema (Rp)	A menudo	45	42%
	Esforzarse y tener éxito (Es)	frecuentemente	31	29%
	Invertir en amigos íntimos (Ai)	A menudo	27	25%
	Fijarse en lo positivo (Po)	frecuentemente	36	34%
	Buscar distracciones relajantes (Dr)	Algunas veces	25	24%
	Distracción física (Fi)	Nunca	37	35%
Referencia en otros	Buscar apoyo social (As)	Nunca	25	24%
	Acción social (So)	frecuentemente	50	47%
	Buscar apoyo espiritual (Ae)	Raras veces	37	35%
	Buscar apoyo profesional (Ap)	frecuentemente	73	69%
Afrontamiento no productivo	Buscar pertenencia (Pe)	Nunca	26	24%
		Algunas veces	26	24%
	Preocuparse (Pr)	Nunca	71	67%
	Falta de afrontamiento o no afrontamiento (Na)	frecuentemente	100	94%
	Reducción de la tensión (Rt)	frecuentemente	33	31%
	Autoinculparse (Cu)	Nunca	35	33%
	Ignorar el problema (Ip)	Algunas veces	28	26%
		A menudo	28	26%
	Reservarlo para sí (Re)	Nunca	27	25%
	Hacerse ilusiones (Hi)	frecuentemente	30	28%

Fuente: Resultados de la aplicación del cuestionario Escalas de Afrontamiento en Adolescentes

En la Tabla 2 se aprecia que en el Estilo Resolver el problema, la estrategia usada frecuentemente es: Concentrarse en resolver el problema (42%); en el estilo Referencia a otros, la estrategia usada frecuentemente es: Buscar apoyo profesional (69%). Finalmente, en el estilo Afrontamiento no productivo, las estrategias usadas frecuentemente son: Falta de afrontamiento (94%).

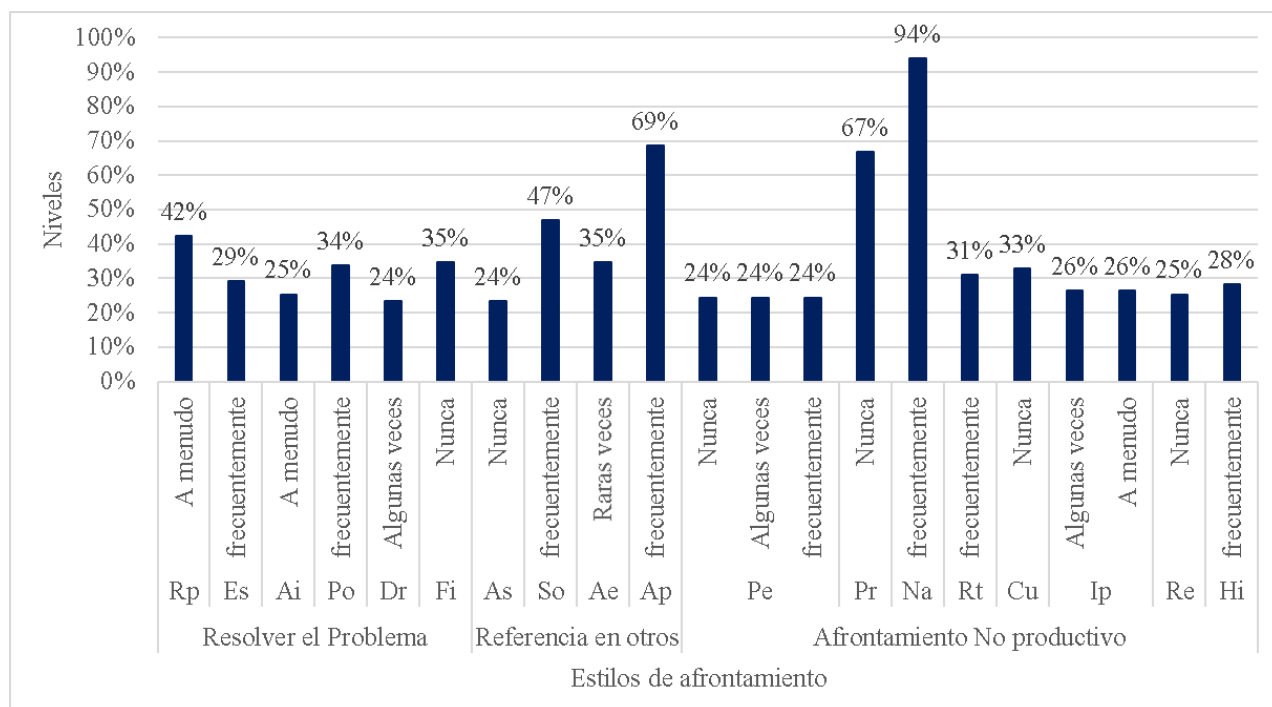


Figura 2: Estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.

Tabla 3
Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí

		Estrategias de afrontamiento	
		f	%
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	Nunca	1	1%
	Raras veces	12	11%
	Algunas veces	30	28%
	A menudo	45	42%
	frecuentemente	18	17%
	Total	106	100%
Esforzarse y tener éxito (Es)	Nunca	14	13%
	Raras veces	8	8%
	Algunas veces	32	30%
	A menudo	21	20%
	frecuentemente	31	29%
	Total	106	100%
Invertir en amigos íntimos (Ai)	Nunca	25	24%
	Raras veces	18	17%
	Algunas veces	21	20%
	A menudo	27	25%
	frecuentemente	15	14%
	Total	106	100%
Fijarse en los positivo (Po)	Nunca	10	9%
	Raras veces	22	21%
	Algunas veces	24	23%
	A menudo	14	13%
	frecuentemente	36	34%
	Total	106	100%
Buscar diversiones relajantes (Dr)	Nunca	23	22%
	Raras veces	16	15%
	Algunas veces	25	24%
	A menudo	18	17%
	frecuentemente	24	23%
	Total	106	100%
Distracción física (Fi)	Nunca	37	35%
	Raras veces	27	25%
	Algunas veces	16	15%
	A menudo	13	12%
	frecuentemente	13	12%
	Total	106	100%
Buscar apoyo social (As)	Nunca	25	24%
	Raras veces	17	16%

	Algunas veces	20	19%
	A menudo	24	23%
	frecuentemente	20	19%
	Total	106	100%
Acción social (So)	Nunca	7	7%
	Raras veces	12	11%
	Algunas veces	24	23%
	A menudo	13	12%
	frecuentemente	50	47%
	Total	106	100%
Buscar apoyo espiritual (Ae)	Nunca	31	29%
	Raras veces	37	35%
	Algunas veces	19	18%
	A menudo	10	9%
	frecuentemente	9	8%
	Total	106	100%
Buscar ayuda profesional (Ap)	Nunca	3	3%
	Raras veces	6	6%
	Algunas veces	7	7%
	A menudo	17	16%
	frecuentemente	73	69%
	Total	106	100%
Buscar pertenencia (Pe)	Nunca	26	24%
	Raras veces	20	19%
	Algunas veces	26	24%
	A menudo	8	8%
	frecuentemente	26	24%
	Total	106	100%
Preocuparse (Pr)	Nunca	71	67%
	Raras veces	11	10%
	Algunas veces	10	9%
	A menudo	4	4%
	frecuentemente	10	9%
	Total	106	100%
Falta de afrontamiento o No afrontamiento (Na)	Raras veces	3	3%
	A menudo	3	3%
	frecuentemente	100	94%
	Total	106	100%
Reducción de la tensión (Rt)	Nunca	16	15%
	Raras veces	16	15%
	Algunas veces	20	19%
	A menudo	21	20%
	frecuentemente	33	31%
	Total	106	100%
Autoinculparse (Cu)	Nunca	35	33%
	Raras veces	16	15%
	Algunas veces	29	27%
	A menudo	11	10%
	frecuentemente	15	14%

	Total	106	100%
Ignorar el problema (Ip)	Nunca	20	19%
	Raras veces	12	11%
	Algunas veces	28	26%
	A menudo	28	26%
	frecuentemente	18	17%
	Total	106	100%
Reservarlo para sí (Re)	Nunca	27	25%
	Raras veces	13	12%
	Algunas veces	25	24%
	A menudo	20	19%
	frecuentemente	21	20%
	Total	106	100%
Hacerse ilusiones (Hi)	Nunca	16	15%
	Raras veces	24	23%
	Algunas veces	13	12%
	A menudo	23	22%
	frecuentemente	30	28%
	Total	106	100%

Fuente: Resultados de la aplicación del cuestionario Escalas de Afrontamiento en Adolescentes

Se puede apreciar en la Tabla 3 que los adolescentes evaluados utilizan frecuentemente las estrategias: Falta de afrontamiento (94%) y Buscar ayuda profesional (69%). De igual manera, se puede apreciar que utilizan a menudo la estrategia: Concentrarse en resolver el problema (42%). Así mismo, utilizan algunas veces la estrategia: Ignorar el problema (26%). De igual modo, utilizan rara vez la estrategia: Buscar apoyo espiritual (35%). Por último, nunca utilizan la estrategia: Preocuparse (67%).

