

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DE QUINTO DE
SECUNDARIA DE LIMA METROPOLITANA

Autora:

Gutierrez Ingunza, Katherine Hortencia

UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

CARRERA DE PSICOLOGÍA



ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DE QUINTO DE
SECUNDARIA DE LIMA METROPOLITANA

Autora:

Gutierrez Ingunza, Katherine Hortencia

Asesora:

Mg. Carmen Segura Márquez

LIMA, 2018

Dedicatoria

Dedico este trabajo realizado con mucho esfuerzo y entrega principalmente al profesor Dante Ítalo Gazzolo Durand, quien en vida fue un ejemplo de persona y de profesional, asimismo por su apoyo y consejos brindados en mi etapa universitaria. Por otro lado, a mi familia quien ha sido mi soporte en todo este proceso tan arduo y por momentos complicado.

Agradecimiento

En primer lugar, agradezco a Dios, por guiarme en este proceso.

Agradezco a mis padres por su apoyo incondicional y su aliento constante.

Asimismo, a mi asesora Mg. Carmen Segura Márquez por su adecuada supervisión, valiosos aportes y correcciones en las distintas etapas de esta investigación.

Finalmente, agradezco a mis amistades muy cercanas, quienes de diversas maneras me motivaron y alentaron para seguir adelante con el proyecto de tesis.

Presentación

A lo largo del tiempo se ha querido comprender los cambios que atraviesa el ser humano cuando se ve sumido en situaciones que le originan estrés y que intenta manejar mediante ciertos estilos y estrategias de afrontamiento.

Velasco (2018), señala que de acuerdo con los estudios realizados por el Instituto de Integración en el año 2016 el 58% de peruanos sufren de estrés, es decir, seis de cada diez peruanos se sienten estresados en su día a día.

Observando los resultados señalados, podemos afirmar que la salud mental de los peruanos se encuentra en riesgo, y si el estrés se convierte en un estado permanente, excedería los límites normales y aunado a que la persona no sabe cómo afrontarla, puede ser un asesino peligroso; si bien es cierto que existen diversas causas, una de ellas sería la escasa atención y abordaje que tuvieron en su niñez o adolescencia. Ante lo mencionado, se podría indicar que es muy importante la atención en salud mental desde edades muy tempranas, tal como lo indica la Organización Mundial de Salud (2018) cuando dice que las enfermedades mentales inician antes de los 14 años.

Es por ello, que las investigaciones con adolescentes son importantes, dado a que afrontan una etapa de cambios, en diversos aspectos, desde los cambios físicos hasta los cambios emocionales, de una transición del fin de la infancia al comienzo de la independencia, sumado a ello las presiones sociales y de los padres así como también a la formación de su identidad y adaptación a las normas sociales, pueden llegar a causar estrés en su vida, los cuales si son permanentes y no se controla, serán el inicio de diversas enfermedades mentales como los trastornos depresivo, ansiedad, etc.

La Organización Mundial de la Salud (2018) informa que, los adolescentes sufren de diversas enfermedades mentales, siendo la depresión la tercera enfermedad mental con mayor comorbilidad y el suicidio es la segunda causa de muerte entre los 15 y 29 años.

En nuestro país, el problema de salud mental en niños y adolescentes ha ido creciendo y no le han tomado la importancia debida, según el Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado, en el 2014 se registró que el 6% de la población mayor de 15 años, tiene un episodio depresivo al año, asimismo manifiestan que el 20% de niños y adolescentes peruanos tiene afectada su salud mental o alguna vulnerabilidad, que los

perjudicaría en el aspecto educativo; siendo uno de cada cinco (casi un millón) quienes necesitarían ayuda para superar dicha problemática, por último concluyen que más de un millón 700 000 personas entre 15 a 19 años presenta síntomas depresivos (López 2018).

De acuerdo con el Ministerio de Salud, los trastornos más usuales en niños y adolescentes que llegan para atenderse son problemas emocionales, como depresión o ansiedad, relacionado a conflictos familiares, seguidos por problemas de conducta, de aprendizaje y del desarrollo, como autismo, retardo mental, etc. Rolando Pomalima Rodríguez (2018, citado por Sausa, 2018), psiquiatra y director de Investigación, Docencia y Atención Especializada en Niños y Adolescentes del INSM, manifestó que en dicha institución predominan los trastornos depresivos asociados a ideas suicidas; problemática que no se le da importancia y los servicios que se prestan son escasos, existen tres grandes hospitales en Lima que prestan servicios diferenciados y hay muy pocos hospitales generales que tienen psiquiatría infantil

Por todo lo mencionado, consideramos que esta investigación aportará información acerca de las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes de una muestra de Lima Metropolitana, así como también se estudiará si son diferentes las estrategias de afrontamiento utilizadas al considerar el sexo y la gestión educativa.

Índice

| | |
|--|----|
| CAPÍTULO I..... | 1 |
| Planteamiento del Estudio | |
| 1.1 Formulación del problema..... | 1 |
| 1.2 Objetivos..... | 2 |
| 1.2.1 General..... | 2 |
| 1.2.2 Específicos..... | 2 |
| 1.3 Importancia y justificación del estudio..... | 3 |
| 1.4 Limitaciones del estudio..... | 4 |
| CAPÍTULO II..... | 5 |
| Marco Teórico | |
| 2.1 Marco histórico..... | 5 |
| 2.2 Investigaciones relacionadas con el tema..... | 6 |
| 2.2.1. Investigaciones internacionales..... | 6 |
| 2.2.2. Investigaciones nacionales..... | 14 |
| 2.3 Bases teórico-científicas del estudio..... | 25 |
| 2.3.1. Estrés..... | 25 |
| 2.3.1.1. Orientaciones teóricas..... | 25 |
| 2.3.1.2. Conceptos de estrés..... | 33 |
| 2.3.1.3. Tipos de estrés..... | 34 |
| 2.3.1.4. Estresores inusuales durante la adolescencia..... | 35 |

| | |
|--|----|
| 2.3.2. Afrontamiento..... | 36 |
| 2.3.2.1. Planteamientos teóricos..... | 36 |
| 2.3.2.2. Modos de afrontamiento..... | 40 |
| 2.3.2.3. Estilos y estrategias de afrontamiento..... | 41 |
| 2.3.2.4. Conceptos de afrontamiento..... | 45 |
| 2.3.2.5. Afrontamiento en adolescentes..... | 47 |
| 2.3.3. Adolescencia..... | 51 |
| 2.3.3.1 Cambios en la adolescencia..... | 53 |
| 2.3.3. Identidad sexual en la adolescencia..... | 56 |
| 2.3.3.2. Factores de riesgo en adolescentes..... | 57 |
| 2.3.3.3. Gestión Educativa..... | 60 |
| 2.4 Definición de términos básicos..... | 62 |
| CAPÍTULO III..... | 64 |
| Hipótesis y variables | |
| 3.1 Supuestos científicos básicos..... | 64 |
| 3.2 Hipótesis..... | 64 |
| 3.3 Variables de estudio o áreas de análisis..... | 65 |
| CAPÍTULO IV..... | 67 |
| Método | |
| 4.1 Población, muestra o participantes..... | 67 |
| 4.2 Tipo y diseño de investigación..... | 67 |

| | |
|---|-----|
| 4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos..... | 68 |
| 4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos..... | 72 |
| CAPÍTULO V..... | 73 |
| Resultados | |
| 5.1 Presentación de datos..... | 73 |
| 5.2 Análisis de datos..... | 73 |
| 5.3 Análisis y discusión de resultados..... | 80 |
| CAPÍTULO VI..... | 87 |
| Conclusiones y recomendaciones | |
| 6.1 Conclusiones generales y específicas..... | 87 |
| 6.2 Recomendaciones..... | 88 |
| 6.3 Resumen. Términos clave..... | 90 |
| 6.4 Abstract. Key words..... | 90 |
| Referencias..... | 92 |
| Anexos..... | 103 |
| Consentimiento informado..... | 103 |
| Material complementario..... | 104 |

Índice de tablas

| | Pág. |
|---|------|
| <i>Tabla 1.- Análisis de Normalidad con la Prueba de Kolmogorov-Smirnov</i> | 74 |
| <i>Tabla 2.- Distribución porcentual de las estrategias de afrontamiento frente al estrés utilizadas por los adolescentes del quinto de secundaria de Lima Metropolitana</i> | 75 |
| <i>Tabla 3.- Análisis de las diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema”, según el sexo, utilizando la prueba U de Mann Whitney.</i> | 76 |
| <i>Tabla 4.- Análisis de las diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Referencia hacia los otros”, según el sexo, utilizando la prueba U de Mann Whitney.</i> | 77 |
| <i>Tabla 5.- Análisis de las diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Afrontamiento No productivo o No afrontamiento”, según el sexo, utilizando la prueba U de Mann Whitney.</i> | 78 |
| <i>Tabla 6.- Análisis de las diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema”, según la gestión educativa, utilizando la prueba U de Mann Whitney.</i> | 79 |
| <i>Tabla 7.- Análisis de las diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Referencia hacia los otros”, según la gestión educativa, utilizando la prueba U de Mann Whitney.</i> | 79 |
| <i>Tabla 8.- Análisis de las diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Afrontamiento No productivo o No afrontamiento”, según la gestión educativa, utilizando la prueba U de Mann Whitney</i> | 80 |

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

1.1. Planteamiento y Formulación del problema

En los años de la adolescencia existen situaciones que pueden ser muy desbordantes y causales de estrés, debido a la gran cantidad de cambios que presentan, del nuevo rol que cumplen en la sociedad y de las expectativas que poseen, por lo cual cada adolescente reacciona de maneras distinta a las demandas del medioambiente o situaciones adversas, utilizando estrategias de afrontamiento que corresponden a un estilo específico. Este afrontamiento puede ser funcional, es decir abordarán las dificultades de manera directa, o buscando apoyo para dar solución al problema; o pueden ser disfuncionales, es decir, evitarán o escapan de la situación problemática sin dar una solución; estos dos tipos de afrontamiento harán que aumenten o disminuyan los problemas emocionales y conductuales de los adolescentes.

Ante ello, el objeto de este estudio es contribuir en la identificación de las estrategias y su correspondiente estilo de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria, y así poderlos retroalimentar en su actuar o plantear alternativas de trabajo.

Teniendo en cuenta la importancia del tema, se busca responder a la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando el estilo de afrontamiento, el sexo y la gestión educativa?

1.2 Objetivos

1.2.1 General

Determinar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando el estilo de afrontamiento, el sexo y la gestión educativa.

1.2.2. Específico

- Establecer las diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema” por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando el sexo.
- Establecer las diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Referencia hacia los otros” por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando el sexo.
- Establecer las diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Afrontamiento no productivo” por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando el sexo.
- Establecer las diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema” por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando la gestión educativa.
- Establecer las diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Referencia hacia los otros” por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando la gestión educativa.
- Establecer las diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Afrontamiento no productivo” por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando la gestión educativa.

1.3. Importancia y justificación del estudio

En la etapa de la adolescencia se presentan diversos cambios biológicos, sociales, emocionales y cognitivos, así como también existe una transición entre la culminación de la infancia y la llegada de la edad adulta (Nicolson y Ayers, 2001), es por ello que, los adolescentes tienden a padecer de estrés, el cual si persisten y aumenta su intensidad, puede desencadenar diversas enfermedades mentales, por lo tanto es muy importante que puedan saber afrontar y manejar las diversas situaciones estresantes, cabe resaltar que para Frydenberg (1997, citado por Caballero, 2014), el afrontamiento es un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en reacción a una preocupación en particular para intentar restaurar o restablecer el equilibrio.

Asimismo, Frydenberg (1996, citado por Caballero, 2014), considera que en los últimos tiempos los problemas relacionados con el estrés en la adolescencia se han incrementado, por lo cual, identificar las preocupaciones más resaltantes de los jóvenes, así como el modo de afrontarlas va a permitir tener un mejor conocimiento de esta población.

Ante lo mencionado, consideramos que esta investigación es relevante, en la medida que su principal objetivo es conocer las estrategias de afrontamiento más utilizadas por adolescentes de quinto de secundaria, además de comparar las estrategias de afrontamiento de adolescentes de quinto de secundaria, tomando en cuenta el sexo y la gestión educativa.

En términos de utilidad de sus resultados, si se identifican cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por adolescentes de quinto de secundaria se podrá intervenir en aquella población, es decir, si se observa que los adolescentes utilizan

estrategias de afrontamiento productivas se podrían reforzarlas, pero si por el contrario se utilizan estrategias de afrontamiento no productivos se podrían brindar aquella información para que las autoridades de las instituciones educativas puedan ver los factores de riesgos a los que pueden estar propensos los adolescentes, así como también puedan orientar y dar herramientas para que los adolescentes aprendan a adaptarse a las demandas y exigencias del medio ambiente, de una manera positiva y productiva. Esta información también puede servir para psicoeducar a los adolescentes, haciendo que ellos puedan identificar si sus estrategias de afrontamiento son productivas o no productivas.

1.4. Limitaciones del estudio

Las limitaciones con las que nos podríamos encontrar en la presente investigación serían:

La deseabilidad social, hecho por el cual los adolescentes pueden responder lo que ellos creen que esta socialmente bien; además podría ser que en el momento de ser evaluados respondan de manera automática sin darse el tiempo de leer los reactivos, hecho por el cual las respuestas dadas no sean confiables, esto se da por el tipo de instrumento utilizado.

De igual manera, la no generalización de los resultados a otros grupos, por el tipo de muestreo intencional utilizado los resultados pueden ser para el mismo grupo. Finalmente, algunas dificultades para la coordinación con las instituciones educativas, en cuanto al momento otorgado para la evaluación de la muestra de la investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Marco histórico

En el siglo XIV la palabra stress fue utilizada para aludir tensión, adversidad, aflicción y dureza, Lumsden (1981, citado por Lazarus y Folkman, 1986), en la culminación del siglo XVIII, se relacionó con la física Hocke (1977, citado por Lazarus y Folkman, 1986). Posteriormente, en el siglo XIX, se determinó la palabra “load” como una fuerza externa y stress como la fuerza que origina una distorsión en el interior del cuerpo, a causa de la acción de alguna fuerza externa (load), así como también la palabra “strain” se relaciona con la distorsión o deformación que sufre el objeto, Hinkle (1977, citado por Lazarus y Folkman, 1986).

Luego de algunos años, Walter Cannon (1932, citado por Lazarus y Folkman, 1986) determinó el estrés como la alteración de la homeostasis ante condiciones de frío, descenso de glucemia, falta de oxígeno, etc., asimismo consideró que existían diversos grados de estrés, y éstos podían medirse. Posteriormente, en el año 1936, Hans Selye conceptualizó el estrés como una serie de reacciones fisiológicas coordinadas, a causa de diversos estímulos nocivos (abarcando las amenazas psicológicas), a esta reacción la denominó Síndrome General de Adaptación. Por ello se entiende que el estrés no es una demanda ambiental (Selye lo nombró estímulo estresor), sino son reacciones del organismo como respuesta a aquellas demandas. (Lazarus y Folkman, 1986).

Por su parte Wolff (1973, citado por Lazarus y Folkman, 1986), estableció que el estrés, es una reacción del organismo para poder adaptarse a las demandas. En cuanto a Claude Bernard (1877, citado por Lazarus y Folkman, 1986) menciona el estrés como un

proceso activo de “resistencia”, es decir el organismo realiza esfuerzos de adaptación para conservar o devolver el equilibrio.

Como se observa, tanto los aportes de Selye como Wolff son muy importantes ya que comienzan a relacionar al estrés como un estado dinámico, dándole mayor importancia a la relación entre el organismo y su entorno, así como también a sus interacciones y el feedback.

Para finalizar, Lazarus y Folkman (1986) indicaron que el estrés debía ser tratado como un concepto organizador, capaz de comprender un extenso grupo de fenómenos muy importantes en la adaptación humana y animal, considerando diversas variables y procesos.

2.2. Investigaciones relacionadas con el tema

2.2.1. Internacionales

Mallmann, Lisboa y Calza (2018), investigan la prevalencia del cyberbullying en adolescentes de dos ciudades de Brasil, y su correlación con las estrategias de afrontamiento. Participaron 273 adolescentes, residentes de la capital y de otra ciudad del país, utilizaron la escala Revised Cyberbullying Inventory y el Inventario de Estrategias de Coping de Folkman y Lazarus. Concluyeron que el 58% de los adolescentes se incluían en alguna categoría de agresión; y que los promedios de las estrategias afrontamiento de “soporte social”, “autocontrol”, y “escape huida” fueron significativamente mayores para las víctimas que para los no implicados; y la estrategia de “confrontación” fue más usada por las víctimas-agresores.