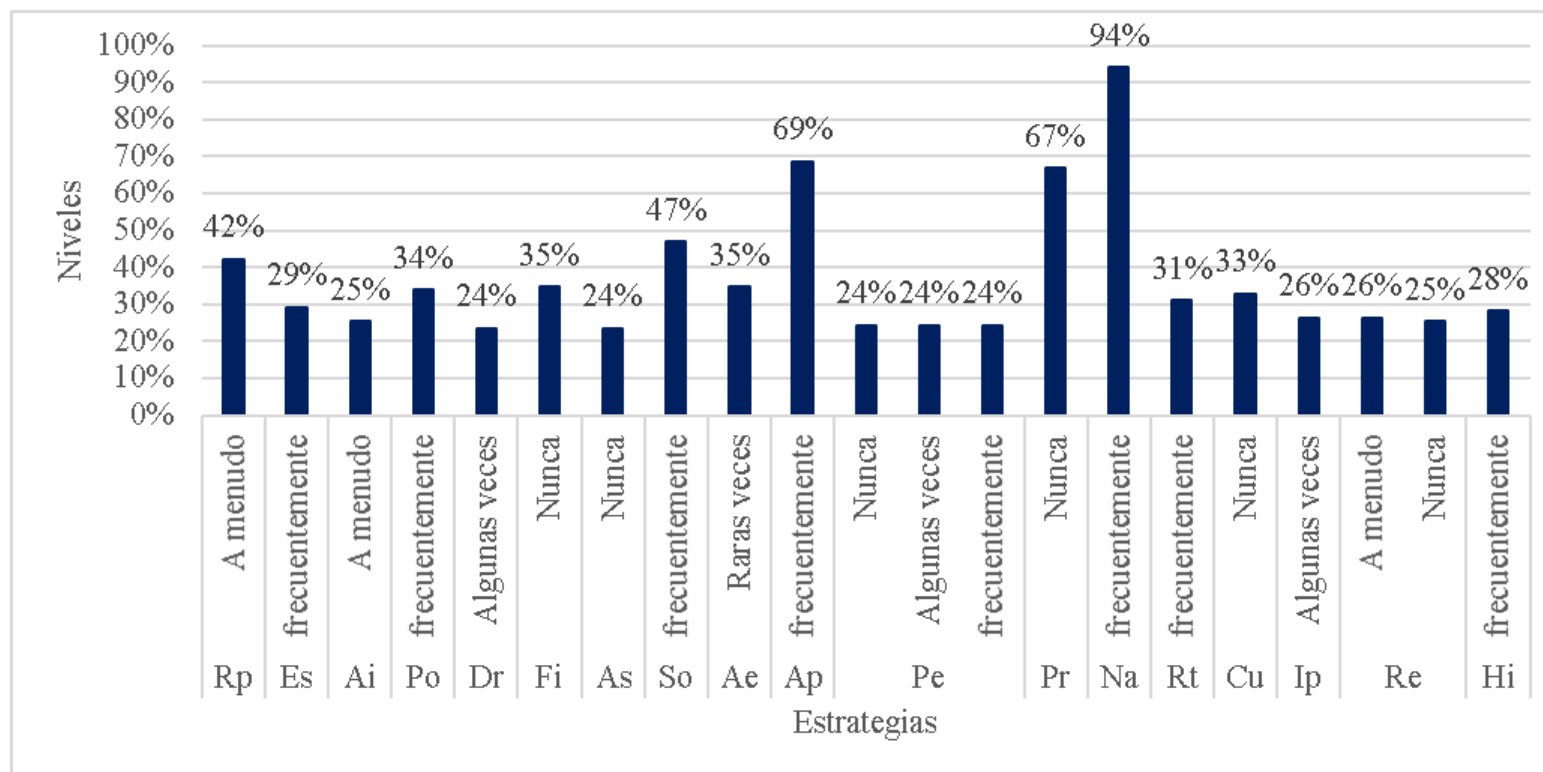


Figura 3: Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí

Tabla 4

Estrategias de afrontamiento utilizadas, según sexo masculino, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí

		Sexo Masculino	
		f	%
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	Nunca	1	2%
	Raras veces	8	17%
	Algunas veces	14	29%
	A menudo	18	38%
	frecuentemente	7	15%
	Total	48	100%
Esforzarse y tener éxito (Es)	Nunca	7	15%
	Raras veces	4	8%
	Algunas veces	17	35%
	A menudo	7	15%
	frecuentemente	13	27%
	Total	48	100%
Invertir en amigos íntimos (Ai)	Nunca	12	25%
	Raras veces	6	13%
	Algunas veces	12	25%
	A menudo	11	23%
	frecuentemente	7	15%
	Total	48	100%
Fijarse en los positivo (Po)	Nunca	5	10%
	Raras veces	9	19%
	Algunas veces	11	23%
	A menudo	8	17%
	frecuentemente	15	31%
	Total	48	100%
Buscar diversiones relajantes (Dr)	Nunca	4	8%
	Raras veces	7	15%
	Algunas veces	15	31%
	A menudo	12	25%
	frecuentemente	10	21%
	Total	48	100%
Distracción física (Fi)	Nunca	7	15%
	Raras veces	15	31%
	Algunas veces	11	23%
	A menudo	7	15%
	frecuentemente	8	17%
	Total	48	100%
	Nunca	13	27%

Buscar apoyo social (As)	Raras veces	8	17%
	Algunas veces	10	21%
	A menudo	12	25%
	frecuentemente	5	10%
	Total	48	100%
Acción social (So)	Nunca	2	4%
	Raras veces	4	8%
	Algunas veces	16	33%
	A menudo	6	13%
	frecuentemente	20	42%
Buscar apoyo espiritual (Ae)	Total	48	100%
	Nunca	13	27%
	Raras veces	18	38%
	Algunas veces	9	19%
	A menudo	7	15%
Buscar ayuda profesional (Ap)	frecuentemente	1	2%
	Total	48	100%
	Nunca	2	4%
	Raras veces	6	13%
	Algunas veces	1	2%
Buscar pertenencia (Pe)	A menudo	9	19%
	frecuentemente	30	63%
	Total	48	100%
	Nunca	9	19%
	Raras veces	10	21%
Preocuparse (Pr)	Algunas veces	13	27%
	A menudo	5	10%
	frecuentemente	11	23%
	Total	48	100%
Falta de afrontamiento o no afrontamiento (Na)	Nunca	33	69%
	Raras veces	6	13%
	Algunas veces	4	8%
	A menudo	0	0%
	frecuentemente	5	10%
Reducción de la tensión (Rt)	Total	48	100%
	Nunca	9	19%
	Raras veces	9	19%
	Algunas veces	12	25%
	A menudo	8	17%
Autoinculparse (Cu)	frecuentemente	10	21%
	Total	48	100%
	Nunca	15	31%
	Raras veces	8	17%
	Algunas veces	16	33%
	A menudo	4	8%

	frecuentemente	5	10%
	Total	48	100%
Ignorar el problema (Ip)	Nunca	1	2%
	Raras veces	6	13%
	Algunas veces	16	33%
	A menudo	14	29%
	frecuentemente	5	10%
	Total	48	100%
Reservarlo para sí (Re)	Nunca	10	21%
	Raras veces	6	13%
	Algunas veces	15	31%
	A menudo	8	17%
	frecuentemente	9	19%
	Total	48	100%
Hacerse ilusiones (Hi)	Nunca	8	17%
	Raras veces	14	29%
	Algunas veces	4	8%
	A menudo	9	19%
	frecuentemente	13	27%
	Total	48	100%

Fuente: Resultados de la aplicación del cuestionario Escalas de Afrontamiento en Adolescentes

Se puede apreciar en la Tabla 4, que los adolescentes utilizan con mucha frecuencia las estrategias: Falta de afrontamiento (96%) y Buscar ayuda profesional (63%). De igual manera utilizan a menudo la estrategia: Concentrarse en resolver el problema (38%). Por otro lado, utilizan algunas veces la estrategia; Esforzarse y tener éxito (35%). Así mismo, utilizan rara vez la estrategia: Buscar apoyo espiritual (38%). Por último, nunca utilizan la estrategia: Preocuparse (69%).

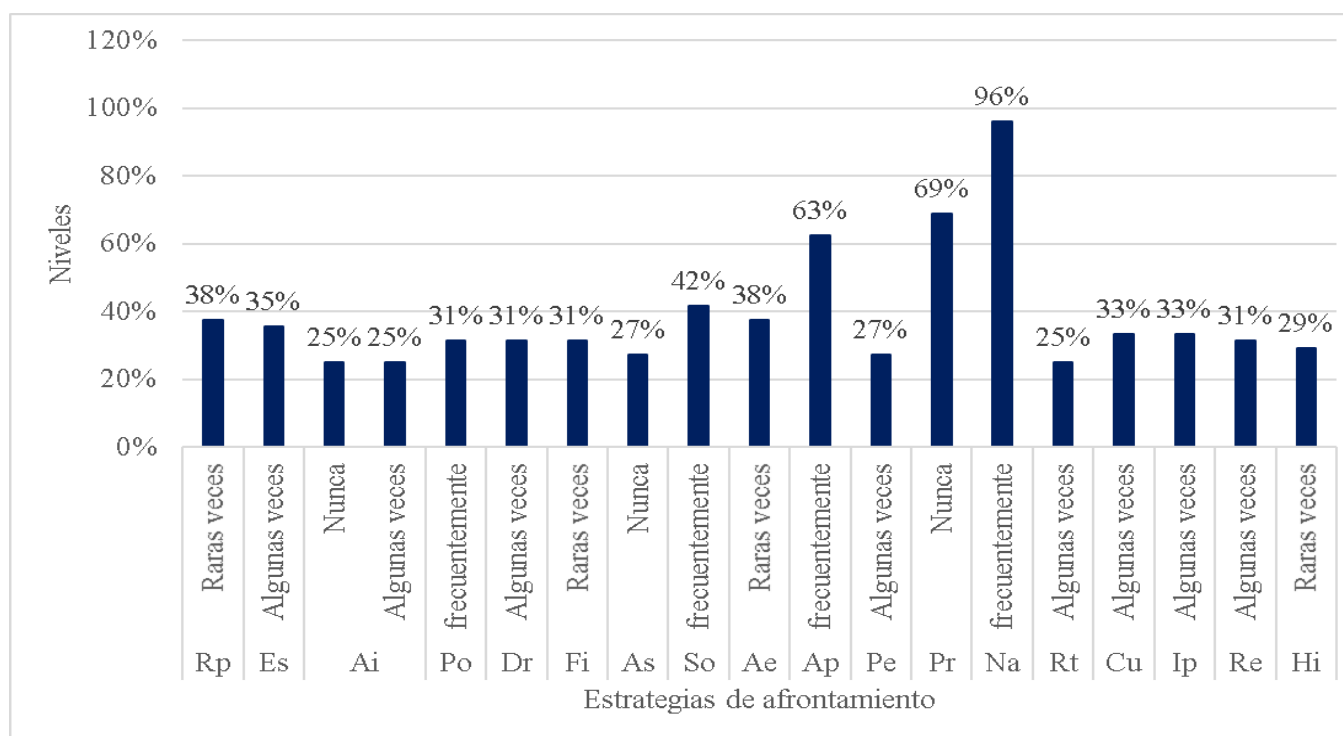


Figura 4: Estrategias de afrontamiento utilizadas, según sexo masculino, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayalí

Tabla 5

Estrategias de afrontamiento utilizadas, según sexo femenino, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí

		Sexo Femenino	
		f	%
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	Nunca	0	0%
	Raras veces	4	7%
	Algunas veces	16	28%
	A menudo	27	47%
	frecuentemente	11	19%
	Total	58	100%
Esforzarse y tener éxito (Es)	Nunca	7	12%
	Raras veces	4	7%
	Algunas veces	15	26%
	A menudo	14	24%
	frecuentemente	18	31%
	Total	58	100%
Invertir en amigos íntimos (Ai)	Nunca	13	22%
	Raras veces	12	21%
	Algunas veces	9	16%
	A menudo	16	28%
	frecuentemente	8	14%
	Total	58	100%
Fijarse en los positivo (Po)	Nunca	5	9%
	Raras veces	13	22%
	Algunas veces	13	22%
	A menudo	6	10%
	frecuentemente	21	36%
	Total	58	100%
Buscar diversiones relajantes (Dr)	Nunca	19	33%
	Raras veces	9	16%
	Algunas veces	10	17%
	A menudo	6	10%
	frecuentemente	14	24%
	Total	58	100%
Distracción física (Fi)	Nunca	30	52%
	Raras veces	12	21%
	Algunas veces	5	9%
	A menudo	6	10%
	frecuentemente	5	9%
	Total	58	100%
Buscar apoyo social (As)	Nunca	12	21%
	Raras veces	9	16%
	Algunas veces	10	17%

	A menudo	12	21%
	frecuentemente	15	26%
	Total	58	100%
Acción social (So)	Nunca	5	9%
	Raras veces	8	14%
	Algunas veces	8	14%
	A menudo	7	12%
	frecuentemente	30	52%
	Total	58	100%
Buscar apoyo espiritual (Ae)	Nunca	18	31%
	Raras veces	19	33%
	Algunas veces	10	17%
	A menudo	3	5%
	frecuentemente	8	14%
	Total	58	100%
Buscar ayuda profesional (Ap)	Nunca	1	2%
	Raras veces	0	0%
	Algunas veces	6	10%
	A menudo	8	14%
	frecuentemente	43	74%
	Total	58	100%
Buscar pertenencia (Pe)	Nunca	17	29%
	Raras veces	10	17%
	Algunas veces	13	22%
	A menudo	3	5%
	frecuentemente	15	26%
	Total	58	100%
Preocuparse (Pr)	Nunca	38	66%
	Raras veces	5	9%
	Algunas veces	6	10%
	A menudo	4	7%
	frecuentemente	5	9%
	Total	58	100%
Falta de afrontamiento o No afrontamiento (Na)	Raras veces	2	3%
	A menudo	2	3%
	frecuentemente	54	93%
	Total	58	100%
Reducción de la tensión (Rt)	Nunca	7	12%
	Raras veces	7	12%
	Algunas veces	8	14%
	A menudo	13	22%
	frecuentemente	23	40%
	Total	58	100%
Autoinculparse (Cu)	Nunca	20	34%
	Raras veces	8	14%
	Algunas veces	13	22%
	A menudo	7	12%
	frecuentemente	10	17%
	Total	58	100%

Ignorar el problema (Ip)	Nunca	13	22%
	Raras veces	6	10%
	Algunas veces	12	21%
	A menudo	14	24%
	frecuentemente	13	22%
	Total	58	100%
Reservarlo para sí (Re)	Nunca	17	29%
	Raras veces	7	12%
	Algunas veces	10	17%
	A menudo	12	21%
	frecuentemente	12	21%
	Total	58	100%
Hacerse ilusiones (Hi)	Nunca	8	14%
	Raras veces	10	17%
	Algunas veces	9	16%
	A menudo	14	24%
	frecuentemente	17	29%
	Total	58	100%

Fuente: Resultados de la aplicación del cuestionario Escalas de Afrontamiento en Adolescentes

Se puede apreciar en la Tabla 5 que las adolescentes utilizan frecuentemente las estrategias: Falta de afrontamiento (93%), Buscar ayuda profesional (74%), Acción social (52%). De igual manera, utilizan a menudo las estrategias: Concentrarse en resolver el problema (47%). Así mismo, utilizan rara vez la estrategia: Buscar apoyo espiritual (33%). Por último, nunca utilizan las estrategias: Preocuparse (66%) y Distracción física (52%).