Reyes, Reséndiz, Alcázar y Reidl (2017), tienen como objetivo, establecer las estrategias de afrontamiento que manejan los adolescentes mexicanos ante

situaciones que causan miedo. Fueron 400 adolescentes del nivel secundaria, quienes participaron. Se les aplicó un instrumento cuyo objetivo era medir la intensidad del miedo e identificar el tipo de afrontamiento. Encontrando que las féminas tienen mayor miedo que los varones en todas las situaciones, a excepción del miedo a la escuela. Asimismo, las féminas utilizan más las estrategias de “desahogo emocional” y “búsqueda de apoyo”, a comparación de los varones, quienes usan estrategias “directas al problema”, “agresivas” y de “distracción”. En cuanto, al miedo a la muerte, los varones usan estrategias de “distracción”, “evitativas” y “búsqueda de apoyo”, mientras que las mujeres usan estrategias de “desahogo emocional”, “búsqueda de apoyo”, “directas al problema”, “distracción”, “evitativas” y “agresivas”. Ante el miedo a lo desconocido, los hombres utilizan estrategias “agresivas”, “distracción” y “directas al problema”, mientras que las mujeres utilizan “directo al problema”, “desahogo emocional” y “agresivas”.

Rodríguez, Ovejero, Bringas y Villa (2016), investigan la relación que hay entre los factores de socialización y afrontamiento en la resolución de problemas para el desarrollo de una competencia social adaptada en la etapa adolescente. La muestra estuvo conformada por 493 alumnos, con una edad entre 12 a 19 años. Se determina que los adolescentes presentan las herramientas adecuadas para afrontar los problemas, optando por la inmediatez de la respuesta, asimismo las variables importantes están relacionadas la consideración de los demás, el apoyo social, el autocontrol en las relaciones sociales y la influencia negativa del retraimiento social.

Salavera y Usán (2017), describieron las estrategias de afrontamiento empleadas por los adolescentes en diferentes situaciones de estrés que se les presenta su día a día, así como sus efectos en la felicidad subjetiva. Por ello evaluó a 1.402 alumnos

del nivel secundario de entre 12 y 17 años. Se determina que los hombres utilizan más, las estrategias de tipo “no productivo”, mientras las mujeres usan más el “apoyo social”, así como también la percepción de la felicidad subjetiva es mayor para quienes utilicen los estilos de afrontamiento “orientado a otros”, entretanto, el afrontamiento “no productivo”, recae en una menor felicidad subjetiva.

Guamán y Pillajo (2016), identifican cuáles son las estrategias de afrontamiento en las adolescentes embarazadas en etapa escolar, y las dificultades psicosociales que atraviesan durante aquella situación, evaluando a 10 adolescentes embarazadas escolarizadas de un centro educativo. Utilizaron la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis, una entrevista semiestructurada para los datos filiales, y una ficha de conflictos psicosociales. Como resultado se obtuvo que, las adolescentes tienden a utilizar estrategias de afrontamiento para afrontar la situación del embarazo, teniendo mayor predominancia en la estrategia “pensar en lo positivo”, puesto que, buscan alguna alternativa que les permita enfrentar dicha situación; asimismo usan con mayor continuidad el estilo “dirigido a la solución de problemas”.

Barceleta, Luna, Lucio y Durán (2016), examinaron las características de personalidad sobre las estrategias de afrontamiento en 595 estudiantes de 13 a 18 años, nivel secundario público de zonas relegadas de la Ciudad de México. Los instrumentos utilizados fueron el, MMPI-A, el Cuestionario de Afrontamiento para Adolescentes (CA-A) y una ficha sociodemográfica. Se concluye que las características de personalidad se corresponden con las estrategias de afrontamiento, así como también con la ansiedad, enojo, inmadurez, depresión, enajenación, tendencia al alcoholismo, conducta antisocial y consumo de sustancias; en cuanto al uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales se

relacionan con “evitación”, “rumiación”, “respuestas fisiológicas” y “conducta autolesiva”; mientras que “menor inmadurez”, “capacidad de contención o represión” anuncian estrategias funcionales como solución de problemas.

García (2015), investigó la relación entre los estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes del primer y segundo ciclo académico de la Universidad de Antioquia Seccional Oriente, la muestra fue de 251 estudiantes con una edad media de 19 años. Se aplicó la Escala de Estilos y Estrategias de Afrontamiento al Estrés de Fernández-Abascal y la escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A). Se determina que los alumnos emplean con mayor frecuencia el estilo de afrontamiento activo, especialmente las estrategias de reevaluación positiva y resolver el problema; por otro lado, muestran una alta percepción en las dimensiones de bienestar psicológico, como autonomía, aceptación/control, vínculos y proyectos. En conclusión, mientras más se emplean las estrategias de afrontamiento activo, mayores son niveles de bienestar psicológico.

Muñoz, Vega, Berra, Nava y Gómez (2015), estudian las relaciones que existen entre la triada del estrés (estrés-emociones-afrontamiento) y el IMC, en 89 adolescentes, se utilizaron instrumentos que evaluaron el nivel de estrés, las emociones y el tipo de afrontamiento. Se halló que las circunstancias que estresan con mayor intensidad y frecuencia son las escolares y las estrategias más utilizadas son las centradas en la emoción. Asimismo, se manifestó una correlación entre el IMC, nivel de estrés y emociones como culpa y ansiedad.

Viñas, Gonzáles, García, Malo y Casas (2015), efectuaron un estudio cuyo objetivo es saber el nivel de bienestar personal en una muestra de adolescentes y analizar la correlación entre los estilos y estrategias de afrontamiento de los adolescentes y el

bienestar personal. La muestra estuvo conformada por 656 alumnos del nivel secundario, entre los 11 y 17 años. Se utilizaron los instrumentos de evaluación Personal Well Being Index (PWI) y las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Se identifican los efectos de la edad y el género sobre el bienestar personal, por otro lado, las estrategias de afrontamiento de fijarse en lo positivo, distracción física, esforzarse y tener éxito están relacionadas con un mayor bienestar personal, entretanto autoinculparse y reservarlo para sí mismo se asocian con un peor bienestar personal.

Morales y Moysén (2014), investigaron sobre las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes del nivel educativo medio superior, comparando el género y edad. La muestra estuvo conformada por 724 adolescentes, con un promedio de edad entre 14 y 17 años. Se aplicó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), elaborada por Frydenberg y Lewis (2000). Se establece que las estrategias que utilizan los adolescentes por contextos estresantes son buscar diversiones relajantes, esforzarse y tener éxito y preocuparse, por otro lado, las féminas usan más estrategias orientadas en resolver el problema e intervienen sus emociones, a comparación de los varones, quienes eluden el problema y son más herméticos emocionalmente.

Nacimiento y Mora-Merchán (2014), analizan la implicancia de los procesos metacognitivos primordiales en la autorregulación de la conducta, en el uso de las estrategias de afrontamiento que se emplean ante los problemas de bullying y cyberbullying. Se evaluaron a 346 estudiantes de secundaria, con un rango de edad de 12-18 años. Se utilizan los cuestionarios ECIPQ, EBIPQ, Brief-Cope y un Inventario de Habilidades Metacognitivas. Los resultados determinan que los sujetos que emplean habilidades metacognitivas adecuadas tienden a aumentar el

uso de las estrategias de afrontamiento, en específico, de planificación. El uso de los procesos metacognitivos también cambió de acuerdo con la frecuencia de participación en incidentes de bullying.

Berra, Muñoz, Vega, Silva y Gómez (2014), investigan las emociones, el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento en situaciones estresantes y placenteras en 81 adolescentes con un rango de edad de 11 y 15 años; aplicando el Cuestionario de Estrés, Emociones y Afrontamiento (CEEA). Se determina que los adolescentes clasifican, con mayor frecuencia, las situaciones escolares y familiares como sucesos estresantes, así como también relacionan las emociones de ansiedad y temor, con un estilo de afrontamiento orientado en la emoción. Se confirma la correlación entre el nivel de estrés, las emociones de tono negativo y la estrategia centrada en la emoción.

Lizarazo (2014), realizó una investigación cuyo objetivo fue conocer y comparar las características del abuso sexual, sus estrategias de afrontamiento y la sintomatología psicológica relacionadas a dicho abuso, en niños, niñas y adolescentes (probables víctimas de abuso sexual). La muestra estuvo conformada por 100 personas, un grupo de menores (de 7 a 11 años) y otro de adolescentes (12 a 17 años). Se aplicaron la Escala de Afrontamiento para adolescentes ACS y el Cuestionario de Conductas Infantiles para adultos (CBCL) de Achenbach. Los resultados precisan semejanzas en los menores y adolescentes con relación a las características del abuso sexual y las estrategias de afrontamiento donde sobresale el estilo improductivo. Se identificaron diferencias en la sintomatología de los menores y los adolescentes, puesto que los primeros manifestaron síntomas en la escala internalizante y en la escala de problemas de atención dentro del rango clínico y los adolescentes no, sin embargo, sí se halló un repertorio más amplio en

las estrategias de afrontamiento. Las características del abuso sexual presentaron más correlaciones con las estrategias de afrontamiento a comparación con los síntomas.

Barboza y Pérez (2013), analizaron los estilos de afrontamiento y el sentido de vida en adolescentes con cáncer y adolescentes saludables. Con una muestra de 60 adolescentes con cáncer de un hospital y 60 adolescentes de un centro educativo. Se aplicó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) y el Test Purpose in Life (Pil Test). Se indica que no existen diferencias significativas en los adolescentes sanos y con cáncer, evidenciándose que, pese a no presentar enfermedades, algunos adolescentes perciben una falta de significado en diversos aspectos de su vida; en relación con los estilos de afrontamiento se observa que usan frecuentemente diversas estrategias de afrontamiento. De igual manera, los adolescentes sanos y con cáncer, logran resolver el obstáculo estudiándolo sistemáticamente y analizando los diversos puntos de vista u opiniones.

Penagos, Reyes, Rodríguez y Gantiva (2013), realizaron una investigación con el objetivo de identificar la relación entre ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento en adolescentes víctimas de explotación sexual en las ciudades de Bogotá e Ibagué. La muestra se conformó por 39 adolescentes en los 11 a 18 años. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), el Inventario de depresión de Beck (BDI- II) y la Escala de Estrategias de afrontamiento para adolescentes (ACS). Los resultados hallaron correlaciones positivas entre depresión y la estrategia ignorar el problema, ansiedad y la estrategia reservarlo para sí; por otro lado, reducción de la tensión y autoinculparse con sintomatología depresiva y ansiosa. Concluyendo que los adolescentes que emplean estrategias ineficaces generan sintomatología depresiva y ansiosa.

Verdugo, Ponce de León, Guardado, Meda, Uribe, y Guzmán (2013), investigaron la relación entre el nivel de bienestar subjetivo y los estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes y jóvenes de México, la muestra fue de 436 estudiantes. Se aplicaron la escala de Modos de Afrontamiento de Lazarus y Folkman y la Escala Multidimensional para la medición del Bienestar Subjetivo. Se determina que los adolescentes presentan un promedio más alto de bienestar subjetivo, y que el estilo de afrontamiento más utilizado es el de aceptación de la responsabilidad, y el poco utilizado es la huida/evitación.

Perea (2012), realizó una investigación cuyo objetivo era analizar la relación entre autoestima y estilos de afrontamiento ante el consumo de drogas en adolescentes de nivel secundario de dos colegios públicos. Se evaluaron a 291 alumnos con los instrumentos de Cedula de oportunidad de consumo de drogas, el Inventario de autoestima de Coopersmith – versión para adolescentes y niños y la Escala de estrategias de afrontamiento para adolescentes (ACS). Se determinaron correlaciones entre autoestima y las estrategias de concentrarse en resolver problemas, preocuparse y fijarse en lo positivo; por otro lado, el consumo de tabaco y alcohol muestran niveles superiores a la media nacional, resaltando la influencia de entorno, que favorece el consumo de drogas.

Mestre, Samper, Tur-Porcar, Richaud y Mesurado (2012), analizaron la relación entre las estrategias de afrontamiento y las emociones para determinar en qué medida son procesos relacionados con la conducta agresiva. La muestra se constituye por 1557 adolescentes, entre 12 y 15 años, en 36 centros educativos. Se aplicó la Escala de Agresividad Física y Verbal (AFV), la Escala de Inestabilidad Emocional (IE), Índice de Empatía para niños y Adolescentes y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes. Se establecen diferencias entre los sujetos con

alta y baja agresividad y los mecanismos de afrontamiento que utilizan, los adolescentes más agresivos usan frecuentemente un afrontamiento improductivo, entretanto, los menos agresivos utilizan estrategias más centradas en la resolución del problema. Por otro lado, el resultado directo de la inestabilidad emocional y la empatía sobre la agresividad es significativa, siempre positivo en el primer caso, pero negativo en el segundo. Asimismo, la empatía beneficia el afrontamiento orientado en la resolución del problema, entretanto la inestabilidad emocional se relaciona positivamente con el afrontamiento improductivo y con la agresividad.

2.2.2. Nacionales

Wan (2018), analiza la relación entre la percepción de salud, los estilos de afrontamiento y las emociones en universitarios de primer ciclo de la carrera de psicología de una universidad. La muestra se conformó por 103 estudiantes, con un rango de edad de 15 a 23 años. Los instrumentos que se aplicados fueron el Cuestionario de Salud Subjetiva General, el Cuestionario Multidimensional de Afrontamiento (COPE-52), la Escala de Experiencia Positiva y Negativa (SPANE), el cuestionario de Hábitos de Vida y la Ficha Sociodemográfica. Se determina que la percepción de salud tiene una relación significativa con las emociones positivas y de manera inversa con las emociones negativas, mas no tiene relación significativa con ninguno de los estilos de afrontamiento. Asimismo, el afrontamiento centrado en el problema presenta una correlación con las emociones positivas, con el afrontamiento orientado en la emoción y con otros estilos de afrontamiento, por último, se determina que el afrontamiento orientado en la emoción tiene correlación con otros estilos de afrontamiento.

Ambrocio (2017), investigó la relación entre los estilos de afrontamiento y la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes del distrito La Esperanza, en una muestra de 995 con edades entre los 11 y 17 años. Se aplicó la Escala de Afrontamiento en Adolescentes (ACS) y el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva (CAPI-A). Se evidencia que los estilos de afrontamiento “Referencia a otros” y “No productivo”, muestran una relación directa con la agresividad premeditada e impulsiva; en relación con el estilo de afrontamiento “resolver el problema”, se halló relación indirecta de fuerza trivial con la agresividad premeditada y con la impulsiva.

Arias (2017), efectuó una investigación para identificar la relación entre satisfacción con la vida y los estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios estatales en la ciudad de Arequipa, establecer el nivel de satisfacción con la vida que presentan, así como también identificar el estilo y la estrategia de afrontamiento al cual acuden más y establecer diferencias de las variables en estudio según sexo, edad e Institución Educativa, la muestra estuvo conformada por 872 estudiantes de secundaria. Se utilizó la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) y la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Se establecen correlaciones significativas entre satisfacción con la vida y los tres estilos de Afrontamiento. En cuanto a la satisfacción con la vida, la mayoría de adolescentes se encuentran en un rango de satisfecha y muy satisfecha, siendo los hombres quienes presentan una mayor satisfacción; sobre todo si tienen 18 años; en relación a las instituciones, no se evidenció ninguna diferencia, sin embargo, se identifica que los alumnos de colegios de varones apelan más al estilo dirigido a la “relación con los demás”, en cambio los alumnos de colegios mixtos optan por utilizar el estilo improductivo. Así como también se halla que los estudiantes varones recurren

más al estilo “relación con los demás”; en cuanto a la edad, se determina que los adolescentes de 15 y 16 años utilizan más el “estilo improductivo”, teniendo dificultades para enfrentar el problema.

Caipo (2017), investiga la relación entre el estilo de afrontamiento y rasgos de personalidad en adolescentes de un centro educativo de Cajamarca. Se evaluaron a 105 escolares del 5to año de secundaria, se utilizó el Cuestionario de Personalidad para adolescentes de Eysenck y Escala de afrontamiento. Se establece que la gran parte de los escolares se encuentran en el nivel medio en las estrategias de afrontamiento “orientados a la solución del problema”. En la estrategia “Fijarse en lo Positivo” el 30,5% alcanza el nivel alto, seguido de “esforzarse y tener éxito” con el 20%. En el nivel medio se ubican las cinco estrategias: “Buscar diversiones relajantes” (79,0%), “Buscar pertenencia” (78.1%), “Invertir en amigos íntimos” (76.2%), “Distracción física” (71.4%) y “Concentrarse en resolver problemas”. En cuanto a los estilos de afrontamiento y los rasgos de personalidad, se evidenció que no existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento orientadas hacia la “solución de problemas” y rasgos de personalidad, por otro lado, se observó que las estrategias de falta de afrontamiento o no afrontamiento tienen mayor probabilidad de relacionarse significativamente con los rasgos de personalidad.