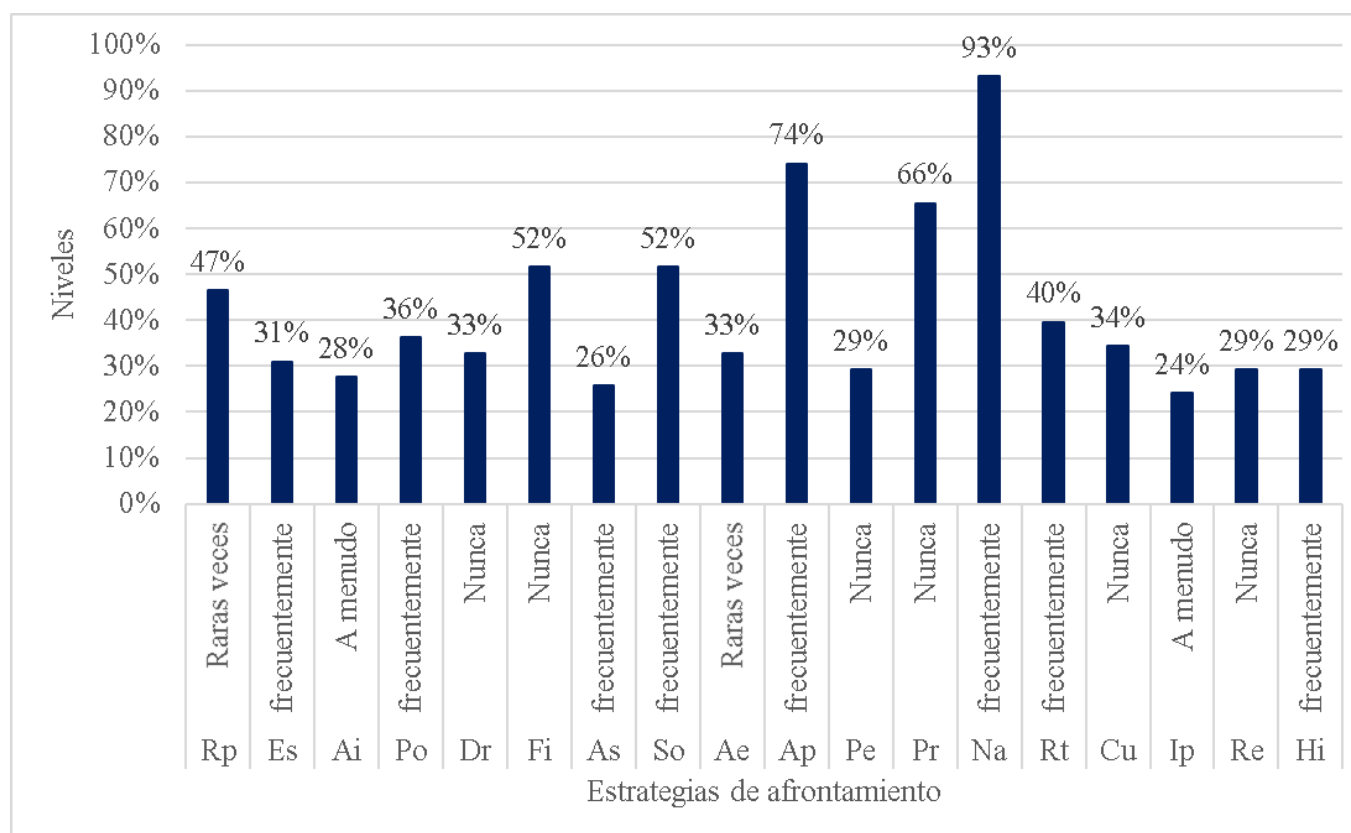


Figura 5: Estrategias de afrontamiento utilizadas, según sexo femenino, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí

Tabla 6

Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria, en la adolescencia temprana, de una institución educativa de Cayaltí

		Adolescencia Temprana	
		f	%
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	Nunca	0	0%
	Raras veces	4	40%
	Algunas veces	10	33%
	A menudo	12	13%
	frecuentemente	4	13%
	Total	30	100%
Esforzarse y tener éxito (Es)	Nunca	3	10%
	Raras veces	2	7%
	Algunas veces	11	37%
	A menudo	6	20%
	frecuentemente	8	27%
	Total	30	100%
Invertir en amigos íntimos (Ai)	Nunca	10	33%
	Raras veces	6	20%
	Algunas veces	4	13%
	A menudo	4	13%
	frecuentemente	6	20%
	Total	30	100%
Fijarse en lo positivo (Po)	Nunca	2	7%
	Raras veces	9	30%
	Algunas veces	5	17%
	A menudo	3	10%
	frecuentemente	11	37%
	Total	30	100%
Buscar diversiones relajantes (Dr)	Nunca	6	20%
	Raras veces	5	17%
	Algunas veces	8	27%
	A menudo	7	23%
	frecuentemente	4	13%
	Total	30	100%
Distracción física (Fi)	Nunca	11	37%
	Raras veces	5	17%
	Algunas veces	7	23%
	A menudo	5	17%
	frecuentemente	2	7%
	Total	30	100%
Buscar apoyo social (As)	Nunca	6	20%
	Raras veces	4	13%

		Algunas veces	7	23%
		A menudo	7	23%
		frecuentemente	6	20%
		Total	30	100%
Acción social (So)		Nunca	1	3%
		Raras veces	3	10%
		Algunas veces	8	27%
		A menudo	3	10%
		frecuentemente	15	50%
		Total	30	100%
Buscar apoyo espiritual (Ae)		Nunca	8	27%
		Raras veces	11	37%
		Algunas veces	4	13%
		A menudo	4	13%
		frecuentemente	3	10%
		Total	30	100%
Buscar ayuda profesional (Ap)		Nunca	1	3%
		Raras veces	1	3%
		Algunas veces	3	10%
		A menudo	4	13%
		frecuentemente	21	70%
		Total	30	100%
Buscar pertenencia (Pe)		Nunca	7	23%
		Raras veces	7	23%
		Algunas veces	8	27%
		A menudo	3	10%
		frecuentemente	5	17%
		Total	30	100%
Preocuparse (Pr)		Nunca	16	53%
		Raras veces	5	17%
		Algunas veces	4	13%
		A menudo	1	3%
		frecuentemente	4	13%
		Total	30	100%
Falta de afrontamiento o No afrontamiento (Na)		Raras veces	1	3%
		A menudo	2	7%
		frecuentemente	27	90%
		Total	30	100%
Reducción de la tensión (Rt)		Nunca	6	20%
		Raras veces	4	13%
		Algunas veces	8	27%
		A menudo	9	30%
		frecuentemente	3	10%
		Total	30	100%
Autoinculparse (Cu)		Nunca	11	37%
		Raras veces	4	13%
		Algunas veces	7	23%
		A menudo	6	20%
		frecuentemente	2	7%

	Total	30	100%
Ignorar el problema (Ip)	Nunca	5	17%
	Raras veces	3	10%
	Algunas veces	8	27%
	A menudo	8	27%
	frecuentemente	6	20%
	Total	30	100%
Reservarlo para sí (Re)	Nunca	7	23%
	Raras veces	5	17%
	Algunas veces	8	27%
	A menudo	8	27%
	frecuentemente	2	7%
	Total	30	100%
Hacerse ilusiones (Hi)	Nunca	3	10%
	Raras veces	5	17%
	Algunas veces	4	13%
	A menudo	9	30%
	frecuentemente	9	30%
	Total	30	100%

Fuente: Resultados de la aplicación del cuestionario Escalas de Afrontamiento en Adolescentes

Se puede apreciar en la Tabla 6 que los adolescentes en etapa temprana, utilizan frecuentemente las estrategias: Falta de afrontamiento (90%), Buscar ayuda profesional (70%) y Acción social (50%). De igual manera, utilizan a menudo la estrategia: Concentrarse en resolver el problema (40%). Por otro lado, utilizan algunas veces la estrategia: Esforzarse y tener éxito (37%). Así mismo, utilizan rara vez la estrategia: Buscar apoyo espiritual (37%). Por último, nunca utilizan la estrategia: Preocuparse (53%).

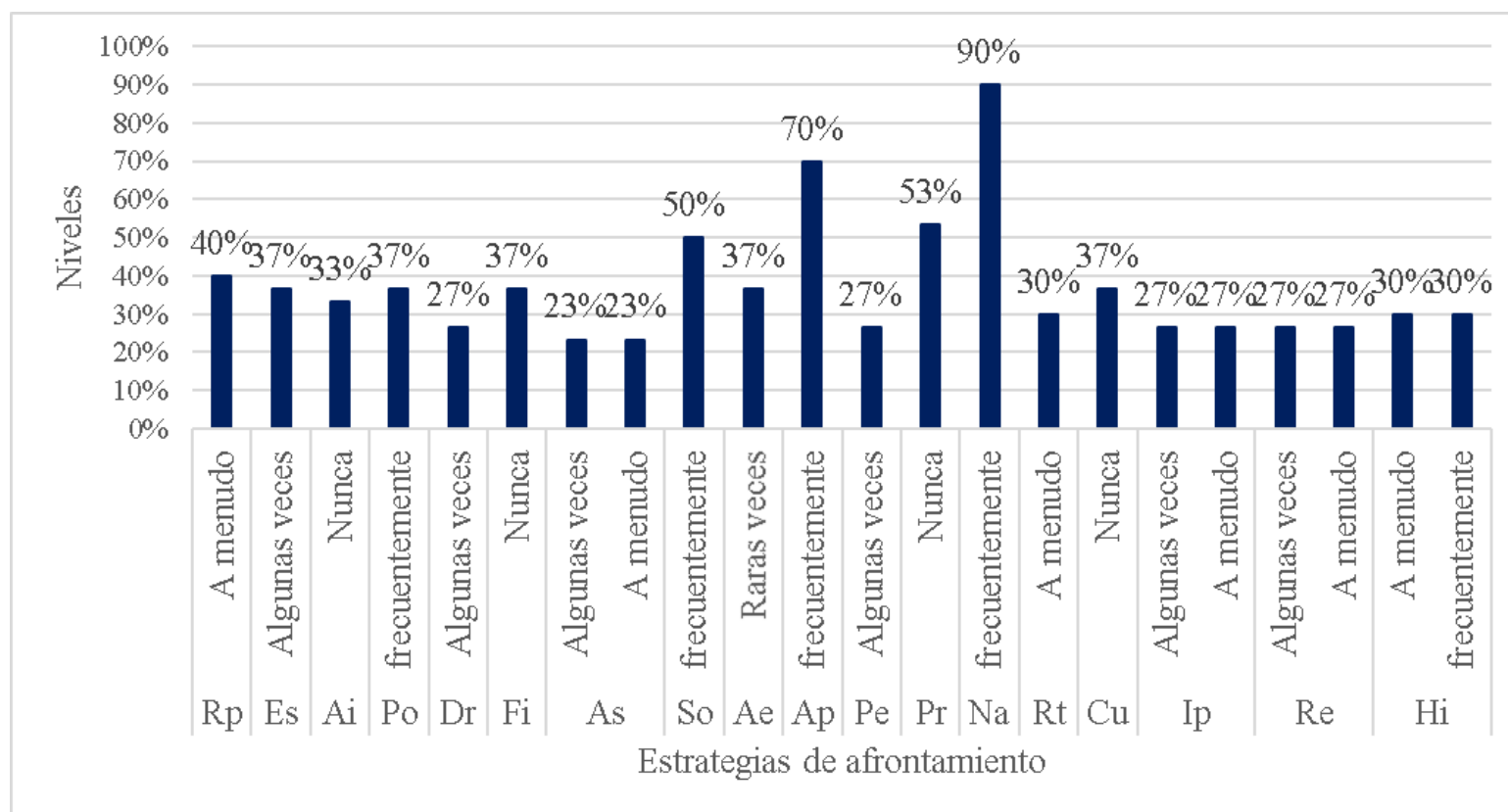


Figura 6: Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria, en la adolescencia temprana, de una institución educativa de Cayaltí

Tabla 7

Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria, en la adolescencia media, de una institución educativa de Cayaltí

		Adolescencia Tardía	
		f	%
Concentrarse en resolver el problema (Rp)	Nunca	1	1%
	Raras veces	8	44%
	Algunas veces	20	26%
	A menudo	33	11%
	frecuentemente	14	18%
	Total	76	100%
Esforzarse y tener éxito (Es)	Nunca	11	15%
	Raras veces	6	8%
	Algunas veces	21	28%
	A menudo	15	20%
	frecuentemente	23	30%
	Total	76	100%
Invertir en amigos íntimos (Ai)	Nunca	15	20%
	Raras veces	12	16%
	Algunas veces	17	22%
	A menudo	23	30%
	frecuentemente	9	12%
	Total	76	100%
Fijarse en lo positivo (Po)	Nunca	8	11%
	Raras veces	13	17%
	Algunas veces	19	25%
	A menudo	11	15%
	frecuentemente	25	33%
	Total	76	100%
Buscar diversiones relajantes (Dr)	Nunca	17	22%
	Raras veces	11	15%
	Algunas veces	17	22%
	A menudo	11	15%
	frecuentemente	20	26%
	Total	76	100%
Distracción física (Fi)	Nunca	26	34%
	Raras veces	22	29%
	Algunas veces	9	12%
	A menudo	8	11%
	frecuentemente	11	15%
	Total	76	100%
Buscar apoyo social (As)	Nunca	19	25%
	Raras veces	13	17%

	Algunas veces	13	17%
	A menudo	17	22%
	frecuentemente	14	18%
	Total	76	100%
Acción social (So)	Nunca	6	8%
	Raras veces	9	12%
	Algunas veces	16	21%
	A menudo	10	13%
	frecuentemente	35	46%
	Total	76	100%
Buscar apoyo espiritual (Ae)	Nunca	23	30%
	Raras veces	26	34%
	Algunas veces	15	20%
	A menudo	6	8%
	frecuentemente	6	8%
	Total	76	100%
Buscar ayuda profesional (Ap)	Nunca	2	3%
	Raras veces	5	7%
	Algunas veces	4	5%
	A menudo	13	17%
	frecuentemente	52	69%
	Total	76	100%
(Pe) Buscar pertenencia	Nunca	19	25%
	Raras veces	13	17%
	Algunas veces	18	24%
	A menudo	5	7%
	frecuentemente	21	28%
	Total	76	100%
Preocuparse (Pr)	Nunca	55	73%
	Raras veces	6	8%
	Algunas veces	6	8%
	A menudo	3	4%
	frecuentemente	6	8%
	Total	76	100%
Falta de afrontamiento o No afrontamiento (Na)	Raras veces	2	3%
	A menudo	1	1%
	frecuentemente	73	96%
	Total	76	100%
Reducción de la tensión (Rt)	Nunca	10	13%
	Raras veces	12	16%
	Algunas veces	12	16%
	A menudo	12	16%
	frecuentemente	30	40%
	Total	76	100%
Autoinculparse (Cu)	Nunca	24	32%
	Raras veces	12	16%
	Algunas veces	22	29%
	A menudo	5	7%
	frecuentemente	13	17%

(Ip)	Ignorar el problema	Total	76	100%
		Nunca	15	20%
		Raras veces	9	12%
		Algunas veces	20	26%
		A menudo	20	26%
		frecuentemente	12	16%
	Reservarlo para sí (Re)	Total	76	100%
		Nunca	20	26%
		Raras veces	8	11%
		Algunas veces	17	22%
		A menudo	12	16%
		frecuentemente	19	25%
	Hacerse ilusiones (Hi)	Total	76	100%
		Nunca	13	17%
		Raras veces	19	25%
		Algunas veces	9	12%
		A menudo	14	18%
		frecuentemente	21	28%
		Total	76	100%

Fuente: Resultados de la aplicación del cuestionario Escalas de Afrontamiento en Adolescentes

En la Tabla 7 se aprecia que los adolescentes en etapa media, utilizan frecuentemente las estrategias: Falta de afrontamiento (96%) y Buscar ayuda profesional (69%). De igual manera, utilizan a menudo la estrategia: Concentrarse en resolver el problema (44%). Por otro lado, se utilizan algunas veces la estrategia: Esforzarse y tener éxito (28%). Así mismo, utilizan raras veces la estrategia: Buscar apoyo espiritual (34%). Por último, nunca utilizan la estrategia: Preocuparse (73%).

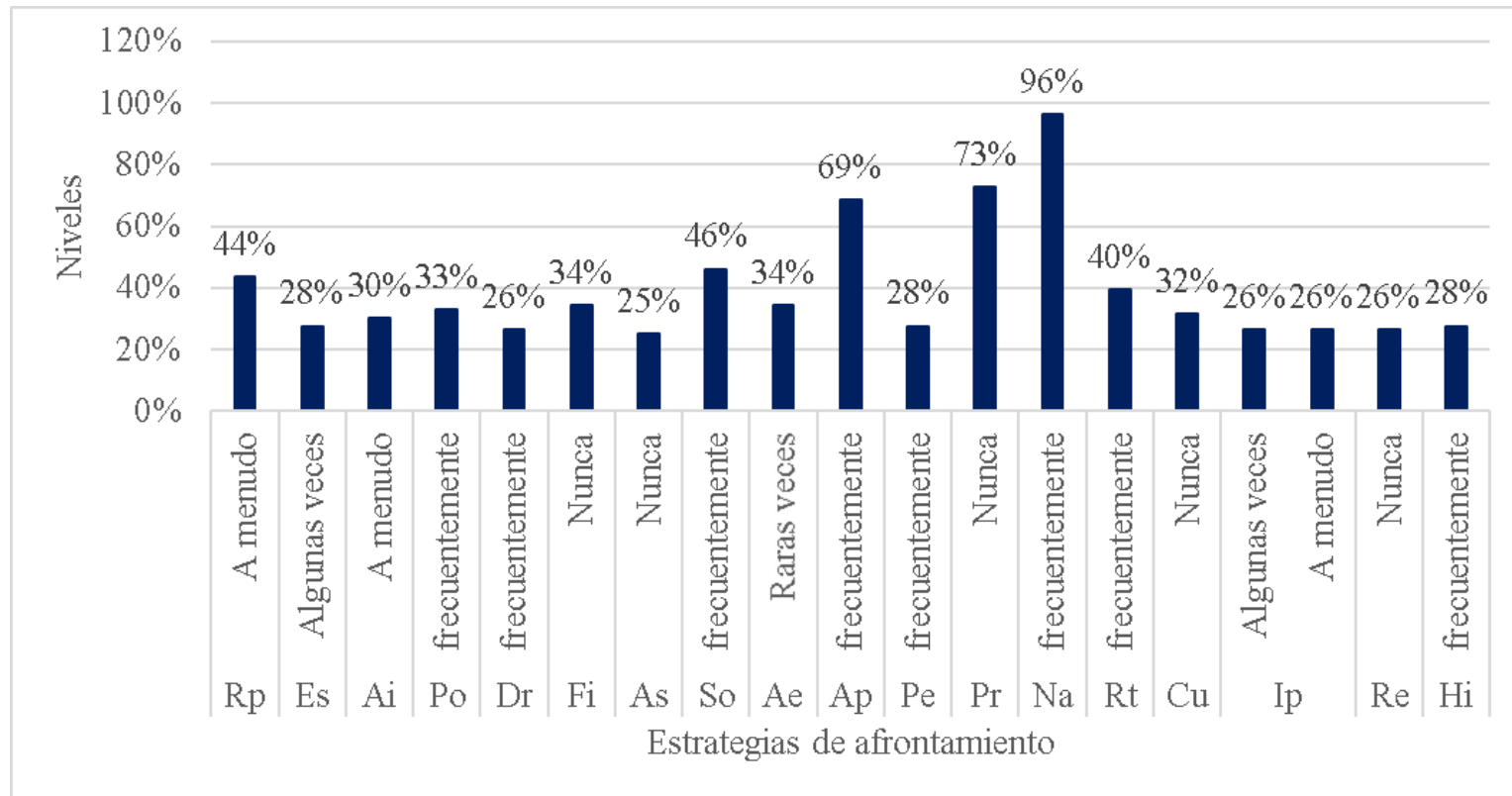


Figura 7: Estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de secundaria, en la adolescencia media, de una institución educativa de Cayaltí

3.2. Discusión

La presente investigación, tuvo como objetivo determinar las estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos “Resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo”, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí. Así mismo, es de tipo transversal - cuantitativa, de diseño no experimental, descriptivo simple.