Celiz (2017), estudió la relación entre violencia familiar y estilos de afrontamiento en escolares de secundaria, en una muestra de 271 adolescentes con un rango de edad entre 12 a 18 años. Se aplicaron el Cuestionario VIFA y Adolescent Coping Scale (ACS). Los resultados determinan que el 96.9% mantienen un nivel bajo de violencia familiar y solo el 3.1% se halla en el nivel medio, evidencia que escala de

violencia familiar se relaciona de manera inversa, significativa y positiva débil con el estilo de “afrentamiento no productivo”.

Cortez (2017), compara los estilos de afrontamiento al estrés que presentan los adolescentes en conflicto con la ley penal del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima, de acuerdo con tipo de programa al que corresponden. La muestra estuvo conformada por 216 adolescentes varones con un rango de edad de 14 a 18 años. Se aplicó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis. Se evidencian diferencias en los estilos de afrontamiento según el programa al que pertenecen, es así, que los adolescentes del 1er programa utilizan el afrontamiento “no productivo”, “afrentamiento activo frente al problema”, “búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema” y “distanciamiento en general”. La variable recibir visitas y grado de instrucción también obtuvo diferencias. Asimismo, los estilos más utilizados por los adolescentes son “afrentamiento activo frente al problema”, “búsqueda de apoyo social instrumental frente al problema” y “búsqueda de apoyo social y emocional frente al problema”.

Peirano (2017), realizó una investigación para hallar la relación entre la sintomatología clínica y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 46 adolescentes con un rango de edad de 13 a 17 años que asisten a un hospital de Salud Mental de Lima. Se aplicaron la Escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis y el Inventario de Síntomas SCL 90-R de Derogatis. En relación con los resultados, se hallaron correlaciones significativas entre las escalas de sintomatología y los estilos y estrategias de afrontamiento. La dimensión depresión señala una correlación significativa con el estilo de afrontamiento no productivo y con estrategias que se encuentran dentro de aquel estilo; asimismo las

dimensiones depresión y ansiedad correlacionan de manera inversa con el estilo resolver el problema y algunas de las estrategias que lo conforman, así como también con las estrategias enfocadas en buscar apoyo de los demás.

Roggero (2017), busca determinar la relación entre los estilos de afrontamiento e ideación suicida en adolescentes de educación secundaria de Santa, Chimbote. La muestra estuvo conformada por 523 adolescentes del primero al quinto año de secundaria, aplicándoles la Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg Lewis y la Escala de Ideación Suicida de Beck. Se determina que los adolescentes que eligen el estilo de afrontamiento centrado en el problema suelen no presentar ideaciones suicidas, a comparación con los que eligen modos de estilos improductivos de afrontar el problema, ya que este grupo de estudiantes, sí presentan una orientación a mostrar ideación suicida.

Serquen (2017), tiene como objetivo en su investigación, analizar la relación entre estilos de crianza y las estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes que cursan el nivel secundario en 191 estudiantes adolescentes con un rango de edad de 12 y 16 años. Se aplica la escala de afrontamiento para adolescentes y la escala de estilos de crianza. Los resultados evidencian que existe relación positiva entre los “Estilos de Crianza” y “Afrontamiento al estrés”, asimismo existe niveles bajos de estilos de crianza en relación con las dimensiones “compromiso” y “autonomía psicológica”, excepto para la dimensión de “control conductual”, donde la mayoría indica un nivel medio. Por otro lado, existe relación significativa entre la dimensión “compromiso” y las doce estrategias de afrontamiento, así como también entre la dimensión “autonomía psicológica” y catorce estrategias de afrontamiento y por último entre la dimensión “compromiso” y dieciséis estrategias de afrontamiento.

Ugarte (2017), estudia las estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes y adultos que padecen enfermedades reumáticas así como también, si existen diferencias entre los grupos. Para ello se evaluaron a 60 pacientes de un Hospital de Lima Metropolitana, sean adolescentes y adultos, puesto que, existe una limitada cantidad de adolescentes con aquella enfermedad. Se utilizó el Cuestionario de Afrontamiento al Dolor (CAD-R). Los resultados evidencian que no existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento entre los adultos y adolescentes con enfermedades reumáticas, así como también la estrategia de afrontamiento “autoafirmación” es la que más predomina en los evaluados.

Cárdenas (2016), en su investigación establece la relación entre ideación suicida, estilos de afrontamiento y satisfacción familiar en 353 estudiantes adolescentes de centros educativos con un rango de edad comprendida entre los 13 a 18 años. Se utilizó la Escala de ideación suicida PANSI, la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) y la Escala de Satisfacción Familiar de Olson y Marc. Se determinan correlaciones significativas entre las tres variables. En relación con ideación suicida los estudiantes reportaron poseer un 24% de ideación a un nivel alto; en relación con los estilos de afrontamiento, el estilo no productivo fue el más usado y el 26.1% percibe su satisfacción familiar con un nivel bajo. Se hallaron diferencias significativas entre la ideación suicida y estilos de afrontamiento, de acuerdo con el sexo; y satisfacción familiar con el tipo de familia nuclear.

Caycho (2016), estudia las relaciones entre la percepción de los estilos parentales y los estilos de afrontamiento en 320 adolescentes que cursan los dos primeros años de estudios en una universidad, con un rango de edad entre los 16 a 18 años. Se utiliza el Inventario de la Percepción de los Hijos acerca de las Relaciones con sus Padres (Richaud), versión abreviada y la Escala de Afrontamiento para

Adolescentes (Frydenberg & Lewis). Se determina que los hijos perciben que sus madres presentan mayores niveles de aceptación y los padres mayores niveles de control patológico. En cuanto a la apreciación de la relación con el padre, se halla una relación positiva entre la reestructuración cognitiva y el control patológico y una relación negativa entre ansiedad y autonomía extrema, así como entre el control patológico y actividades de aislamiento. En correlación con la madre, el autoinculparse presenta relación negativa con el control patológico y positiva con la aceptación, asimismo una correlación negativa entre el control patológico y actividades de aislamiento. Se halla que, en la relación con la madre no se evidencian diferencias significativas entre varones y féminas; mientras que en el caso de los hombres existen diferencias significativas en la percepción de la relación con la madre en autonomía extrema.

Cordero y Hernández (2016), investigaron la asociación entre los estilos de socialización parental y estilos de afrontamiento en estudiantes de nivel secundario, en 150 adolescentes de 12 y 16 años. Se aplicaron la Escala de Estilos de Socialización Parental (ESPA 29) de Musitu y García (2004) y la Escala de Afrontamiento (ACS) de Frydenberg y Lewis. Se precisa que los estilos de socialización de la madre y las estrategias de afrontamiento “concentrarse en resolver el problema”, “buscar diversiones relajantes” y “fijarse en lo positivo”; en cuanto a los estilos de socialización del padre se asocian con las estrategias de afrontamiento de “autoinculparse”, “fijarse en lo positivo” y “apoyo espiritual”. Se finaliza determinando que la relación o vínculo entre padres e hijos es transcendental para los adolescentes que afronten los problemas.

Orihuela (2016), compara las variables de bienestar y afrontamiento entre adolescentes que participan en un programa de empoderamiento juvenil y

adolescentes escolares que no lo hacen. Por otro lado, se investiga la relación entre bienestar, afrontamiento y participación. La muestra estuvo conformada por 150 adolescentes, siendo 75 participantes del programa de empoderamiento, y 75 estudian en un centro particular de secundaria. Se aplican el cuestionario BIEPS-J para bienestar psicológico y ACS para el afrontamiento. Se determina que los adolescentes participantes del programa de empoderamiento mantienen mayor nivel de bienestar y utilizan estrategias de afrontamiento más adaptativas. Se halló relaciones predictivas bidireccionales entre la participación y el bienestar, y entre el bienestar y el estilo de afrontamiento referencia a los otros. Por lo que se asume que la participación en este programa fomentaría los recursos de afrontamiento, creando espacios de socialización saludables.

Osores (2016), centra sus objetivos en determinar la relación entre la percepción de la dinámica familiar y las estrategias de Afrontamiento de los adolescentes de una institución educativa. Participaron 105 estudiantes con edades que oscilan entre los 12 a 17 años; utilizando el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y el Cuestionario de Autopercepción del Estado de Salud Familiar de Lima-Rodríguez y Lima-Serrano. Los resultados señalan que los adolescentes que interactúan en un ambiente familiar adecuado y privilegiado utilizan la estrategia "Focalización en la solución del problema"; por otro lado, no se halla relación significativa entre el ambiente familiar y la estrategia de Afrontamiento de problemas.

Varona (2016), estudia los estilos de afrontamiento y el afecto en adolescentes con autolesiones y compara sus diversas expresiones. La muestra se conformó por 19 adolescentes entre 13 y 22 años, que asistían a la consulta ambulatoria en un hospital psiquiátrico de Lima y mostraron autolesiones. Se aplicó la Escala de Pensamientos y Conductas Auto-lesivas (EPCA), y la versión abreviada del

inventario COPE, asimismo, se examinaron variables sociodemográficas y datos de historia clínica. Se evidenció que hacerse cortes en la piel era el método más usado en la conducta autolesiva, siendo el desahogo fue la principal razón que dirigió al sujeto a realizar dicha conducta. Así como también se halló mayor predominancia de afecto negativo y ligeramente de afrontamiento pasivo. Por último, se evidenciaron diferencias en los estilos de afrontamiento y afecto en relación a la edad de inicio de autolesión de los colaboradores y la cantidad de veces que realizaron la conducta en el último año.

Caballero (2014), determina las estrategias de afrontamiento en una muestra de 127 adolescentes con anorexia nerviosa de un Centro Terapéutico, comparándolas con un grupo de 300 adolescentes del 5to de secundaria de un centro educativo que no sufren trastornos alimenticios. Se utilizó la encuesta de comportamiento alimentario y de modos de afrontamiento del estrés. Concluyendo que los promedios en el comportamiento alimentario, en adolescentes con trastornos alimenticios son mucho mayores que los adolescentes sin trastornos alimenticios. En la escala de modos de afrontamiento al estrés los adolescentes con trastornos alimenticios se encuentran por debajo de los promedios de adolescentes sin trastornos alimenticios. Así como también, existen diferencias muy significativas en todas las dimensiones y escala general de trastornos alimenticios a favor de los adolescentes con trastornos. Por último, existen diferencias muy significativas en modos de afrontamiento entre los adolescentes, donde los que no presentan trastornos tienen mayores promedios que el grupo con trastornos.

Límaco (2014), llevó a cabo una investigación para examinar las diferencias del Afrontamiento al estrés de un grupo de adolescentes que estudian en colegios particulares y nacionales que residen en Huamanga, Pisco y Tingo María. La

muestra estuvo conformada por 695 adolescentes entre los 14 y 17 años, se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis. Se evidenciaron diferencias en los estilos de afrontamiento del en los adolescentes de las tres ciudades. En la ciudad de Huamanga, las féminas utilizan más el estilo "Buscar apoyo social" y "Buscar apoyo espiritual", en cambio los hombres emplean mayor "Distracción física". En la provincia de Pisco, los hombres refieren usar más la estrategia "Buscar diversiones relajantes", "Invierten En amigos íntimos", y "Distracción física". En Tingo María, las féminas manifiestan mayor intento por "Reducir la tensión" y "Buscar ayuda espiritual", a comparación de los varones, quienes tienden a la "Distracción física".

Morales y Tovar (2016), determinaron la relación que existe entre la resiliencia y el Afrontamiento en un grupo de mujeres adolescentes de primer ciclo en tres universidades; fueron 150 alumnas cuyas edades oscilan entre los 17 a 18 años. Se aplicaron la Escala de Resiliencia-ERy la Escala de Afrontamiento para Adolescentes. Se evidencia una correlación positiva entre el nivel de resiliencia y la estrategia "Concentrarse En resolver el problema", presentando niveles altos de resiliencia. Por el contrario, se halló una correlación negativa entre el nivel de resiliencia y la estrategia "Falta de Afrontamiento", encontrando menor afinidad con niveles altos de resiliencia, presentando similitud en las dimensiones: "Reducción de la tensión" y "Hacerse ilusiones". Por ello se resuelve que, mientras más se utilicen las estrategias de Afrontamiento productivas, existirán mayores niveles de resiliencia y a mayor uso de estrategias no productivas menor nivel de resiliencia.

Segura (2013), investiga los estilos de afrontamiento al estrés en relación de la inteligencia emocional y las aptitudes mentales primarias con una muestra de 330

estudiantes ingresantes de ambos sexos de una universidad. Se aplicaron la Escala de afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis, prueba de aptitudes mentales primarias de Thurstone y Thurstone y el inventario de cociente emocional de BarOn. Se determina que la inteligencia emocional y las aptitudes mentales primarias pronostican el uso de los estilos de afrontamiento, es así que el estilo resolver problemas puede explicarse con base al factor cognitivo comprensión verbal y los componentes emocionales interpersonal y estado de ánimo en general; el estilo referencia hacia otros es producto del factor cognitivo cálculo numérico y los componentes emocionales intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad y la relación inversa con el cociente emocional; y estilo de afrontamiento no productivo o no afrontamiento es el efecto del factor cognitivo razonamiento lógico, el componente emocional interpersonal y la relación inversa con el cociente emocional.

Cáceres (2007), investiga acerca de la relación que existe entre la agresión y los estilos de afrontamiento en adolescentes de centros educativos estatales. Se evaluaron a 569 escolares entre los 14 y 18 años. Se aplica el Cuestionario de Agresión de Buss y Perry (AQ) y la Escala de Afrontamiento para adolescentes de Frydenberg y Lewis (ACS). En cuanto a los resultados se evidencia asociación estadísticamente significativa entre los niveles de baja y alta agresión con el grado de uso de las estrategias del estilo de afrontamiento de resolver el problema. En relación con la diferencia según sexo para la variable agresión, se obtuvieron diferencias significativas en la dimensión de agresión física, siendo mayor en hombres. En cuanto a las estrategias de afrontamiento al estrés, se han encontrado diferencias significativas según sexo para ciertas estrategias, siendo mayor en las féminas las estrategias de concentrarse en resolver el problema, buscar apoyo

espiritual, fijarse en lo positivo, esforzarse y tener éxito, preocuparse, falta de afrontamiento; y para hombres, las de buscar diversiones relajantes, distracción física, acción social, ignorar el problema y reducción de la tensión.

2.3. Bases teórico-científicas del estudio

2.3.1. Estrés

2.3.1.1. Orientaciones teóricas del estrés

2.3.1.1.1. Teoría basada en la respuesta

Plantean que el estrés se determina según la respuesta, dándole gran importancia a los distintos modos de reaccionar biológica o psicológicamente cuando el sujeto está ante una situación de presión (Villardón, 2013).

Se determina el estrés según la respuesta, dándole gran importancia a los diversos modos de reaccionar psicológica o biológicamente que demuestran que el sujeto está ante una condición de presión (Villardón, 2013).

Al respecto, Cannon (1932, citado por Sandín, 2009) estableció una definición sobre la homeostasis, siendo la capacidad de un individuo para conservar su equilibrio interno, asimismo determinó que el estrés se asocia con las reacciones de “lucha-huida”, siendo éstas, respuestas automáticas que manifiestan los individuos para protegerse de los agentes amenazantes ya sean externos o internos.

Pero sin duda, uno de los teóricos más célebre es Selye (1983, citado por Sandín, 2009) quien precisa el estrés como “el estado que se manifiesta por un síndrome específico, consistente en todos los cambios inespecíficos inducidos dentro de un

sistema biológico. Así, el estrés tiene su forma y composición características, pero ninguna causa particular.” (p. 5).

Así pues, conforme pasan los años, Selye (1974, citado por Sandín, 2009) indica que el estrés no sólo está relacionado con situaciones o estímulos desagradables, sino también con las experiencias agradables, por lo cual no es algo que debe ser evitado. Por ello, cuando una persona presenta estrés, inicia un sobreesfuerzo para que el organismo se sobreponga, generando un grado de resistencia de éste.

Posteriormente la teoría de Selye fue fortaleciendo su concepto ya que presenta una definición incluyendo al estresor y la respuesta del estrés, siendo la primera cualquier demanda física, psicológica, emocional o cognitiva, que provoca una respuesta de estrés. En cuanto a la respuesta de estrés, ésta es comprendida por cambios orgánicos a los cuales nombró síndrome general de adaptación (SGA) y que incluyen tres etapas:

- Reacción de alarma: respuesta inicial del organismo cuando se expone inesperadamente a estímulos que no está adaptado, teniendo dos fases, choque (reacción inmediata al estímulo dañino e inicio de diversos síntomas fisiológicos) y contrachoque (reacciones de defensa primarias, así como también de activación de diversas hormonas).
- Etapa de resistencia: puesto que ningún organismo puede permanecer continuamente en el estado de alarma ya que puede llegar a fenecer, se genera una adaptación del organismo al estímulo estresor por lo cual disminuyen los síntomas y los cambios morfológicos y bioquímicos desaparecen.
- Etapa de agotamiento: en el caso que el organismo se mantenga expuesto al estresor de manera prolongada, pierde la adaptación lograda, entrando a esta

fase, reapareciendo los síntomas típicos de la reacción de alarma, pudiendo generar la muerte del organismo (Sandín, 2009).

2.3.1.1.2. Teorías basadas en el estímulo

Para Lazarus y Folkman (1986), el estrés se centra en los acontecimientos del medio con los que se encuentra el sujeto, ya sean por los cambios mayores que pueden ser rápidos o extenderse en el tiempo y por los ajetreos diarios como son los desastres naturales, enfermedades, despido laboral o condiciones dañinas para el organismo.

En efecto, en esta teoría, el estrés está relacionado con los estímulos del ambiente, los cuales podrían reconocerse como “molestos”, es decir, surge de las circunstancias ambientales externas de la persona, basándose en los eventos, condiciones o hechos susceptibles, que originan respuestas negativas o nocivas para el organismo (Villardón, 2013).

Sandín (2009), señala que el estrés se relaciona con los estímulos del ambiente ya que estos pueden ser perturbadores y alteran el organismo, localizando el estrés fuera del individuo, asimismo consideran el estrés como una variable independiente.

Cox (1978, citado por Sandín, 2009), menciona que si bien, las personas presentan ciertos límites de tolerancia al estrés, y estas pueden variar de un sujeto a otro, si el estrés se encuentra por encima de aquellos límites, se volverá intolerable originándose daños fisiológicos y/o psicológicos.

Holmes y Rahe (1956, citado por Sandín, 2009), introducen un nuevo concepto en relación con el estrés, al cual denominó “los sucesos vitales” aquello son situaciones sociales que provocan reacciones psicofisiológicas, asimismo

menciona que, a mayor presencia de los sucesos vitales, mayor posibilidad de enfermar, por lo cual utiliza un enfoque más completo y multidisciplinario (bio-psico-social).

Sandín (2009), define los sucesos vitales como situaciones que perturban o alteran las actividades comunes del sujeto, causando un reajuste en su conducta.

Holmes y Rahe (1956, citado por Sandín, 2009), manifestaron que la dimensión del cambio vital está relacionada de manera significativa con la presencia del estrés, así como también determinó que el estrés que experimenta un individuo en la vida real obedece a diversos sucesos, puesto que es poco común que las personas estén expuestas a una sola situación estresante durante un lapso más o menos largo.

Los inventarios que miden aquellos sucesos fueron en primera instancia, el instrumento psicométrico “El Inventario de Experiencia Reciente (Schedule of Recent Experience; SRE)”, ejecutado por el grupo de Holmes; que contiene una lista de sucesos vitales en la que el sujeto debe señalar lo que le ha ocurrido en un período de tiempo reciente, no mayor de los dos o tres últimos años.

Posteriormente en 1967, Holmes y Rahe publicaron la Escala de Estimación del Reajuste Social (Social Readjustment Rating Scale, SRRS); siendo un procedimiento psicométrico para poder estimar el reajuste social mediante unidades de cambio vital (UCV), es decir, se sitúan diversos acontecimientos vitales (cada una con su respectiva puntuación), para que los sujetos marquen aquellos acontecimientos que les había ocurrido, siendo la suma de las puntuaciones indicadores para diagnosticarlas con o sin estrés. Holme y Rahe, (1956, citado por Sandín, 2009).

2.3.1.1.3. Teorías basadas en la interacción

Los enfoques anteriores, atribuyen mayor importancia a los aspectos internos y externos del estrés, situando al sujeto en un rol pasivo y tomando poco interés a los factores psicológicos. Es por ello que en esta perspectiva se le asigna al sujeto la labor decisiva en el proceso, es decir, el estrés se inicia en la evaluación cognitiva que realiza la persona, al intermediar los factores internos y del entorno (Oblitas 2017).

El gran exponente de esta perspectiva es Richard S. Lazarus, quien da importancia a los factores psicológicos (aspectos cognitivos), que se presentan entre los estímulos estresores y las respuestas del estrés, por lo cual especifica que el estrés se produce mediante las relaciones particulares entre la persona y su entorno. Basándose en lo dicho anteriormente Lazarus y Folkman (1984) definen el estrés como como “una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar.” (p. 43).

Asimismo, manifiestan que lo más importante de la psicología del estrés, son los “actos de evaluación cognitiva” en donde las personas determinan el valor de la amenaza y como ésta, se encuentra relacionada con su bienestar personal, esta teoría de Lazarus diferencia tres tipos de evaluación:

- La evaluación primaria se centra en la circunstancia, es decir, en cada encuentro con alguna demanda externa o interna. Asimismo, se encuentran cuatro modalidades de evaluación, la primera es de amenaza (anticipa un posible daño); la segunda de daño/pérdida (evalúa el resultado de esa amenaza), el tercero es de

desafío (valoración de la situación ante la posibilidad de perder o ganar) y por último el de beneficio (valoración positiva de la situación).

- La evaluación secundaria se concentra en la eficacia que el sujeto adopta para enfrentar la situación, es decir los “recursos de afrontamiento”, ya sean psicológicos (creencias positivas), físicos (energía y salud), y de aptitudes (habilidades sociales y técnicas para poder resolver el problema). Asimismo, se debe tomar en cuenta los recursos ambientales, de tipo social (soporte social) y los recursos materiales (bienes, dinero y servicios).
- En cuanto a la reevaluación, se refiere a los procesos de feedback que se realiza en el proceso de interacción entre el sujeto y las demandas, para desarrollar las correcciones debidas, al asimilar nueva información o cambios de la situación, las cuales definirán los cambios de conducta. Lazarus y Folkman (1993, citado por Sandín, 2009).

Una vez que el sujeto ha ejecutado la labor evaluativa, se presentarán las manifestaciones de estrés de acuerdo a la eficacia que tengan la persona para enfrentar a la amenaza (Oblitas, 2017).

Lazarus y Folkman (1986) consideran que, el estrés presenta una relación bidireccional entre el individuo y el entorno, siendo un proceso no estático. Así pues, su teoría introduce a un concepto trascendental, que es el afrontamiento, al cual lo consideran como los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente variables, que son utilizados por el sujeto para manejar las demandas que van más allá de sus propios recursos.

Igualmente, otros autores aportaron diversas teorías de estrés, en este modelo, como Trumbull y Appley (1986, citado por Villardon, 2013) quienes refieren la

existencia de tres sistemas en el sujeto (psicológico, fisiológico y social) que actúan en simultáneo y facilitan los medios necesarios para enfrentar a los estresores, entendiendo por estrés como la discrepancia entre la capacidad de resistencia del individuo (real o percibida por él) y cualquier estresor.

Siguiendo la esencia interaccional de Lazarus, los autores Cox y Mackay (1978, citado por Sandín 1980), crearon un modelo transaccional del estrés en donde describen la manera en la que actúa, así como también explican que el estrés se origina cuando se quiebra el balance entre la percepción de una demanda y la percepción de su capacidad para enfrentar a aquella demanda (capacidad de afrontamiento).

Actualmente surge la tendencia de la existencia de algunos factores ambientales “estresantes”, que asociados a individuos con propensión a “estresarse”, establecen los componentes del estrés, como procesos interactivos (Villardón, 2013).

2.3.1.1.4. Modelo procesual del estrés

Oblitas (2017), define el estrés como la interacción entre sujeto y ambiente, considerando no solo los procesos cognitivos sino las demandas psicosociales, las variables de la personalidad, estrategias de afrontamiento y las respuestas del individuo en todos sus niveles, así como también los recursos materiales, personales y sociales.

En este modelo, explican el estrés como un grupo complejo de variables, los cuales actúan en diversos niveles, interactuando entre sí, asimismo implica diversos elementos como procesos de evaluación cognitiva, estrategias de

afrontamiento, agentes externos e internos, así como también respuestas psicológicas y fisiológicas conocidas como “reacción del estrés” (Sandín, 2009).

Uno de los exponentes más resaltantes es Sandín (1995), quién presentó el modelo procesual del estrés, organizando diversas variables básicas que se relacionaban con el estrés y que se relacionan con la psicopatología del estrés. Sandín (2008), revisa su modelo original, realizando cambios en algunos de los componentes, estructurando el modelo final en siete etapas:

1. Demandas psicosociales: comprende a los elementos externos que causan el estrés, los cuales pueden ser sucesos mayores (por ejemplo, la pérdida del trabajo), sucesos vitales o sucesos menores (estrés diario) así como también el estatus socioeconómico bajo.
2. Evaluación cognitiva: se relaciona con la apreciación cognitiva que realiza el sujeto con relación a la demanda psicosocial, presentándose tres clasificaciones, la primera es el tipo de amenaza (que logra ser vista como pérdida), luego de peligro más o menos inminente (probable deterioro contra la integridad del sujeto) y por último de desafío (un reto personal).
3. Respuesta de estrés: se refiere a las reacciones fisiológicas (neuroendocrinas y las del sistema nervioso autónomo) así como también las respuestas psicológicas, tanto a nivel cognitivo, emocional y motor.
4. Afrontamiento: incluye las acciones cognitivas y conductuales que utiliza el individuo para afrontar tanto a las demandas estresantes externas como al estado emocional del estrés.
5. Características personales: comprende al tipo de personalidad, los factores hereditarios, la raza, el sexo, que varía de acuerdo con cada persona y que

definen en mayor parte la evaluación que realiza el sujeto ante la demanda psicosocial y las estrategias de afrontamiento.

6. Características sociales: soporte de los individuos de confianza, lazos sociales, interacción social significativo, identificación a una red social, apoyo personal.
7. Estatus de salud: en donde la condición de salud fisiológica y psicológica depende de todas las fases mencionadas, por lo cual un afrontamiento inapropiado puede ser dañino para la salud, facilitando el estrés (por ejemplo, ingerir alcohol, fumar) o por el contrario pueden inhibir los efectos del estrés (por ejemplo, hacer ejercicio físico regular, realizar una dieta alimenticia equilibrada y moderada).

2.3.1.2. Conceptos de estrés

Existen numerosos autores que construyeron a conceptualizar el estrés entre ellos tenemos a Sandín (2009), quien lo expone como un fenómeno complejo, que implica al menos al estímulo y respuestas, y a procesos psicológicos diversos que median entre ambos. Por su parte, Lazarus y Folkman (1986), mencionan que el estrés psicológico es una relación particular entre el individuo y el entorno, que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar.

En cuanto a Villardon (2013), nos indica que el estrés es un proceso de intercambio entre la situación y el individuo, donde se ven comprometidos diversos sistemas de la persona (psicológicos, fisiológicos y sociales), la cual se origina cuando existe un desequilibrio entre las demandas y la capacidad del sujeto (percibida o real) para enfrentarlas.

Reodar (2015), manifiesta que el estrés se presenta cuando un agente o situación ya sea física, psicológica o social provoca alteraciones a diferentes sistemas del individuo, ya sea en la parte orgánica, cognitiva y perceptiva, por lo cual el individuo trata de restablecer el equilibrio y de adaptarse a las situaciones estresantes.

Gan y Jaume (2012), el estrés se encuentra focalizado por la presión y crisis, que ya sea en la vida personal, social y laboral, emiten reacciones psicósomáticas afectando así la relación mente-cuerpo, invirtiendo mucha más energía de la que es capaz de generar. Es por aquel motivo que no puede afrontar las demandas del entorno, sintiéndose cansado, sin recursos, agotado mental y físicamente. Cabe resaltar que aquellos síntomas dependerán de los distintos estresores y la capacidad de respuesta ante los mismos, puesto que no todos presentan el mismo umbral de tolerancia ante las situaciones de presión.

2.3.1.3. Tipos de estrés

Cuando Selye crea el Síndrome de Adaptación (SGA) se percató que hay diferencias en la manera que las personas perciben el estrés, por lo cual plantea que existe dos tipos de estrés, *distrés* y *eutrés*, siendo este último, un aspecto positivo y constructivo del estrés, beneficiando a la persona y a su salud (1960, citado por Oblitas, 2015).

Gutiérrez (1998, citado por Oblitas, 2017) menciona que el estrés se puede diferenciar por los resultados, determinándolos como “agradables” o “desagradables”. Al primero lo denominó como “eutrés” o “buen estrés”; y al segundo lo nombró como “distrés”, o “mal estrés”.

El estrés positivo o eustrés, se da cuando el individuo es capaz de afrontar el estímulo estresante, percibe la amenaza como un reto, produce un estado de alerta que mejora la productividad de las actividades que se proponga a realizar el sujeto, una vez logrado el objetivo, recupera el equilibrio, produciéndose incluso un bienestar. El estrés positivo puede convertirse en negativo en algunas circunstancias, así como también puede ser percibido como positivo para un sujeto y negativo para otro (De La Cruz, 2011).

El estrés negativo o distrés, se refiere al estímulo estresor que es desagradable para el individuo, provocando diversos síntomas físicos y psicológicos como tensión muscular, fatiga, angustia, menor atención a las tareas, agresividad, etc. Si el agente estresor se extiende, se inicia el estado de agotamiento, iniciando probables alteraciones funcionales u orgánicas, agravándose los síntomas (De La Cruz, 2011).

Para Robbins (2017), el concepto de estrés tiende a vincularse con aspectos negativos, pero no siempre es malo, si bien se habla de él en un contexto mórbido y nocivo, también tiene aspectos positivos, en algunas situaciones, las personas usan el estrés para dar todo lo que pueden.

2.3.1.4. Estresores inusuales durante la adolescencia

Para Mingote (2013), varios adolescentes hacen frente, a su corta edad, con estresores inusuales, como problemas familiares, físicos o mentales, separación y divorcio de los padres, abuso de drogas y alcohol, fracaso escolar, problemas sociales (pobreza y violencia), problemas individuales (embarazos), etc. En determinadas ocasiones, los adolescentes han enfrentado situaciones nocivas como abuso o muerte de una persona querido.

Cabe señalar, que los adolescentes que poseen apoyo familiar, desarrollo emocional apropiado y buenas habilidades cognitivas, tienden a sobrellevar y afrontar mejor el estrés, que aquellos que carecen de soporte familiar, ya que por el contrario estos adolescentes serán propensos a diversos factores de riesgos que pueden causar múltiples estresores (Mingote, 2013).

2.3.2. Afrontamiento

2.3.2.1. Planteamientos teóricos

2.3.2.1.1. Modelo conductual explicativo del afrontamiento

Este modelo procede de las teorías de Darwin, quien manifiesta que la supervivencia animal va a depender de su habilidad para predecir o controlar el entorno para poder evitar, huir o triunfar ante los agentes perjudiciales. Los defensores de esta orientación definen el afrontamiento como aquellos actos que pueden controlar las circunstancias nocivas del ambiente para poder disminuir el nivel de perturbación psicofisiológica (Lazarus y Folkman, 1986).

Miller (1980, citado por Lazarus y Folkman, 1986), manifiesta que el afrontamiento es un conjunto de respuestas conductuales que se aprenden y que resultan eficaces para mermar el grado de arousal, realizando la neutralización de situaciones peligrosas o dañinas.

Obrist y sus colaboradores (1981, citado por Lazarus y Folkman, 1986), mencionan que el afrontamiento activo es un intermediario significativo en los cambios cardiovasculares que se regulan por el sistema nervioso simpático. Si bien se observa un marcado interés por aspectos fisiológicos del afrontamiento, Calvete (1989, citado por Villardon, 2013) no considera aspectos importantes

como los procesos cognitivos-emocionales, puesto que, toman en cuenta la conducta de huida y evitación, ignorando otras formas de afrontamiento.

2.3.2.1.2. Modelo de la psicología del yo

Se brinda mayor consideración al factor cognitivo que al conductual, definiendo el afrontamiento como “el conjunto de pensamientos y actos realistas y flexibles que solucionan los problemas y, por tanto, reduce el estrés.” (Lazarus y Folkman, 1986, p.141).

En este modelo se pueden encontrar dos características determinantes, siendo la primera una jerarquía de procesos de afrontamiento y la segunda, una estructura, de rasgos o estilos, alejándose del proceso dinámico.

a. Jerarquía de los procesos de afrontamiento

Menninger, Haan y Vaillant (1977) relacionan el afrontamiento como una jerarquía de procesos más organizados del ego, en donde se encontrarían las defensas (maneras neuróticas de adaptarse) y los fracasos del ego (niveles que pueden ser regresivas o psicóticas de la conducta).