En relación a los resultados obtenidos, se halló que **los estudiantes de secundaria usan frecuentemente estrategias del estilo afrontamiento no productivo**. Basándose en lo propuesto por Frydenberg y Lewis (1999), dichos adolescentes usan estrategias de afrontamiento que les permiten tener una sensación de alivio, pero no les llevan a la solución del problema, sino que, tratan de evitarla y en consecuencia tienden a somatizar el estrés no resuelto (como se citó en Canessa, 2002).

En relación al párrafo anterior, los resultados encontrados guardan relación con lo que sostiene Salavera y Usán (2017) en adolescentes, quiénes señalan que los adolescentes emplean estrategias del estilo “afrontamiento no productivo”. Ello es acorde con lo que en este estudio se halla. Así mismo, según esta investigación se podría considerar el uso de estrategias del “estilo no productivo” como indicador de un factor de riesgo que afecta el nivel de felicidad que manifiestan los adolescentes.

Siguiendo con el análisis, se encontró que **los estudiantes de secundaria usan con frecuencia la estrategia “Falta de afrontamiento”**. que según Frydenberg y Lewis (1999), quiere decir que estos adolescentes se muestran incapaces de enfrentar una situación que les cause estrés, incluso podrían presentar una tendencia a desarrollar síntomas psicosomáticos (Como se citó en Canessa, 2002).

Con respecto a lo planteado anteriormente, dichos resultados no guardan relación con la investigación de Aguirre (2016) en adolescentes, quién encontró que las estrategias que usan los adolescentes con mayor frecuencia son, Buscar diversiones relajantes, distracción física y esforzarse y tener éxito. Ello no guarda relación con lo que en este estudio se halla.

Por otro lado, con respecto a las estrategias usadas con mayor frecuencia, **en estudiantes de secundaria del sexo femenino**, se encontró que usan las estrategias tales como, no afrontamiento, buscar ayuda profesional y acción social, que según Frydenberg y Lewis (1999) es lo mismo que se sientan incapaces de afrontar una situación percibida como agobiante, busquen la ayuda de un profesional para pedir un consejo y dialoguen sus problemas a otras personas con el fin de pedirles ayuda (como se citó en Canessa, 2002). Dichos resultados no guardan relación con la investigación de Coppari et al. (2018) en adolescentes de sexo femenino, quiénes encontraron que las mujeres usan más estrategias de afrontamiento, muchas relacionadas con la búsqueda de apoyo social. Ello no guarda relación con lo que en este estudio se halla.

Ahora bien, se encontró que **los estudiantes de secundaria de sexo masculino** usan con mayor frecuencia estrategias tales como, falta de afrontamiento y buscar ayuda profesional, que según Frydenberg y Lewis (1999), quiere decir que estos adolescentes se perciben con poca habilidad para enfrentar situaciones que perciban como agobiantes y otros tratan de buscar un consejo en algún profesional en el que confíen (Como se citó en Canessa, 2002). Dichos resultados no guardan relación con la investigación de Arispe y Ochoa (2019) en adolescentes de sexo masculino, quiénes encontraron que usan con mayor frecuencia la estrategia “Buscar diversiones relajantes”. Tampoco guardan relación con la investigación de Paz (2019) en adolescentes del sexo masculino, quién señaló que usan con mayor frecuencia estrategias tales como, distracción física,

buscar pertenencia e ignorar el problema. Ello no guarda relación con lo que en este estudio se halla

En cuanto a **los estudiantes de secundaria en etapa temprana**, se encontró que usan con mayor frecuencia estrategias tales como, falta de afrontamiento, buscar ayuda profesional y acción social. que según Frydenberg y Lewis (1999) es lo mismo que se perciban como incapaces de resolver una situación conflictiva para ellos, busquen un consejo en un profesional de confianza y puedan dialogar con alguien acerca de un problema para pedirle alguna recomendación (Como se citó en Canessa, 2002). Estos resultados no guardan relación con la investigación de Curay (2019) en adolescentes en etapa temprana, quién indicó que no hacen uso significativo de ninguna estrategia. De igual manera, no guardan relación con lo que hallaron Coppari et al. (2018) en adolescentes tempranos, quiénes tienden a presentar menos estrategias del estilo resolver el problema. Ello no guarda relación con lo que en este estudio se halla

Finalmente, se encontró que **los estudiantes de secundaria en etapa media** usan con mayor frecuencia estrategias tales como, Falta de afrontamiento y buscar ayuda profesional, que según Frydenberg y Lewis (1999), quiere decir que estos adolescentes se perciben con pocas herramientas para afrontar situaciones estresantes y otros tratan de pedir ayuda a un profesional cercano a ellos. Dichos resultados concuerdan con la investigación de Molina y Muevecela (2016) en adolescentes de 16 años, quiénes refieren que usan con mayor frecuencia la estrategia buscar diversiones relajantes. Ello no guarda relación con lo que en este estudio se halla.

CAPÍTULO IV: CONCLUSIONES

En definitiva, tomando en consideración los resultados conseguidos y en contestación a los objetivos del presente estudio, se concluye que:

- Los adolescentes de una institución educativa de Cayaltí, 2019, usan frecuentemente estrategias del estilo de afrontamiento no productivo.
- Los adolescentes usan con “muchísima frecuencia” la estrategia “no afrontamiento”, lo que indica que usan estrategias que les ayude a afrontar adecuadamente situaciones de estrés, así mismo, es probable que presenten síntomas psicosomáticos. Así mismo, con base en otras investigaciones se colige que dichos adolescentes pueden presentar problemas en la socialización parental, algún episodio de depresión y percibir a su felicidad con algún déficit.
- Los adolescentes de sexo masculino y femenino usan con “muchísima frecuencia” las estrategias no afrontamiento y buscar apoyo profesional; existiendo una diferencia en que las adolescentes también hacen uso de la estrategia acción social, lo cual indica que las mujeres optan por reunirse para compartir sus problemas y buscar una solución en las mismas.
- Los adolescentes que se encuentran en la etapa media y temprana usan con “muchísima frecuencia” las estrategias no afrontamiento y buscar apoyo profesional; existiendo una diferencia en que los pertenecientes al segundo grupo etario también usan la estrategia acción social.

CAPÍTULO V: RECOMENDACIONES

Tomando en consideración la vivencia de la investigación y los resultados conseguidos, se recomienda:

- A la institución educativa, crear un departamento de psicología con el objetivo de diseñar y ejecutar talleres psicoeducativos dirigidos a los estudiantes, apoderados, y plana docente; con el objetivo de promocionar la salud mental y derivar oportunamente a algún estudiante a una evaluación y tratamiento en psicología clínica cuando sea necesario.
- Proporcionar información necesaria y oportuna al director y promotor de la institución para implementar talleres psicoeducativos preventivos de corte cognitivo conductual dirigidos hacia los adolescentes y a sus apoderados, para promover y fortalecer estrategias de afrontamiento centradas en resolver el problema.
- Capacitar a los docentes para que cumplan un papel mediador entre los estudiantes y el aprendizaje de sus estrategias para afrontar el estrés.
- Continuar con investigaciones, en muestras más numerosas, relacionadas a las estrategias de afrontamiento y otros fenómenos psicológicos para englobar a más estudiantes de otros colegios de Cayaltí, incluyendo datos socioeconómicos y sociodemográficos.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguirre, M. (2016). *Resiliencia y Estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Pública de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la UPN.
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10708/Aguirre%20V%C3%A1squez%20Mar%C3%ADa%20Soledad.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Allen, B y Waterman, H. (2019). *Etapas de la Adolescencia*. Healthy Children
<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- American Psychological Association [APA] (2019). *Stress in America 2019*.
<https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2019/stress-america-2019.pdf>
- Alvarado, L. (2019). *Manifestaciones de estrés y relaciones intrafamiliares en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la USS.
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6457/Alvarado%20Tapia%20Luis%20Ivan.pdf?sequence=1>
- Arévalo, G. (2019). *Actitudes hacia el machismo por dimensiones, en padres de estudiantes del nivel primario en una institución educativa nacional de Lambayeque, agosto a diciembre de 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio de la USAT.