Menninger (1977, citado por Lazarus y Folkman, 1986), establece cinco recursos reguladores, clasificándolos en relación al nivel de desorganización interna, en el lugar más alto de la jerarquía se tiene a los recursos de afrontamiento (que incluye el humor, autocontrol, llanto, lamentarse, blasfemar, jactarse, pensar, discutir y descargar energía de diversas maneras), estas características son estimadas como normales, no obstante si aquellas estrategias se usan inadecuadamente o de manera muy extrema, advierten algún grado de descontrol y desequilibrio, volviéndose los recursos reguladores, más primitivos, es así que los recursos de segundo orden incorporan el abandono por disociación (la amnesia y narcolepsia),

abandono a los impulsos más hostiles (rituales y compulsiones), por último a la sustitución del yo ante un objeto de agresión desplazada (humillaciones, restricciones o narcotización); el recurso de tercer orden presentan conductas explosivas discontinuas (agresiones violentas, crisis de pánico, convulsiones); en el cuarto orden personifica un acrecentamiento de la desorganización y en el quinto la descomposición general del ego.

Vaillant (1977, citado por Lazarus y Folkman, 1986), organiza las defensas en cuatro niveles que va desde mecanismos psicóticos (distorsión, negación de la realidad externa y proyección ilusoria), mecanismos de inmadurez (proyección, hipocondría, conducta agresiva pasiva y fantasía), mecanismos neuróticos (represión, formación reactiva, intelectualización), hasta el más alto nivel como los mecanismos maduros (altruismo, sublimación, anticipación, buen humor y sublimación).

Haan (1977, citado por Lazarus y Folkman, 1986), clasifica los procesos del ego en tres partes, la primera es el afrontamiento (simbolización y sensibilidad), la segunda defensa (racionalización y proyección) y la tercera la fragmentación (confabulación y delirio), identificando cada nivel de acuerdo con la expresión del proceso genérico subyacente del ego. Este autor menciona que, para determinar los procesos en el método del afrontamiento, la persona debe asociarse con la realidad, ya que si distorsiona la situación o realidad no está afrontando las situaciones.

b. Estructura del afrontamiento:

Se determina el afrontamiento como un estilo o un rasgo, dejando de lado el proceso dinámico del yo, se debe tomar en cuenta la diferencia entre estilo y rasgo

de afrontamiento, ya que el primero se refiere al nivel y las formas generalizadas al referirse sobre las peculiaridades del sujeto, en cuanto al rasgo hacen alusión a las propiedades disponibles en la persona para utilizarlas en situaciones específicas, el cual tiene un repertorio menos amplio.

Posteriormente, surge el concepto del patrón A de la conducta, este patrón está compuesto por tres conceptos, comenzando por un grupo de creencias sobre sí mismo y sobre los demás, siguiendo por el conjunto de valores unidas a un patrón de motivación y compromiso; culminando por el estilo conductual de vida que actúa en diversos contextos sociales.

Grass (1977, citado por Lazarus y Folkman, 1986), ha aportado una teoría muy influyente del patrón A y sobre la relación que existe ante el peligro de enfermedad cardiovascular; para el autor las personas que se encuentran en este patrón, tienden a desarrollar un fuerte compromiso con el control de las situaciones, causando propensión a la pérdida o escases de aquel control, produciéndose cambios psicofisiológicos significativos en las funciones del corazón y los vasos, así como el tiempo de coagulación sanguínea o el aumento de lípidos en la sangre.

Se cuestiona mucho la jerarquía de las estrategias de afrontamiento puesto que ninguno es superior al otro, sino que depende de la situación en específico, ya que una forma de afrontamiento puede ser más apropiada que otra (Lazarus y Folkman, 1986).

2.3.2.1.3. Modelo transaccional

En este modelo, se considera el afrontamiento como un proceso dinámico, Lazarus y Folkman (1986) lo definen como: “aquellos esfuerzos cognitivos y

conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 164).

Al presentar al afrontamiento como proceso, se plantean tres aspectos fundamentales, el primero en alusión a la observación y valoración de lo que verdaderamente piensa o hace el sujeto, en contraste con lo que generalmente hace en condiciones específicas, en el segundo se presenta un contexto específico, donde se analiza los pensamientos y las acciones de las personas con relación a una situación, es así que, tener una definición exacta de aquel contexto, determinará un acto de afrontamiento. Por último, en el tercer aspecto, se determina un cambio en los actos y pensamientos conforme se va desarrollando la interacción.

Por lo dicho, el afrontamiento es considerado como un proceso variable en donde la persona utilizan diversas estrategias en momentos determinados, éstas pueden ser defensivas o para resolver el problema, dependiendo de la relación con el contexto. (Lazarus y Folkman, 1986).

2.3.2.2. Modos de afrontamiento

- Afrontamiento dirigido a la emoción

Una forma de afrontamiento es la orientada a la emoción ante cualquier tipo de interacción estresante, un grupo notable está organizado por los procesos cognitivos, que se encargan de aminorar el nivel de trastorno emocional, utilizando estrategias de distanciamiento, evitación, comparaciones positivas, minimización, atención selectiva y la extracción de los valores positivos ante los acontecimientos negativos.

Otro grupo minoritario incorpora estrategias cognitivas orientadas a aumentar la

intensidad del trastorno emocional, puesto que hay algunas personas que requieren sentirse mal antes de poder sentirse mejor, así como también para hallar consuelo. A pesar, que los procesos dirigidos a la emoción pueden variar el significado de un contexto estresante, no van a cambiar la realidad (Lazarus y Folkman, 1986).

- Afrontamiento dirigido al problema

En este afrontamiento, se define el problema y se busca una solución alternativa, teniendo en cuenta el costo y beneficio al seleccionarla y aplicarla.

Kahn y colaboradores (1964, citado por Lazarus y Folkman, 1986), mencionan que hay dos grupos importantes de estrategias, en la primera hace mención al entorno, puesto que tratan de modificar la presión ambiental, así como también las dificultades, los procedimientos, los recursos, etc.; en el otro grupo se refieren a las estrategias responsables de las alteraciones cognitivas o de motivación para ayudar a manejar o resolver el problema, éstas pueden ser, los cambios del nivel de aspiraciones, la búsqueda de gratificación, desarrollo de pautas de conducta nuevas así como también nuevos aprendizajes de recursos y procedimientos.

Cabe resaltar que los modos de afrontamiento dirigidos al problema son limitados en comparación al amplio número de estrategias orientadas a la emoción, sin embargo, para utilizar el afrontamiento dirigido al problema, se debe tener información específica de la situación. (Lazarus y Folkman, 1986).

2.3.2.3. Estilos y estrategias de afrontamiento

Carver y Sheirer (1994, citado por Leibovich, Schmidt y Marro, 2004) señalan que cada sujeto fomenta maneras habituales para afrontar el estrés, denominándolos “estilos”, los cuales influyen en las estrategias de afrontamiento. Clasifican los estilos del afrontamiento y elaboran el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento

COPE (Coping Estimation) con tres estilos de afrontamiento, que incluyen trece estrategias:

- Centrado en el problema (afrontamiento activo, planificación, suspensión de actividades competentes, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y postergación del afrontamiento).
- Centrado en la emoción (reinterpretación positiva y crecimiento, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, acudir a la religión, negación aceptación y crecimiento).
- Estilo maladaptativo (liberar y enfocar emociones, desentendimiento mental y conductual).

Meinchenbaum (1987, citado por Leibovich et al., 2004) determinó una característica genérica de los estilos de afrontamiento al estrés:

- Estilo autorreferente: no afrontan las demandas del contexto, se concentran en las reacciones, tienen constantes pensamientos y sentimientos relacionados con la inutilidad (reproches y autocríticas), sin indagar posibles soluciones efectivas y presenta una evidente activación fisiológica.
- Estilo autoeficaz: desarrolla habilidades competentes y se esfuerzan por buscar soluciones a posibles obstáculos.
- Estilo negativista: pueden eludir la existencia de un problema o tiende a minimizarlo, así como tampoco se esfuerza por solucionar los obstáculos.

Frydenberg y Lewis (1993, citado por Segura, 2013), plantean tres estilos de afrontamiento, el estilo dirigido a “resolver el problema”, de “referencia hacia los otros”, por último, el estilo “no productivo”, que son clasificados como funcionales o disfuncionales. Los dos primeros estilos son estimados como productivos o funcionales,

es decir, hacen frente a los problemas de forma directa, tratando de solucionarlos; en cuanto al último estilo, se determina como un estilo disfuncional, ya que no encuentran una solución a las dificultades, enfocándose más a evitar la situación conflictiva.

Moos y Cronkite (1986, citado por Leibovich et al., 2004), categorizaron el afrontamiento según las dimensiones del método y localización.

- En relación con el método, el afrontamiento puede ser: activo cognitivo (redefine el contexto cognitivamente) y activo conductual (acción del comportamiento, para determinar la situación).
- En cuanto a la localización, el afrontamiento se da en tres tipos, localización en la evaluación (análisis lógico), localización en la dificultad (acciones para solucionar los problemas) y localización en la emoción (la descarga emocional).

Buendía (1993), menciona dos funciones que cumplen las estrategias de afrontamiento, la primera establece un cambio en el estímulo estresor (afrontamiento orientado en la solución del problema), y el segundo menciona un cambio en la percepción (respuesta emocional), que es producida por el agente estresante (afrontamiento orientado en la emoción).

Reeve (1992, citado por Puig y Rubio, 2013), clasifica las estrategias de afrontamiento de la siguiente manera:

- Métodos de afrontamiento directos: determina la fuente del estrés e implementa la estrategia de afrontamiento para contrarrestarla, así como también puede buscar apoyo social.
- Métodos de afrontamiento defensivos: tratan de evitar el origen que produce el estrés, asimismo suprime la respuesta cognitiva, fisiológica y emocional, para disminuir el impacto del estresor, pudiendo consumir fármacos o drogas.

Lazarus y Folkman (1984, citado por Leibovich et al., 2004), manifiestan que cada persona presenta diversas maneras afrontar una situación, así como también difieren en sus emociones tras la fase de transacción, en consecuencia, se ve necesario hacer diferencias entre las estrategias de afrontamiento y los estilos de afrontamiento, siendo la primera situacionalmente dependientes y constantemente cambiantes y la segunda, maneras habituales de manejar el estrés.

Lazarus y Folkman (1986), plantearon ocho estrategias de afrontamiento, las dos primeras son centradas en el problema; las siguientes cinco estrategias son centradas en la emoción; concluyendo por la estrategia que se focaliza en ambas áreas. Aquellas estrategias son:

1. Confrontación: esfuerzos para alterar la situación, presentando cierto nivel de riesgo y hostilidad.
2. Panificación: inicio de estrategias para resolver el problema.
3. Aceptación de la responsabilidad: conlleva que la persona se reconozca en el inicio y continuación del problema.
4. Distanciamiento: esfuerzos por alejarse del problema, evitando que la situación estresante lo perturbe.
5. Autocontrol: empeño para controlar y regular los sentimientos, acciones y respuestas emocionales.
6. Reevaluación positiva: percibe los aspectos positivos que podrían presentarse en el evento estresor.
7. Escape-evitación: no afrontamiento tanto a nivel cognitivo (pensamiento irreal improductivo), como motor (beber, comer, medicarse, dormir más de lo habitual, etc.).

8. Búsqueda de apoyo social: soporte en los demás (familiares, amigos, etc.) para recibir consejos, orientación, apoyo, motivación o moral.

Por lo anterior, se puede inferir que no hay estrategias o estilos de afrontamiento mejores o peores, sino que dependerán del momento y de la circunstancia en la que se afronta.

Leibovich et al., (2004), manifiestan que, al evaluar la situación estresante, se debe considerar el contexto (momento vital de la persona, características de la situación aversiva, los objetivos que desea con cierta conducta, entre otros), ya que estas codeterminan si las estrategias de afrontamiento serán funcionales, disfuncionales, beneficiosas o perjudiciales, constructivas o destructivas para las personas.

En conclusión, las estrategias o estilos de afrontamiento son utilizadas por los individuos para batallar el estrés en un nivel cognitivo (reemplazando, disminuyendo o eliminando las ideas y los pensamientos nocivos) así como para combatir las respuestas fisiológicas y emocionales que causa el estrés. Cuando aquellas estrategias de afrontamiento no logran mitigar el proceso de estrés, la persona estaría propensa a un verdadero riesgo para su salud psíquica y física (Esteras, 2015).

2.3.2.4. Conceptos del afrontamiento

Belloch et al. (1980, citado por Puig y Rubio, 2013), definen el afrontamiento como los esfuerzos, cognitivos y conductuales que realiza el sujeto para enfrentar al estrés, teniendo que manejan las demandas internas y externas que generan estrés, así como también el estado emocional desagradable relacionada al estímulo estresor.

Leibovich et al. (2004), lo entiende como el equilibrio entre las demandas del ambiente y los recursos personales, así como también sociales. Si bien es cierto, las personas responden activamente a las condiciones del medio y pueden adaptarse a la adversidad, además pueden modificar su entorno y a sí mismos para poder mitigar los efectos del estrés.

Edwards (1980, citado por Otero, 2015), define el afrontamiento como un modo o estilo relativamente constante al afrontar el estrés, así como también es un proceso que involucra aspectos cognitivos y conductuales de las personas, que varían a través del tiempo y de las circunstancias al majear las situaciones estresantes.

O'Driscoll y Cooper (1985, citado por Otero, 2015), mencionan que el afrontamiento se da cuando se atraviesa por un evento que afecta al individuo, donde se realiza una evaluación de la situación amenazante, por último, se ejecuta una respuesta cognitiva y conductual para eliminar o calmar dicha situación estresante.

Lazarus y Folkman (1991, citado por Barcelata, 2015), manifiestan que el afrontamiento es un mecanismo que se activa por circunstancias que la persona considera como amenazantes o que rebosan su capacidad para enfrentarlas, siendo una causa de estrés.

Frydenberg (2008, citado por Barcelata, 2015), determina el afrontamiento como todos los recursos personales (soluciones de problemas, cogniciones, habilidades en general y psicosociales en particular), ambientales y recursos del medio social (apoyo en los demás) que son capaces de realizar una adaptación eficaz ante las situaciones de estrés.

2.3.2.5. Afrontamiento en adolescentes

En la etapa de la adolescencia se cree esencial el proceso de adaptación, debido a que se relaciona con la manera de reaccionar ante los sucesos vitales desfavorables, situaciones de adversidad y a las actividades diarias que pueden ser fuentes constantes de estrés (Barcelata, 2015).

Wadsworth y Raviv (2005, citado por Barcelata, 2015), hablan de afrontamiento como un proceso básico de adaptación y manejo de estrés, que está relacionado con las experiencias del adolescente, y del aprendizaje vicario (imitación de los padres, amistades o adultos que se encuentran a su alrededor). Es por ello, que asumen el rol de conciliador al atenuar las consecuencias negativas del estrés.

Wadsworth & Compas (2002, citado por Barcelata, 2015), corroboran que el afrontamiento interviene como intermediario entre las experiencias o situaciones estresantes y los procesos de adaptación.

Rutter (2007, citado por Barcelata, 2015), señala que los adolescentes que han estado comprometidos a ambientes de necesidad o desventaja, pero que tuvieron un afrontamiento activo, no sufrieron de problemas psicológicos ni emocionales.

Zabala y Cols (2008, citado por Puig y Rubio, 2013) indican que las diversas formas de afrontamiento dependen de la situación en la que se realicen, éstas pueden ser adaptativas o desadaptativas, las cuales dependerán del grado en el que ayuden a mantener el equilibrio emocional.

Diversos investigadores han estudiado el afrontamiento enfocado en adolescentes, alguno de ellos tomó como referencia el concepto de afrontamiento realizado por Lazarus y Folkman, uno de ellos es Frydenberg (1996, citado por Caballero 2014) quien menciona, que en la actualidad los problemas vinculados al estrés han

aumentado en los adolescentes, ya que en esa etapa presentan una serie de cambios internos, sintiendo presión por las expectativas de sus padres así como también del grupo de pares, y están en constante exigencia académica y social.

Frydenberg y Lewis (1993, citado por Canessa, 2002), precisan el afrontamiento como una serie de acciones cognitivas y afectivas que se manifiestan como una reacción ante una preocupación en específico para reponer el equilibrio. Este conjunto de acciones se realiza resolviendo el problema (modificando o remediando la demanda), adaptándose al problema (sin solucionarlo) y otras presentan alguna incapacidad para manejar la demanda (desesperándose y enfermándose). Es así como presenta la Escala de Afrontamiento para Adolescentes, ACS por su nombre original en inglés “Adolescent Coping Scale”, para identificar las estrategias de afrontamiento más usadas por los adolescentes, esta escala presenta 18 estrategias de afrontamiento, que se encuentran dentro de tres estilos básicos de afrontamiento:

- Estilo resolver el problema: se refiere a un afrontamiento directo y activo, que al mismo tiempo está compuesto por seis estrategias de afrontamiento, iniciando por centrarse en resolver el problema (estudia y analiza el problema para darle una solución), esforzarse y tener éxito (manifiestan conductas que demuestran compromiso, interés y dedicación), invertir en amigos íntimos (buscar alguna relación de carácter personal e íntimo), fijarse en lo positivo (presenta una mirada optima y una orientación por ver el lado positivo de las situaciones), distracción física (entrega al deporte y a

- mantenerse en físico), y culminando por buscar diversiones relajantes (actividades relajantes así como también de ocio).
- Estilo de referencia a otros: consiste en buscar soporte y ayuda de los demás, se encuentra conformado por cuatro estrategias: buscar apoyo social (comunicar el problema a otras personas para solucionarlo), acción social (accede a compartir el problema con otros para organizar alguna actividad y así poder solucionarlo), buscar apoyo espiritual (cree en un Dios o líder espiritual y emplea la oración) y buscar ayuda profesional (acude a personas con una apropiada capacitación).
 - Concluyendo por el estilo de afrontamiento no productivo: evidencia dificultad para afrontar alguna situación aversiva; si bien utilizan estrategias evitativas y no fructíferas, estas no llevan a la solución del problema. Está constituida por ocho estrategias: preocuparse (miedo por el futuro), búsqueda de pertenencia (angustia por la interacción con las personas y por la opinión de ellos), hacerse ilusiones (pensamiento que todo ira bien y habrá un buen final), falta de afrontamiento (insuficiencia para enfrentar un problema y propensión a presentar síntomas psicosomáticos), reducción de la tensión (intenta sentirse bien y evitar percibir la presión del problema), ignorar el problema (esfuerzo consciente por desentenderse de la dificultad), autoinculparse (sentirse responsable de la situación que le genera estrés), y finalmente reservarlo para sí (aislarse del resto para que no conozcan el problema).

Seiffge-Krenke (2000, citado por Barcelata, 2015) presenta una orientación semejante, manifestando la importancia de la funcionalidad del afrontamiento, asimismo establece un estilo funcional del afrontamiento donde se manifiesta un empeño por conducir los problemas o estresores mediante las acciones precisas de buscar soluciones, búsqueda activa de apoyo o reflexiones de las posibles soluciones, así como también muestra un estilo disfuncional donde existe dificultad para solucionar el problema, específicamente en las defensas como la negación o represión así como también la evitación. Ante ello desarrolló el Cuestionario de Afrontamiento a través de situaciones, CASQ, por sus iniciales en inglés, “Coping Across Situations Questionnaire”, el cual está constituida de 20 estrategias, las cuales comprenden el establecer un compromiso, esperar lo peor, rehusar preocuparse, dirigirse a las amistades y a los padres, utilizar las drogas, etc. Estas estrategias pueden ser usadas en ocho distritos dominios, tales como la escuela, con sus amistades o con sus padres, etc.

En cuanto al modelo de Connor-Smith y Compas (2004, citado por Barcelata, 2015) definen 19 estrategias de afrontamiento agrupadas en 5 factores, siendo muy importante las respuestas voluntarias e involuntarias, dentro de las respuesta involuntarias se encuentra el afrontamiento comprometido (manejar las situaciones o emociones) y el no comprometido (evitación de las situaciones estresantes), en cuanto a las respuestas voluntarias se encuentran el afrontamiento de control primario comprometido (solución de problemas), en el afrontamiento de control secundario comprometido (adaptación al estrés) y por último el afrontamiento secundario no comprometido (respuestas disfuncionales).

2.3.3. Adolescencia

De acuerdo con Moreno (2015) la adolescencia es un ciclo vital, que se encuentra conformada por una gran suma de cambios, los cuales perjudican a todos los aspectos básicos de un individuo; siendo estas modificaciones como un segundo nacimiento, según varios autores; en estos cambios se modifican las estructuras corporales, la identidad, pensamiento y la interacción tanto con la familia como con la sociedad.

En cuanto a la palabra adolescencia, tiene su origen en el término latín “adolescere”, el cual supone “madurar” y “crecer”, es por ello que la adolescencia es un estadio único, es un periodo de transición entre la finalización de la infancia y el comienzo de la edad adulta donde se irá conduciendo a la madurez; esta etapa se inicia entre los 11 a 12 años y puede finalizar alrededor de los 18 o 20 años. Ante el extenso rango que se manifiesta en los adolescentes, se han instaurado subetapas, es así que se habla de una adolescencia temprana entre los 11 y 14 años, una adolescencia media entre los 15 y 18 años y una adolescencia tardía desde los 18 años, cabe resaltar que en la subetapa temprana se establece una gran cantidad de cambios físicos y contextuales (Moreno, 2015).

Si bien en la adolescencia se habla de una etapa de madurez, éstas se dan en tres ámbitos, la biológica, psicológica y social. En cuanto a la madurez biológica, es comprendido como el término del desarrollo sexual y físico, si bien está vinculada con el advenimiento de la pubertad, presenta un concepto distinto al de adolescencia, ya que en la pubertad se producen cambios físicos que suelen suceder a partir de los 9 y 10 años, mientras que en la adolescencia no solo ocurren cambios físicos, sino transformaciones psicológicas, sociales y culturales.

En relación con la madurez psicológica, los adolescentes tienen como finalidad reorganizar su identidad, la cual comprende un nuevo concepto de sí mismo, independencia emocional, compromiso con los valores, y una adecuada actitud frente a la sociedad, extendiéndose estos cambios durante toda la adolescencia. En tercer lugar, se encuentra la madurez social la cual se relaciona con el proceso de emancipación, permitiendo que los adolescentes puedan estar en la posición de adultos, adoptando independencia económica, administrando los recursos, teniendo autonomía personal y la creación de una residencia propia, todo ello sellaría el fin de la adolescencia y el inicio de la adultez (Moreno 2015).

Ante lo mencionado se debe tomar en cuenta que la cantidad, la amplitud y la magnitud de los cambios que se dan en la etapa de la adolescencia, producen al individuo una nueva organización corporal, psicológica y social, los cuales pueden variar en cada persona. (Moreno, 2015).

El transitar por el periodo de la adolescencia no para nada sencillo sino por el contrario es un momento de excesiva fragilidad, a causa de los cambios que presentan, ya sean psíquicos, físicos o sociales, produciendo que algunos adolescentes se encierren en sí mismos, evitando manifestar sus sentimientos o lo que les sucede, tratando de responsabilizar sus dificultades hacia otras personas, especialmente a los padres, siendo ésta, una manera de evadir responsabilidad y culpa, si bien no lo realizan de manera voluntaria, es parte del desarrollo de la adolescencia (Izcovic, 2017).

En términos generales se puede observar que, conforme pasa el tiempo, los adolescentes van construyendo una identidad integrada que es flexible y adaptable, entablando amistades satisfactorias y agradables, manteniendo una

autoestima positiva, interactuando eficazmente con padres y maestros, así como también, establecer metas en la vida. Ciertos adolescentes presentan dificultades para seguir aquel proceso de identidad, a causa de predisposiciones biológicas y a experiencias ambientales, originando poco control de impulsos, poca tolerancia a la ansiedad y compromiso disminuido con los valores, relaciones o metas. (Foelsch, Schlüter-Müller y Odom, 2015), por lo cual se inclina a buscar refugio en situaciones complicadas de controlar y que pueden exponerlos a condiciones riesgosas (Mosso, 2015).

2.3.3.1. Cambios en la adolescencia

a) Cambios biológicos

En el periodo de la adolescencia se suscitan numerosos cambios orgánicos internos y externos, formando un perfil corporal de los futuros hombres o mujeres adultos. Aquel proceso de transición en el aspecto físico se designa pubertad.

En cuanto a las mujeres, predomina el crecimiento de vellos en las axilas y genitales, su voz se vuelve más aguda al presentar las cuerdas vocales más cortas y la laringe poco desarrollada, su cintura se estrecha, su cadera se ensancha, se desarrolla el busto y presenta menor estatura que el varón. Siendo lo más trascendental, la maduración de óvulos, es decir la primera menstruación.

En cuanto al hombre desarrolla mayor cantidad de vellos tanto en las axilas y genitales como en otras partes del cuerpo, brota la barba, la voz se torna más grave ya que la laringe y las cuerdas vocales son más grandes, se observa la nuez de Adán en la garganta, asimismo presenta mayor desarrollo muscular y es más fornido, se ensancha el tórax y la cadera, presenta mayor estatura que la mujer,

para culminar, en cuanto a su desarrollo reproductivo, presenta producción de espermatozoides mediante su eyaculación (Mosso, 2015).

b) Cambios psicológicos

Mosso (2015), señala que Arminda Aberastury circunscribe los cambios psicológicos en tres duelos:

Duelo por el cuerpo de la infancia: abandona su cuerpo de niño al suceder una serie de cambios corporales importantes, estos cambios pueden ser externos, como internos, surgiendo la aparición de la menstruación y el semen, por lo cual se originan preguntas por la identidad sexual y la posición que tienen, así como también la manera de vivir la sexualidad con los demás. La preparación de este duelo conducirá en un futuro en la identidad sexual adulta.

Duelo por la identidad infantil: debido al proceso de cambio, la identidad infantil va siendo reemplazado por otros modelos. Entendiendo por identificación, como el proceso psicológico donde el individuo incorpora el atributo de un modelo ya sea total o parcialmente, comenzando una etapa de búsqueda de actividades gratificantes fuera del hogar, ya sean los amigos, las relaciones amorosas o sociales. Es en este duelo donde se realiza una competencia entre dependencia e independencia, tratándose de momentos de satisfacciones e insatisfacciones, de pérdidas, pero también de hallazgos, adquiriendo mayor importancia los pares, es decir el grupo de compañeros y amistades.

Duelo por los padres de la infancia: los adolescentes ansían desprenderse de las limitaciones o de las normas paternas, y al mismo tiempo presentan temor perder estas maneras de vincularse. Es por ello, que intentan conservar los vínculos de protección y atenciones de sus padres hacia ellos, cuando eran niños. Esto trae

desconciertos, contradicciones, reclamos sin fundamentos y oposición con los adultos o sus padres. Las funciones y roles entre padres e hijos se desestructuran, se modifican. No es lo mismo un hijo adolescente que un niño. De igual forma, tampoco lo es ser padres de adolescentes que de niños (Mosso, 2015).

c) Cambios cognitivos en la adolescencia

Para Urbano y Yuni (2016) la adolescencia es un estadio evolutivo, puesto que ocurren una serie de cambios cuantitativos y cualitativos en las capacidades cognitivas de los individuos, revelando amplias diferencias y transformaciones en el pensamiento.

De este modo, cuando se habla de habilidades cognitivas o formas de pensar de los adolescentes, se alude a los procesos y estrategias que realizan para conocer o apreciar la realidad, ya sea en los aspectos internos (las sensaciones, emociones, esquemas afectivos y mentales) o aspectos externos (la sociedad, moda, el medio ambiente, etc.) (Urbano y Yuni, 2016).

Para Piaget e Inhelder, el proceso del desarrollo cognitivo, en la etapa de la adolescencia, abarca una gran diversidad de cambios en su funcionamiento intelectual, es decir, en este estadio se va adquiriendo mayor conocimiento, se desarrolla y va siendo más compleja sus habilidad para pensar, percibir y comprender el mundo, por lo cual los adolescentes aprenden a recurrir a aquellas habilidades para poder solucionar los problemas diarios y así tratar de adaptarse a la evolución que atraviesan (Urbano y Yuni, 2016).

Urbano y Yuni (2016) refieren que el desarrollo intelectual y cognitivo en la adolescencia, está completamente asociada con las características personales (como la personalidad, emociones y características intelectuales), así como

también del entorno sociocultural de la persona, es por todo lo anterior, que el desarrollo cognitivo no puede comprenderse como una cualidad aislada, puesto que los aspectos personales y sociales influirán en el individuo.

Uno de los aspectos más importantes del desarrollo cognitivo es el pensamiento abstracto, el cual refiere que el individuo comienza a construir sus propias teorías, a reflexionar de sí mismo y a cimentar un sistema de creencias.

Urbano y Yuni (2016) mencionan que una de las dinámicas del pensamiento adolescente son los mecanismos de defensa, los cuales se presentan cuando el adolescente se encuentra en un proceso de transición entre la pérdida del rol de niño y el inicio de la vida adulta, siendo ésta, una situación hostil que no puede evitarlo, recurre al pensamiento haciendo uso de mecanismos defensivos como la intelectualización y la fantasía para que pueda reducir el malestar que le produce iniciar a la vida adulta.

2.3.3.2. Identidad sexual en la adolescencia

Es un concepto que abarca tres aspectos, siendo el primero de identidad de sexo, el cual es el componente biológico de las características físicas de hombres y mujeres; seguido de identidad de género, caracterizado por el papel o rol sexual, que generalmente está asociado de acuerdo al contexto social y cultural; por último tenemos a la orientación sexual, que se relaciona con las conductas, fantasías y gustos relacionadas con el sexo del individuo que abrirá atracción o deseos sexuales, dentro de esta orientación sexual se puede considerar o calificar a los sujetos como heterosexuales, homosexuales o bisexuales (Pinilla, Sánchez y Campo, 2003).

2.3.3.3. Factores de riesgo en adolescentes

Debido a que la etapa de la adolescencia presenta una serie de cambios, los individuos muestran una mayor inestabilidad en todos los ámbitos, por ende, es vulnerable a una mayor exposición al riesgo, involucrándose con diferentes conductas de peligro, como embarazos no deseados, consumo de drogas, incidentes de tránsito, etc. (Almario, 2016).

Es importante destacar que para Castillo (2016) los adolescentes de la actualidad están afectados por el “instantaneismo hedonista”, el cual se basa en la consideración extrema del presente, ignorando el pasado ya que para ellos está muerto y el futuro aún no ha llegado. Este fenómeno tiene como propósito vivir apresuradamente, robar todo apresuradamente, tener diversas experiencias, exigiendo que sus caprichos sean satisfechos rápidamente ya que piensan que son sus derechos. En consecuencia, son adolescentes que carecen de cualquier tipo de proyecto a futuro, debido a que solo piensan en la diversión, placer y goce del momento, predisponiendo a tener una conducta de riesgo.

Por su parte, López (2014) diferencia el término “factor de riesgo” y “conducta de riesgo”, siendo el primer término las características individuales del adolescente y del entorno cercano, que pueden exponer a peligros relacionados con la integridad física, social y psicológica, asimismo el individuo presenta dificultades para afrontar diversas demandas o situaciones estresantes. Cuando se habla del segundo término, es decir de conducta de riesgo, se vincula con patrones persistentes de la conducta del adolescente, relacionado con sufrir un daño a sí mismo o hacia otros, así como también alteraciones en su desarrollo; entre las conductas de riesgo se puede observar las relacionadas con los hábitos de

consumo de alcohol y tóxicos, embarazo adolescente, abandono precoz de la formación académica y las que provienen del uso de la violencia.

Al respecto, para López (2014) las conductas de riesgo se pueden comprender de dos maneras, la primera es cuando el adolescente ya está vinculado a una situación de peligro y la segunda cuando el adolescente no está implicado, pero por factores (psicológicos, culturales, biológicos, sociales, etc.) propias de la edad, podrían promover una situación de inseguridad que atente contra su integridad e incluso contra su vida. Ante lo mencionado se concluye que, al hablar de conducta de riesgo, nos referimos a cierto tipo de conducta o comportamiento en el adolescente, donde hay una mayor probabilidad de ocasionar consecuencias negativas tanto a nivel personal como social.

Estas conductas de riesgo presentan diversos enfoques, el primero es el biológico, que está vinculado con los efectos hormonales propios de la etapa adolescente y la predisposición genética; en cuanto al enfoque psicológico, se encuentran los estilos de personalidad, problemas emocionales, autoestima y sentimientos de soledad o aislamiento. En relación con el enfoque conductual se basa en que los adolescentes aprenden diversas conductas inadecuadas, producto de las influencias externas y ambientes sociales (López, 2014). Por último, se encuentra el enfoque cognitivo conductual, el cual se fundamenta en que los procesos cognitivos (como el pensamiento, creencias, expectativas, actitudes, etc.), que sean desadaptativos pueden conducir al adolescente a comportarse de una forma inadecuada (Nicolson y Ayers, 2012).

De las afirmaciones anteriores, Begoña (2009) especifica que el factor cognitivo es el más resaltante en las conductas de riesgo en los adolescentes puesto que, en

este periodo se presenta limitaciones para el razonamiento probabilístico, implicando una percepción disminuida del peligro, realizando diversos comportamientos arriesgados. Mientras tanto en campo de las neurociencias, se explica que las conductas de riesgo en los adolescentes se dan, debido que la corteza prefrontal, responsable de planificar las acciones, tomar decisiones y autocontrolar el comportamiento, se encuentra aún inmadura en la adolescencia hasta la llegada de la adultez, ocasionando que los adolescentes puedan tomar decisiones arriesgadas e impulsivas.