- Arispe, J. y Ochoa, Y. (2019). *Estilos de socialización parental y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una I.E. Pública del distrito de la Joya* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio de la UNSA. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/9623/PSarqujr.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Barra, E. (2003). *Psicología de la salud*. Editorial Mediterráneo.
- Berra, E., & Muñoz, S. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), 37-57. <https://www.redalyc.org/pdf/802/80230114003.pdf>
- Berrio, N., & Mazo, R. (2011). Estrés académico. *Revista de psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82. <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/view/11369>
- Canessa, B. (2002). Adaptación Psicométrica de las Escalas y Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un Grupo de Escolares de Lima Metropolitana. *Revista Persona* (5), 191- 233. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118132008.pdf>
- Cassaretto, M. (2011). Relaciones entre la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 1(2), 202-225. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815128>
- Costa, T., Somerfield, R. y McCrae, R. (1996). Personality and coping: a reconceptualization. En: M. Zeidner y N.E. Endler (Eds), *Handbook of coping: theory, research, applications* (pp. 44–61). Editorial John Wiley & Sons.

- Coppari, N., Barcelata, B., Bagnoli, L., Codas, G., López Humada, H., & Martínez Cañete, U. (2019). Influencia del sexo, edad y cultura en las estrategias de afrontamiento de adolescentes paraguayos y mexicanos. *Universitas Psychologica*, 18(1), pp. 1-13. <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/18200>
- Curay, R. (2019). Estrategias de afrontamiento en estudiantes de tercero a quinto año de educación secundaria de una institución educativa privada del distrito del Callao [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilazo de la Vega]. Repositorio de la UIGV. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4511/TRABSUFICIENCIA_CURAY_ROMERY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Dahab, J., Rivadeneira, C., & Minici, A. (2010). El enfoque cognitivo-transaccional del estrés. *Revista de Terapia Cognitiva Conductual* (18), 1- 6. <http://cetecic.com.ar/revista/pdf/el-enfoque-cognitivo-transaccional-del-estres.pdf>
- Fernández, M. (2009). *Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional* [Tesis doctoral, Universidad de León]. Repositorio de la ULE. <https://n9.cl/tvsx>
- Fernández, G. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. En Fernández -Abascal, E. G., Palmero, F., Chóliz, M. y Martínez, F. (Eds.) *Cuaderno de prácticas de motivación y emoción*. (pp. 189 – 206) Editorial Pirámide.
- Fundación Carolina (2019. 05 de noviembre). *Crisis Políticas y protestas en América Latina*. <https://www.fundacioncarolina.es/crisis-politicas-y-protestas-sociales-en-america-latina/>

- Galán, A., & Perona, S. (2001). Algunas aportaciones críticas en torno a la búsqueda de un marco teórico del afrontamiento en la psicosis. *Psicothema*, 13(4), pp. 563-570.
<http://www.psicothema.com/pdf/480.pdf>
- Gonzáles, H. y Quiroga, L. (2016). *Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa estatal – Monsefú* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la USS.
https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/3196/GONZALES_MONTENEGRO_HILDA_TATHIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, L. (2014). *Metodología de la investigación*. Editorial MCGRAW-HILL.
- Martín, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25(1), pp. 87-99. <http://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/117>
- Ministerio de Salud del Perú (MINSA, 2017). Documento Técnico: Situación de Salud de los Adolescentes y Jóvenes en el Perú. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>
- Molina, J. y Muevecela, D. (2016). *Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio de la UCuenca.
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/24783>
- Moreno, A. (2015). *La adolescencia*. Editorial UOC.
- Noreña, A., & Alcaraz-Moreno, N., Rojas, J., & Rebolledo-Malpica, D. (2012). Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. *Aquichan*, 12(3), pp.263-274.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-9972012000300006&script=sci_abstract&tlng=es

Onoc, G. y Vásquez, R. (2018). *Socialización parental y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4771/Enoc%20Duran%20-%20V%c3%a1squez%20Saavedra.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Organización Mundial de la Salud. (2020a, 28 de setiembre). *Salud mental del adolescente*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Mundial de la Salud. (2020b, 10 de octubre). *En tiempos de estrés, haz lo que importa: Una guía ilustrada*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/336218/9789240009561-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Paz, L. (2019) Estilos de afrontamiento y funcionamiento familiar en adolescentes de una institución educativa pública de Chanchamayo, 2018. [Tesis de pregrado]. Repositorio de la UNFV. http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3492/UNFV_PAZ_LANDEO_LI DA_MARGOT_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pérez, M., Castellano, C. y Blasco, T. (2018). Aspectos psicosociales de la calidad de vida en supervivientes pediátricos de tumores en el sistema nervioso central. *Psicooncología*, 15(2), pp. 217-236. <https://doi.org/10.5209/PSIC.61432>

Wakatsuki, Y y Griffiths, J. (2018). *Japón tiene la tasa de suicidio más alta en 30 años entre jóvenes*. Cable News Network. <https://cnnespanol.cnn.com/2018/11/06/japon-tiene-la-tasa-de-suicidio-mas-alta-en-30-anos-entre-jovenes/>

ANEXOS

ANEXO 1:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____,

autorizo que mi menor hijo (a): _____

participe voluntariamente en el estudio titulado: **“Estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa de Cayaltí, 2019”**.

JIMMY WALTER CASTAÑEDA BERNAL, identificado con DNI 73546514, celular 920020671, Bachiller de la Escuela Profesional de Psicología de la UNPRG, se compromete a mantener confidencialidad de la información recogida, la cual, se mantendrá de forma anónima. Si los resultados de esta investigación son publicados, se evitará dar información que permita la identificación de las personas que participarán en este estudio, así mismo, los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Finalmente, bajo estas condiciones acepto que mi menor hijo (a) participe de la investigación antes mencionada.

Padre o apoderado

DNI:

ANEXO 2: Matriz de consistencia

Título: Estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa de Cayaltí

PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES E INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>Problema general:</p> <p>¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos resolver el problema, referencia a otros y afrontamiento no productivo, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>¿Cuál es el nivel de uso de las estrategias de afrontamiento, según sexo, en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí?</p> <p>¿Cuál es el nivel de uso de las estrategias de afrontamiento, según grupo etario, en</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar las estrategias de afrontamiento utilizadas, en relación a los estilos resolver el problema, Referencia a otros y Afrontamiento no productivo, por estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>Medir el nivel de uso de las estrategias de afrontamiento, según sexo, en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.</p> <p>Medir el nivel de uso de las estrategias de afrontamiento, según grupo etario, en</p>	<p>Variable:</p> <p>Estrategias de afrontamiento</p> <p>Estilos de la variable:</p> <p>Según Frydenberg y Lewis (Canessa, 2002):</p> <ul style="list-style-type: none"> –Estilo Resolver el problema –Estilo Referencia hacia los otros –Estilo No Productivo <p>Estrategias de afrontamiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Concentrarse en resolver el problema (Rp) 2. Esforzarse y tener éxito (Es) 3. Invertir en amigos íntimos (Ai) 4. Fijarse en lo positivo (Po) 	<p>Tipo de investigación:</p> <p>La presente investigación es de tipo no experimental cuantitativo, ya que hace uso de la búsqueda y procesamiento de datos por la baremación de una o más pruebas, con el fin de definir patrones de conducta y corroborar o rechazar teorías. (Hernández et al., 2014, p.4).</p> <p>Diseño de investigación:</p> <p>La presente investigación es de diseño transversal, ya que tuvo como propósito describir una variable en un momento dado. Así mismo, descriptivo simple dado que tiene como fin investigar la incidencia de las modalidades o los niveles de</p>

<p>estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí?</p> <p>¿Qué estrategias de afrontamiento son utilizadas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.?</p>	<p>estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.</p> <p>Identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 5. Buscar diversiones relajantes (Dr) 6. Distracción física (Fi) 7. Buscar apoyo social (As) 8. Acción social (So) 9. Buscar apoyo espiritual (Ae) 10. Buscar ayuda profesional (Ap) 11. Buscar pertenencia (Pe) 12. Preocuparse (Pr) 13. Falta de afrontamiento o No afrontamiento (Na) 14. Reducción de la tensión (Rt) 15. Autoinculparse (Cu) 16. Ignorar el problema (Ip) 17. Reservarlo para sí (Re) 18. Hacerse ilusiones (Hi) <p>Cada una de estas estrategias serán medidas mediante el instrumento Escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS), estandarizado por Canessa (Canessa, 2002).</p>	<p>una variable en una población. (Hernández et al, 2014).</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px 0;"> M – X1 </div> <p>Dónde: M: Estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cayaltí. X1: Variable estrategias de afrontamiento.</p>
--	--	--	--

ANEXO 3:**FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO: ADAPTACIÓN DE LAS ESCALAS DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES (ACS)**

Nombre	:	Escalas de afrontamiento para Adolescentes (ACS)
Nombre Original	:	Adolescent Coping Scale.
Autores	:	Erica Frydenberg y Ramón Lewis.
Procedencia	:	The Australian Council for Educational Research Ltd. Victoria. Australia.
Traducción y adaptación española	:	Jaime Peña y Nicolás Seisdos, TEA Ediciones S.A.
Aplicaciones	:	Individual o Colectiva.
Ámbito de Aplicación	:	Adolescentes y jóvenes, de ambos sexos, de 12 a 18 años.
Tiempo de aplicación	:	20 minutos aproximadamente, incluyendo la aplicación y corrección.
Estandarización Peruana	:	Estrategias de afrontamiento (ACS Lima) Canessa (2002) en Lima Metropolitana – Perú.
Material	:	Manual, cuadernillo con el cuestionario, hoja de respuestas para la corrección manual.