Pedrero, Pérez y Morón (2016) manifiestan que los comportamientos de riesgo presentan tres sistemas esenciales relacionados, en primera instancia se encuentra el entorno, con los acontecimientos externos del adolescente, en segundo lugar, está la consecuencia de su comportamiento, el cual reforzará o no la conducta de riesgo, y por último se hallan los procesos cognitivos que median entre la interacción del sujeto y su contexto.

En cuanto a Begoña (2009), investigó que los varones son quienes más se exponen a las conductas de riesgo a diferencia de las mujeres, ya que éstas presentan niveles más altos de activación fisiológica, así como también el ámbito cultural influye en las diferencias de género, puesto que se espera que las adolescentes sean más prudentes o reflexivas y de ellos que sean osados y arriesgados.

De las afirmaciones anteriores se puede entender que los adolescentes tienden a exponerse a diferentes conductas problemáticas, puesto que, evalúan el riesgo y la recompensa de una manera diferente a la del adulto, dándole más prioridad a la recompensa, es decir a satisfacer sus gustos inmediatos, a pesar de exponerse a

diversas situaciones peligrosas que puedan existir (Laurence Steinberg, 2001, citado por Almario, 2016). Es así como optan por una mayor independencia, tratan de construir una identidad propia, desplazando a sus padres, y otorgándole mayor valor e importancia a sus amistades, teniendo como prioridad ser aceptados por ellos (Borrás, 2015).

Cabe resaltar que no todos los adolescentes actúan de la misma manera ni se exponen a los peligros que pudieran acontecer, asimismo las conductas de riesgo que se presentan en esta etapa no necesariamente van a tener una evolución hacia lo antisocial o autodestructivo, puesto que dependerán de muchos factores, que podrían reforzar o disminuir aquellas conductas; como la personalidad, familia y el entorno (López, 2014).

2.3.4. Gestión educativa en Perú

En nuestro país, las instituciones educativas se clasifican en tres tipos de gestión, en primer lugar tenemos a las “públicas de gestión directa”, las cuales pueden ser gestionadas por autoridades educativas del sector de educación, así como también por otra entidad del sector público (por ejemplo las FF.AA) o las municipalidades; en segundo lugar encontramos a las “públicas de gestión privada”, donde pueden gestionarse a través de entidades privadas (personas naturales o jurídicas) sin fines de lucro; por último tenemos a la gestión “privada”, que son conducidas por personas jurídicas o naturales, con o sin finalidad lucrativa (Leyva, 2017).

Dentro de la primera gestión denominada “públicas de gestión directa”, tenemos diversos tipos de sectores que gestionan las instituciones educativas estatales, pero detallaremos dos de ellas, comenzando por el sector público educativo, donde el servicio educativo está dirigido a cualquier niño o adolescente que desee estudiar,

en cuanto a los encargados de sostener el centro educativo, ya sea en las estructuras administrativas y pedagógicas, son los docentes y directores, quienes deben contar con un título pedagógico, de segunda especialidad, o estar laborando en el nivel educativo (Ministerio de Educación, 2017).

En relación con el segundo sector, se encuentra una organización pública como es el de la fuerza aérea del Perú, quienes brindan un servicio educativo para los hijos del personal militar y otros, teniendo como ente encargados de la dirección de administración, al personal de la FAP como coroneles o comandantes (CASED, 2018). Esta administración se encuentra organizada por el director, suubdirector, departamento técnico pedagógico, departamento de psicología, departamento de calidad educativa, departamento de planes, oficina de inspectoría, oficina de economía y finanzas, departamento administrativo, departamento logístico, oficina de prevención de accidentes, oficina de asesoría legal y oficina de información e imagen institucional.

Asimismo, la misión de aquella institución educativa es “Ser reconocidos como líderes en la formación escolar y ocupacional por su calidad en la docencia, infraestructura y tecnología educativa con participación plena de los padres y con el reconocimiento de sus alumnos por sus niveles de excelencia académica en el ámbito nacional e internacional” (CASED, 2018). Es por ello que, aparte de los servicios pedagógicos que ofrecen, se encuentra como parte fundamental el departamento de psicología y los diversos talleres de deporte tales como fútbol, voleibol, básquet, atletismo, tenis de mesa, natación, karate y Step Up.

Cabe resaltar que los encargados de regular y supervisar las actividades y servicios que brindan las instituciones educativas son las Direcciones Regionales

de Educación (DRE) en coordinación con las Unidades de Gestión Educativa Locales (UGEL) (Leyva, 2017).

2.4. Definición de términos básicos

Estrés: es una correlación particular entre el sujeto y el entorno que es estimado como una amenaza que desborda sus recursos, poniendo en peligro su bienestar (Lazarus y Folkman, 1984).

Afrontamiento: serie de acciones cognitivas y afectivas que se manifiestan como una reacción ante una preocupación en específico para poder reponer el equilibrio. Este conjunto de acciones que pueden realizarse resolviendo el problema, adaptándose a la preocupación sin dar una solución y otras presentan alguna incapacidad para manejar la demanda (Frydenberg y Lewis, 1993, citado por Canessa, 2002).

Estilos de afrontamiento: disposiciones personales, características estables y forma habitual de afrontar el estrés que orientan al sujeto a pensar y actuar de una manera permanente. Influyen en las estrategias de afrontamiento (Frydenberg y Lewis, 1997, citando en Segura, 2013).

Estrategias de afrontamiento: respuestas que pueden variar de acuerdo con la situación y contexto, para hacer frente a las demandas ambientales cuando exceden los recursos de la persona (Frydenberg y Lewis, 1993, citado por Canessa, 2002).

Adolescencia: etapa de la vida del ser humano que se da entre la culminación de la infancia y el comienzo de la edad adulta, aproximadamente desde los 10 años hasta los 18 años. En esta etapa ocurren muchos cambios ya sean biológicos, psicológicos y sociales, que pueden generar estrés y ansiedad (Moreno, 2015).

Sexo: componente biológico de las características físicas de varones y mujeres (Pinilla, Sánchez y Campo, 2003).

Gestión educativa: se encarga de dirigir y sostener un centro educativo, ya sea en el aspecto administrativo y pedagógico, el cual va a permitir que los estudiantes sean capaces de convivir en un ambiente escolar eficaz (Leyva, 2017).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Supuestos científicos

La presente investigación se fundamenta en el supuesto de Frydenberg y Lewis (1993, citado por Canessa, 2002) quienes señalan que el afrontamiento es una serie de acciones cognitivas y afectivas que se manifiestan por una reacción ante una preocupación en específico para poder reponer el equilibrio. Este conjunto de acciones que pueden realizarse resolviendo el problema (modificando o remediando la demanda), adaptándose al problema (sin dar una solución) y otras presentan alguna incapacidad para manejar la demanda (desesperándose y enfermándose).

3.2. Hipótesis

H₁ Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del Estilo de “Resolución de problemas” (Resolver el problema, esforzarse y tener éxito, amigos íntimos, fijarse en lo positivo, diversiones relajantes y distracciones físicas) en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando el sexo.

H₂ Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del Estilo de “Referencia hacia otros” (Apoyo social, acción social, apoyo espiritual y apoyo profesional) en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando el sexo.

H₃ Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del Estilo de “Afrontamiento no productivo” (Preocuparse, buscar pertenencia, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, ignorar el problema,

autoinculparse y reservarlo para sí) en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando el sexo.

H₄ Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del Estilo de “Resolución de problemas” (Resolver el problema, esforzarse y tener éxito, amigos íntimos, fijarse en lo positivo, diversiones relajantes y distracciones físicas) en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando la gestión educativa.

H₅ Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del Estilo de “Referencia hacia otros” (Apoyo social, acción social, apoyo espiritual y apoyo profesional) en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando la gestión educativa.

H₆ Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del Estilo de “Afrontamiento no productivo” (Preocuparse, buscar pertenencia, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, ignorar el problema, autoinculparse y reservarlo para sí) en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, considerando la gestión educativa.

3.3. Variables de estudio o áreas de análisis

Las variables consideradas en este trabajo son:

Afrontamiento

Estrategias de afrontamiento: Concentrarse en resolver el problema (Rp), Fijarse en lo positivo (Po), Distracción física (Fi), Diversiones relajantes (Dr), Esforzarse y tener éxito (Es), Buscar apoyo social (As), Invertir en amigos íntimos (Ai), Buscar pertenencia (Pe), Buscar apoyo espiritual (Ae), Buscar ayuda profesional (Ap), Acción

social (So), Preocuparse (Pr), Hacerse ilusiones (Hi), Falta de Afrontamiento (Na), Reducción de la tensión (Rt), Ignorar el problema (Ip), Auto inculparse (Cu) y Reservarlo para sí (Re).

Variables intervinientes:

Sexo: Condición biológica que distingue a las personas en dos posibilidades hombre o mujer.

Gestión educativa: colegio público y colegio FAP

CAPÍTULO IV

MÉTODO

4.1. Población, muestra o participantes

La población se encuentra conformada por todos los estudiantes del quinto de secundaria de dos instituciones educativas, una de ellas estatal y la otra de la Fuerza Aérea del Perú matriculados en el año 2018.

Para realizar esta investigación, se utilizó el tipo de muestreo no probabilístico (Hernández, Fernández y Baptista, 2014) considerando el criterio intencional, en el cual el investigador selecciona a los individuos según su necesidad, tratando de equiparar diferentes cualidades de la muestra de manera intencional con objeto de obtener la muestra más representativa posible el cual constituye una estrategia válida para la recolección de datos, en especial para muestras específicas.

La muestra es conformada por 173 estudiantes del quinto de secundaria, siendo el 53,2% femenino y el 46,8% masculino cuyo rango de edades oscilan entre los 14 y 20 años.

4.2. Tipo y diseño de investigación

Se trata de una investigación que corresponde a un nivel descriptivo. El cual radica en describir, especificar, analizar e interpretar las características de personas, procesos o grupos, así como también de un conjunto de hechos o fenómenos y sus variables, pretendiendo recoger información ya sea de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables que se desean investigar.

El diseño es no experimental, ya que no se manipulan las variables, observando el fenómeno tal y como se dan en el contexto natural, para posteriormente analizarlos

Específicamente se usa el diseño descriptivo-comparativo, ya que se recolecta información relevante en varias muestras con respecto a un mismo fenómeno o aspecto de interés y luego se realizan las descripciones comparativas entre los resultados (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

4.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La recolección de datos se realizó de manera colectiva, en las aulas clase del quinto año de secundaria de dos instituciones educativas de Lima Metropolitana.

Los sujetos que participaron en la investigación respondieron la Escala de Afrontamiento para Adolescentes-ACS, que consigna 80 ítems, por un tiempo aproximado de 40 minutos.

Se impartieron las instrucciones correspondientes, informando que la prueba era anónima, para que de esta manera los adolescentes de quinto de secundaria puedan contestar la prueba de una manera más real.

Se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – ACS, cuyo detalle se presenta a continuación.

Ficha Técnica

Nombre de la prueba: Escala de Afrontamiento para Adolescentes

Nombre original: Adolescent Coping Scale (ACS)

Autor: Erica Frydenberg y Ramon Lewis (1993) – Australia

Adaptación psicométrica: Beatriz Canessa (2002) – Lima Metropolitana

Objetivo: Evaluación de las estrategias de afrontamiento (Coping), al estrés de los adolescentes.

Subescalas: Las 18 escalas del ACS han sido rotuladas de tal manera que reflejen el constructo inherente en los ítems.

El ACS consta de 80 ítems, 79 de tipo cerrado y un ítem final de tipo abierto, que admite evaluar 18 estrategias de afrontamiento descritas anteriormente por Frydenberg y Lewis. Los 79 ítems cerrados se puntúan mediante una escala Likert de cinco puntos: No me ocurre nunca o no lo hago (1), Me ocurre o lo hago raras veces (2), Me ocurre o lo hago algunas veces (3), Me ocurre o lo hago a menudo (4) y Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia (5). Los 79 ítems se agrupan en 18 estrategias de afrontamiento, cada uno de los cuales se encuentran entre cuatro y ocho estrategias.

a) Estilo Resolver el Problema: que comprende 6 estrategias

- Concentrarse en resolver el problema (Rp): brinda posibles soluciones a los problemas, estudiando y examinando los diversos puntos de vista u opciones.
- Esforzarse y tener éxito (Es): se relaciona con conductas de compromiso, ambición y dedicación.
- Invertir en amigos íntimos (Ai): esfuerzo por comprometerse en alguna relación de tipo personal íntimo, búsqueda de relaciones personales íntimas.
- Fijarse en lo positivo (Po): visión positiva y optimista de la situación actual y una predisposición a ver el lado bueno de las cosas y estimarse afortunado.
- Buscar diversiones relajantes (Dr): búsqueda de actividades de ocio y relajantes, como pintar o leer.
- Distracción física (Fi): entrega al deporte, esfuerzo físico y a conservarse en forma.

b) Estilo Referencia a otros: comprende 4 estrategias de afrontamiento

- Buscar apoyo social (As): orientación a compartir la dificultad con los demás y buscar apoyo para solucionarlo.

- Acción social (So): disponer que los demás sepan cuál es el problema para tratar de obtener ayuda organizando actividades como reuniones o grupos.
- Buscar apoyo espiritual (Ae): orientación a rezar, utilizar la oración y a creer en la asistencia de un líder espiritual o Dios.
- Buscar ayuda profesional (Ap): toma en cuenta la opinión de profesionales, como maestros u otros consejeros.

c) Estilo de Afrontamiento no productivo: presenta 8 estrategias

- Preocuparse (Pr): miedo por el futuro en general y preocupación por la felicidad futura.
- Hacerse ilusiones (Hi): conserva la esperanza y tiene la perspectiva que todo tendrá un buen final.
- Falta de afrontamiento (Na): incapacidad de la persona para afrontar el problema, desarrollando síntomas psicósomáticos.
- Ignorar el problema (Ip): tiende a negar el problema y se desentiende de él.
- Reducción de la tensión (Rt): tiene como propósito sentirse mejor y relajar la tensión.
- Reservarlo para sí (Re): el individuo se aparta de los demás, evitando que sepan de sus problemas.
- Autoinculparse (Cu): el individuo tiende a responsabilizarse de los problemas o preocupaciones que se le presentan.
- Buscar pertenencia (Pe): preocupación e interés por lo que piensen los demás y por las relaciones sociales.

En cuanto a la validez realizada por Frydenberg y Lewis en la prueba ACS, se ejecutaron tres análisis factoriales mediante la técnica de los componentes principales con rotación Oblimin para cada ítem, concluyendo que, las 18 escalas tenían validez de

constructo, sustentando la coexistencia de aquellas dimensiones. Asimismo, en relación con la confiabilidad, se realizó un análisis de correlación test – retest. Encontrando que once ítems no proyectaron correlaciones significativas, no obstante, alcanzaron en dos aplicaciones, respuestas alejadas en un 70% de los individuos, ante ello, autores llegaron a la terminación que todos los elementos cumplen las normas de estabilidad. Además, los coeficientes test – retest para las subescalas estuvieron entre .49 y .82 para la forma específica y entre .44 y .84 para la forma general. Así como también, la prueba reporta coeficientes de consistencia interna entre .62 y .87 para la forma específica y entre .54 y .84 para la forma general (Frydenberg y Lewis, 1997, citado por Peirano, 2017).

En Perú, Canessa (2002) efectuó la adaptación del ACS a la población peruana, la muestra estuvo conformada por 1236 adolescentes escolares de ambos sexos cuyas edades fluctuaban entre los 14-17 años, que realizaban sus estudios en instituciones educativas estatales y particulares de Lima Metropolitana. Realizó alteraciones en el número y redacción de los ítems, aplicando la versión modificada a una muestra piloto. Luego de ello, se variaron las instrucciones, las alternativas de respuesta y la redacción de algunos ítems, obteniendo así la versión revisada (ACS Lima). Encontrando una correlación ítem – test mayor a .20 para 79 de los 80 ítems de la prueba. Así mismo, se obtuvieron índices del coeficiente alfa de entre .48 y .84, reafirmando la fiabilidad de las escalas.

En referencia a la validez, se utilizaron tres análisis factoriales exploratorios de los ítems, consiguiendo 6 factores en cada análisis, que manifestaron el 50.2 %, 50.3 % y 49.7 % de la varianza total respectivamente. En cuanto a las escalas, por medio de un análisis factorial se estableció seis factores que explicaron el 67.6 % de la varianza total, determinando así la validez del constructo.