El ACS, elaborado en Australia por Frydenberg y Lewis (Frydenberg, 1999; Canessa, 2002), luego “adaptado en España por Pereña y Seisdedos en 1995” (Canessa, 2002). Posteriormente Canessa (2002) hizo la estandarización peruana, la cual, fue utilizada en el presente estudio. El ACS se usa en el ámbito de la investigación, de la terapia y la orientación, permitiendo que los adolescentes puedan examinar cómo afrontar situaciones de estrés (Canessa, 2002).

Este instrumento puede ser aplicado a adolescentes comprendidos entre las edades de 12 y 18 años, sin embargo, puede aplicarse a personas mayores también (Canessa, 2002). Puede aplicarse individualmente o colectivamente, lo que demora 10 minutos aproximadamente. Este test tiene 18 ítems, que miden 18 estrategias de afrontamiento.

Los 80 reactivos cerrados se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos (Frydenberg, 1999; Canessa, 2002):

- “No me ocurre nunca o no lo hago”.
- “Me ocurre o lo hago raras veces”.
- “Me ocurre o lo hago algunas veces”.
- “Me ocurre o lo hago a menudo”.
- “Me ocurre o lo hago frecuentemente”.

El ACS dispone de una forma específica y una general; siendo esta última que se usó en el desarrollo de esta investigación. Es decir, que los estudiantes que han respondido los ítems lo hicieron proyectándose en una situación general de estrés, más no es un ámbito específico.

Corrección e interpretación.

Los pasos que se debe seguir para la corrección del ACS Lima (Canessa, 2002) son:

La puntuación total se obtiene al sumar los puntajes de los ítems de cada escala. Considerando los siguientes puntajes de 1, 2, 3, 4 y 5 para cada alternativa respectivamente (Canessa, 2002):

- “Nunca lo hago” = 1
- “Lo hago raras veces” = 2
- “Lo hago algunas veces” = 3
- “Lo hago a menudo” = 4
- “Lo hago frecuentemente” = 5

Luego se consigue una puntuación ajustada :

- El puntaje total se multiplicará por 4 en las escalas: “As, Rp, Es, Pr, Ai, Pe, Hi, Na, Rt y So”.
- El puntaje total se multiplicará por 5 en las escalas: “Ip, Cu, Re, Ae, Po y Ap”.
- El puntaje total se multiplicará por 7 en las escalas: “Dr y Fi”.

Finalmente, fueron ajustadas las estrategias, los resultados pueden interpretarse de forma cualitativa (Canessa, 2002):

- De 20 a 29 = “Estrategia no utilizada”
- De 30 a 49 = “Se utiliza raras veces”
- De 50 a 69 = “Se utiliza algunas veces”
- De 70 a 89 = “Se utiliza a menudo”
- De 90 a 100 = “Se utiliza frecuentemente”

ANEXO 4: ESCALAS DE AFRONTAMIENTO PARA ADOLESCENTES (ACS)

Edad: **Sexo:** () M () F **Grado / Sección:**

INSTRUCCIONES: En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele afrontar los sus problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando con una “X” la frecuencia con que LO HACES:

SITUACIONES	NUNCA	RARAS VECES	ALGUNAS VECES	A MENUDO	CON MUCHA FRECUENCIA
1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema.					
2. Me dedico a resolver lo que está provocando el problema.					
3. Sigo con mis tareas como es debido.					
4. Me preocupo por mi futuro.					
5. Me reúno con mis amigos más cercanos.					
6. Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan.					
7. Espero que me ocurra lo mejor.					
8. Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada.					
9. Me pongo a llorar y/o gritar.					
10. Organizo una acción en relación con mi problema.					
11. Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema.					
12. Ignoro el problema.					
13. Ante los problemas, tiendo a criticarme.					
14. Guardo mis sentimientos para mí solo(a).					
15. Dejo que Dios me ayude con mis problemas.					
16. Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves.					
17. Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo.					
18. Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.					
19. Practico un deporte.					
20. Hablo con otros para apoyarnos mutuamente.					
21. Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades.					
22. Sigo asistiendo a clases.					
23. Me preocupo por buscar mi felicidad.					

SITUACIONES	NUNCA	RARAS VECES	ALGUNAS VECES	A MENUDO	CON MUCHA FRECUENCIA
24. Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a).					
25. Me preocupo por mis relaciones con los demás.					
26. Espero que un milagro resuelva mis problemas.					
27. Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a).					
28. Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas.					
29. Organizo un grupo que se ocupe del problema.					
30. Decido ignorar conscientemente el problema.					
31. Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas.					
32. Evito estar con la gente.					
33. Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas.					
34. Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas.					
35. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas.					
36. Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades.					
37. Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud.					
38. Busco ánimo en otras personas.					
39. Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta.					
40. Trabajo intensamente (Trabajo duro).					
41. Me preocupo por lo que está pasando.					
42. Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a).					
43. Trato de adaptarme a mis amigos.					
44. Espero que el problema se resuelva por sí solo.					
45. Me pongo mal (Me enfermo).					
46. Culpo a los demás de mis problemas.					
47. Me reúno con otras personas para analizar el problema.					
48. Saco el problema de mi mente.					
49. Me siento culpable por los problemas que me ocurren.					
50. Evito que otros se enteren de lo que me preocupa.					
51. Leo la Biblia o un libro sagrado.					

SITUACIONES	NUNCA	RARAS VECES	ALGUNAS VECES	A MENUDO	CON MUCHA FRECUENCIA
52. Trato de tener una visión positiva de la vida.					
53. Pido ayuda a un profesional.					
54. Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan.					
55. Hago ejercicios físicos para distraerme.					
56. Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él.					
57. Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago.					
58. Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo.					
59. Me preocupo por las cosas que me puedan pasar.					
60. Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica.					
61. Trato de mejorar mi relación personal con los demás.					
62. Sueño despierto que las cosas van a mejorar.					
63. Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos.					
64. Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo.					
65. Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo.					
66. Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitarlos.					
67. Me considero culpable de los problemas que me afectan.					
68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento.					
69. Pido a Dios que cuide de mí.					
70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas.					
71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo.					
72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas.					
73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema.					
74. Me dedico a mis tareas en vez de salir.					
75. Me preocupo por el futuro del mundo.					
76. Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir.					
77. Hago lo que quieren mis amigos.					
78. Me imagino que las cosas van a ir mejor.					
79. Sufro dolores de cabeza o de estómago.					
80. Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas.					

ANEXO 5



Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Jimmy Walter Castañeda Bernal
Assignment title: tesis pregrado
Submission title: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SEC...
File name: eda_Bernal_Jimmy_Walter_Estrategias_De_Afrontamiento_RE...
File size: 2.42M
Page count: 82
Word count: 12,882
Character count: 76,962
Submission date: 31-Aug-2021 11:09AM (UTC-0500)
Submission ID: 1638912077



M. Sc. Carola Amparo Smith Maguiña
Asesor

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CAYALTÍ, 2019" TESIS PRESENTADA PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

INFORME DE ORIGINALIDAD

19%

INDICE DE SIMILITUD

19%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

8%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uigv.edu.pe

Fuente de Internet

2%

2

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

2%

3

repositorio.uss.edu.pe

Fuente de Internet

1%

4

1library.co

Fuente de Internet

1%

5

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

repositorio.unprg.edu.pe

Fuente de Internet

1%

7

Submitted to Pontificia Universidad Catolica del Peru

Trabajo del estudiante

1%

repositorio.urp.edu.pe

8	Fuente de Internet	1 %
9	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	1 %
10	bibliotecas.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	revistas.javeriana.edu.co Fuente de Internet	1 %
12	ww.aufop.com Fuente de Internet	1 %
13	Submitted to Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo Trabajo del estudiante	<1 %
14	repositorio.ftpcl.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	eprints.ucm.es Fuente de Internet	<1 %
16	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
17	dspace.uib.es Fuente de Internet	<1 %
18	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
19	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	

		<1 %
20	repositorio.ucsp.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
21	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
22	archive.org Fuente de Internet	<1 %
23	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
24	brainly.lat Fuente de Internet	<1 %
25	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
26	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
27	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	<1 %
28	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
29	documents.mx Fuente de Internet	<1 %
30	studylib.es Fuente de Internet	<1 %

31 Submitted to UDELAS: Universidad Especializada de las Americas Panama <1 %
Trabajo del estudiante

32 Submitted to Universidad Estatal de Milagro <1 %
Trabajo del estudiante

33 hdl.handle.net <1 %
Fuente de Internet

34 Submitted to Universidad Peruana Cayetano Heredia <1 %
Trabajo del estudiante

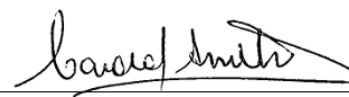
Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



M. Sc. Carola Amparo Smith Maguifia
Asesor