En relación con la confiabilidad (Alfa de Cronbach) se determina que las escalas que conforman la prueba oscilan entre .01 y .89., debido a una baja consistencia interna de algunas escalas, por lo cual se estableció no tomar en cuenta para posteriores análisis estadísticos aquellas escalas cuyo coeficiente de confiabilidad sea menor a .40. Las escalas con sus respectivos coeficientes de confiabilidad son: Preocuparse .20, Hacerse ilusiones .26, No afrontamiento .38 y Buscar diversiones relajantes .01. Por último, la mayoría de los ítems que conforman la prueba obtuvieron índices ítem-factor corregido superiores a .20; a excepción de los ítems 2, 4, 8, 9, 12, 18, 22, 23, 29, 33, 36, 41, 44, 46, 54, 58, 62, 64, 66, 75, 77, 78 y 79.

4.4. Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos

En cuanto a la recolección de datos, en primer lugar, se contactó con los directores de las dos instituciones educativas para solicitar el permiso verbal y escrito, seguidamente se coordinaron las fechas en las cuales se evaluarían a los alumnos, culminando por la aplicación del inventario en los estudiantes en los horarios pactados.

Se utilizó el programa SPSS para procesar los datos, en primera instancia, se usó la prueba de Kolmogorov Smirnov para determinar la distribución estadística de los datos, encontrando una distribución no normal, por lo cual se procedió a optar por una prueba no paramétrica, en este caso, la U de Mann Whitney.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1 Presentación de datos

Los resultados alcanzados en la investigación se presentan de acuerdo a los objetivos planteados en el trabajo, contrastando las hipótesis planteadas en base al marco teórico desarrollado.

5.2. Análisis de datos

5.2.1. Análisis estadístico referido al objetivo general

Se sometieron las observaciones obtenidas a la Prueba Kolmogorov-Smirnov (tabla 1) para determinar si la distribución de las puntuaciones se relaciona con una distribución normal, y luego se procedió con el análisis estadístico correspondiente para determinar las diferencias entre as variables estudiadas.

5.2.1.1. Prueba de bondad de ajuste

Como se observa en la tabla 1, se utilizó la Prueba de Bondad de Ajuste Kolmogorov-Smirnov, para determinar si la distribución de las puntuaciones es normal o no. En la Escala de Afrontamiento el nivel de significación es de 0.00, por tanto, se acepta la hipótesis nula, la cual indica que los datos si difieren de la distribución normal, por lo cual en los análisis estadísticos se utilizaron las pruebas no paramétricas.

Tabla 1.

Prueba de Bondad de ajuste en la Escala de afrontamiento, con Kolmogorov-Smirnov

| | Media | Desviación típica | Z de Kolmogorov- Smirnov | Sig. asintót. (bilateral) |
|--------------------------|-------|----------------------|--------------------------------|------------------------------|
| Resolver el problema | 52.78 | 30.746 | .113 | .000 |
| Esforzarse y tener éxito | 59.14 | 29.615 | .126 | .000 |
| Amigos íntimos | 48.21 | 30.162 | .097 | .000 |
| Fijarse en lo positivo | 60.92 | 29.816 | .130 | .000 |
| Diversiones relajantes | 51.56 | 29.299 | .131 | .000 |
| Distracciones físicas | 58.87 | 27.322 | .096 | .000 |
| Apoyo Social | 47.69 | 29.212 | .098 | .000 |
| Acción social | 71.48 | 27.059 | .194 | .000 |
| Escala Afrontamiento | 55.71 | 28.760 | .130 | .000 |
| Apoyo espiritual | 66.09 | 26.713 | .159 | .000 |
| Apoyo profesional | 51.94 | 30.162 | .111 | .000 |
| Preocuparse | 46.69 | 27.115 | .127 | .000 |
| Buscar pertenencia | 50.51 | 27.536 | .109 | .000 |
| Hacerse ilusiones | 54.43 | 30.553 | .096 | .000 |
| Falta de afrontamiento | 45.58 | 30.832 | .141 | .000 |
| Reducción de la tensión | 57.63 | 31.030 | .169 | .000 |
| Ignorar el problema | 42.54 | 28.572 | .129 | .000 |
| Autoinculparse | 49.52 | 28.388 | .106 | .000 |
| Reservarlo para sí | | | | |

5.2.1.2. Resultado de las estrategias de afrontamiento más utilizadas

Se realizó la determinación de las estrategias de afrontamiento más utilizadas, la tabla 2 muestra el resultado correspondiente al primer objetivo general, se observa que las estrategias funcionales más utilizadas son “fijarse en lo positivo” con un 49.9%, así

como también “esforzarse y tener éxito” con un 49.7%, correspondientes al estilo “Resolver el problema”; otras estrategias funcionales utilizadas y correspondiente al estilo “Con referencia a otros” son la de “acción social” (69.9%) y el de “apoyo profesional” (60.1%); finalmente, las estrategias disfuncionales del estilo “Afrontamiento no productivo” más utilizadas, son las de “no afrontamiento” e “ignorar el problema” con un 43.4% y 46.8% respectivamente.

Tabla 2.

Distribución porcentual de las estrategias de afrontamiento utilizadas por los adolescentes del quinto de Secundaria de Lima Metropolitana. (N=173)

| Estilos y Estrategias | Con frecuencia | Algunas veces | No las utiliza | Total % |
|--|----------------|---------------|----------------|---------|
| Estilo “Resolver el problema” | | | | |
| Resolver el problema | 41.0% | 13.9% | 45.1% | 100.00 |
| Esforzarse y tener éxito | 49.7% | 17.4% | 32.9% | 100.00 |
| Amigos íntimos | 31.8% | 20.8% | 47.4% | 100.00 |
| Fijarse en lo positivo | 49.9% | 25.6% | 24.5% | 100.00 |
| Diversiones relajantes | 44.5% | 16.8% | 38.7% | 100.00 |
| Distracción física | 46.8% | 24.9% | 28.3% | 100.00 |
| Estilo “Con Referencia a otros” | | | | |
| Apoyo social | 37.0% | 17.3% | 45.7% | 100.00 |
| Acción social | 69.9% | 15.6% | 14.5% | 100.00 |
| Apoyo espiritual | 43.9% | 27.7% | 28.4% | 100.00 |
| Apoyo profesional | 60.1% | 19.1% | 20.8% | 100.00 |
| Estilo “Afrontamiento No productivo o No afrontamiento” | | | | |
| Preocuparse | 41.0% | 13.3% | 45.7% | 100.00 |
| Pertenencia | 32.4% | 23.7% | 43.9% | 100.00 |
| Hacerse ilusiones | 39.3% | 17.3% | 43.4% | 100.00 |
| No afrontamiento | 43.4% | 18.5% | 38.1% | 100.00 |
| Reducción de la tensión | 35.3% | 14.5% | 50.2% | 100.00 |
| Ignorar el problema | 46.8% | 20.3% | 32.9% | 100.00 |
| Autoinculparse | 24.8% | 19.7% | 55.5% | 100.00 |
| Reservarlo para sí | 31.8% | 24.8% | 43.4% | 100.00 |

5.2.1.3. Análisis estadístico referido a los objetivos específicos

5.2.1.3.1. Resultado de la comparación de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema”, según el sexo.

Se analizó si existe diferencia en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema”, al tener en cuenta el sexo, la tabla 3 muestra los resultados correspondientes a la primera hipótesis, se evidencia que no existen diferencias estadísticamente significativas, para el análisis se utilizó la prueba U de Mann Whitney.

Tabla 3.

Diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema”, según el sexo, utilizando la prueba U de Mann Whitney.

| Estrategias de afrontamiento | Sexo | | U de Mann-Whitney | Sig. asintót. (bilateral) |
|------------------------------|----------------|----------|-------------------|---------------------------|
| | Rango promedio | | | |
| | Masculino | Femenino | | |
| Resolver el problema | 86.51 | 87.43 | 368.,000 | 0.903 |
| Esforzarse y tener éxito | 86.09 | 87.80 | 3652.000 | 0.821 |
| Amigos íntimos | 92.95 | 81.76 | 3244.000 | 0.142 |
| Fijarse en lo positivo | 81.00 | 92.28 | 3240.000 | 0.138 |
| Diversiones relajantes | 81.78 | 91.59 | 3303.500 | 0.197 |
| Distracciones físicas | 82.71 | 90.78 | 3378.500 | 0.289 |

5.2.1.3.2. Resultado de la comparación de las estrategias de afrontamiento del estilo “Referencia a otros”, según el sexo.

Se analizó la existencia de diferencias en las estrategias de afrontamiento del Estilo “Referencia a otros” teniendo en cuenta el sexo, la tabla 4 muestra los resultados de la

segunda hipótesis evidenciándose diferencias significativas entre hombres y mujeres en las estrategias de “apoyo social”, “acción social” y “apoyo espiritual”, con un nivel de significancia de .01, .00 y .05 respectivamente, para el análisis se utilizó la prueba U de Mann Whitney.

Tabla 4.

Diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Referencia hacia los otros” según el sexo, utilizando la prueba U de Mann Whitney.

| Estilos de afrontamiento | Sexo | | U de Mann-Whitney | Sig. asintót. (bilateral) |
|--------------------------|----------------|----------|-------------------|---------------------------|
| | Rango promedio | | | |
| | Masculino | Femenino | | |
| Apoyo Social | 96.51 | 78.63 | 2955.500 | 0.019 |
| Acción social | 102.13 | 73.68 | 2500.500 | 0.000 |
| Apoyo espiritual | 94.70 | 80.22 | 3102.500 | 0.050 |
| Apoyo profesional | 89.59 | 84.72 | 3516.500 | 0.522 |

5.2.1.3.3. Resultado de la comparación de las estrategias de afrontamiento del estilo “No Afrontamiento”, según el sexo.

Los resultados de la tercera hipótesis se muestran en la tabla 5, se observan las estrategias de afrontamiento del estilo “Afrontamiento no productivo” teniendo en cuenta el sexo, encontrándose diferencias significativas al 0.01 en las estrategias de “reducción de la tensión” a favor de los hombres y la estrategia de “reservarlo para sí” a favor de las mujeres, para el análisis se utilizó la prueba U de Mann Whitney.

Tabla 5.

Diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Afrontamiento No productivo o No afrontamiento” según el sexo, utilizando la prueba U de Mann Whitney.

| Estilos de afrontamiento | Sexo | | U de Mann-Whitney | Sig. asintót. (bilateral) |
|---------------------------------|----------------|----------|-------------------|---------------------------|
| | Rango promedio | | | |
| | Masculino | Femenino | | |
| Preocuparse | 83.15 | 90.39 | 3414.000 | 0.341 |
| Buscar pertenencia | 89.44 | 84.85 | 3528.500 | 0.546 |
| Hacerse ilusiones | 84.81 | 88.93 | 3548.500 | 0.588 |
| Falta de afrontamiento | 91.22 | 83.29 | 3384.500 | 0.298 |
| Reducción de la tensión | 97.66 | 77.61 | 2862.500 | 0.008 |
| Ignorar el problema | 80.02 | 93.15 | 3160.500 | 0.084 |
| Autoinculparse | 90.23 | 84.15 | 3464.000 | 0.424 |
| Reservarlo para sí | 76.86 | 95.92 | 2905.000 | 0.012 |

5.2.1.3.4. Resultado de la comparación de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema”, según la gestión educativa.

Se analizó la existencia de diferencias en las estrategias del Estilo de “Resolver el problema” al tener en cuenta la gestión educativa. La tabla 6 muestra los resultados correspondientes a la cuarta hipótesis, se observan que existe diferencia estadísticamente significativa en la estrategia “resolver el problema” (0.007) y diferencia significativa en la estrategia “diversiones relajantes” (0.044), a favor de la institución educativa de la Fuerza Aérea del Perú.

Tabla 6.

Diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Resolver el problema” según la gestión educativa, utilizando la prueba U de Mann Whitney.

| Estilos de afrontamiento | Gestión educativa | | U de Mann-Whitney | Sig. asintót. (bilateral) |
|--------------------------|-------------------|-------|-------------------|---------------------------|
| | Rango promedio | | | |
| | Estatal | FAP | | |
| Resolver el problema | 70.81 | 93.58 | 2265.500 | 0.007 |
| Esforzarse y tener éxito | 79.70 | 89.97 | 2710.000 | 0.220 |
| Amigos íntimos | 83.06 | 88.60 | 2878.000 | 0.509 |
| Fijarse en lo positivo | 85.73 | 87.52 | 3011.500 | 0.831 |
| Diversiones relajantes | 75.00 | 91.88 | 2475.000 | 0.044 |
| Distracciones físicas | 91.01 | 85.37 | 2874.500 | 0.501 |

5.2.1.3.5. Resultado de la comparación de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Referencia hacia los otros”, según la gestión educativa.

La tabla 7 muestra los resultados de la quinta hipótesis, observándose que no existen diferencias estadísticamente significativas al comparar las estrategias de afrontamiento del estilo “Referencia hacia los otros”, teniendo en cuenta la gestión educativa.

Tabla 7.

Diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Referencia hacia los otros” según la gestión educativa, utilizando la prueba U de Mann Whitney.

| Estilos de afrontamiento | Gestión educativa | | U de Mann-Whitney | Sig. asintót. (bilateral) |
|--------------------------|-------------------|-------|-------------------|---------------------------|
| | Rango promedio | | | |
| | Estatal | FAP | | |
| Apoyo Social | 78.42 | 90.49 | 2646.000 | 0.150 |
| Acción social | 76.46 | 91.28 | 2548.000 | 0.076 |
| Apoyo espiritual | 93.66 | 84.29 | 2742.000 | 0.263 |
| Apoyo profesional | 82.94 | 88.65 | 2872.000 | 0.495 |

5.2.1.3.6. Resultado de la comparación de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Referencia hacia los otros”, según la gestión educativa.

Se analizó la existencia de diferencias en las estrategias de afrontamiento del estilo “Afrontamiento No productivo” al tener en cuenta la gestión educativa, la tabla 8 muestra diferencias estadísticamente significativas en la estrategia “reservarlo para sí” (0.049), es decir, los alumnos del colegio estatal suelen ser más reservados.

Tabla 8.

Diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo de “Afrontamiento no productivo o No afrontamiento” según la gestión educativa, utilizando la prueba U de Mann Whitney.

| Estilos de afrontamiento | Gestión educativa | | Ef | Sig. asintót. (bilateral) |
|--------------------------|-------------------|-------|----------|------------------------------|
| | Rango promedio | | | |
| | Estatal | FAP | | |
| Preocuparse | 81.92 | 89.07 | 2821.000 | 0.394 |
| Buscar pertenencia | 78.23 | 90.57 | 2636.500 | 0.140 |
| Hacerse ilusiones | 79.56 | 90.02 | 2703.000 | 0.212 |
| Falta de afrontamiento | 91.91 | 85.00 | 2829.500 | 0.410 |
| Reducción de la tensión | 94.80 | 83.83 | 2685.000 | 0.190 |
| Ignorar el problema | 97.12 | 82.89 | 2569.000 | 0.089 |
| Autoinculparse | 79.33 | 90.12 | 2691.500 | 0.198 |
| Reservarlo para sí | 98.71 | 82.24 | 2489.500 | 0.049 |

5.3 Análisis y discusión de resultados

El objetivo de la presente investigación fue determinar las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes del quinto año de secundaria, así como identificar las diferencias al considerar el estilo de afrontamiento, sexo y gestión educativa. Ante lo mencionado, cabe resaltar que, existen investigaciones bajo el modelo teórico de

Frydenberg y Lewis, que intentan explicar qué estrategias de afrontamiento al estrés utilizan los adolescentes, encontrándose que indistintamente usan estrategias de los tres estilos (resolución de problema, referencia hacia otros y afrontamiento no productivo) para afrontar las demandas del medio, sin embargo las más utilizadas pertenecen a los estilos de afrontamiento funcionales (Segura, 2013), es decir los escolares realizan esfuerzos para poder resolver el problema ya sea con sus propios recursos o acudiendo al apoyo de los demás (Canessa, 2002).

Respecto al primer objetivo, se determina que las estrategias de afrontamiento, correspondientes al estilo “Resolver el problema”, más utilizadas por los adolescentes de la presente investigación son *fijarse en lo positivo*, en donde un 49.9% de los adolescentes tienden a ver el lado bueno de las cosas, y un 49.7% usan la estrategia de *esforzarse y tener éxito*, ya que se comprometen y dedican a enfrentar la adversidad, siendo resilientes puesto que presenta capacidad para superar circunstancias adversas, tales resultados reafirman el trabajo de Morales y Tovar (2016), quienes manifiestan que a mayor nivel de resiliencia mayor utilidad de la estrategia de afrontamiento resolver el problema. En relación con el estilo “Con referencia hacia otros”, encontramos que un 69.9% de adolescentes usan la estrategia de *acción social*, buscando ayuda en organizaciones con actividades grupales, así como también un 60.1% buscan *apoyo profesional*, consultando con sus profesores, psicólogos, u otros profesionales. Aquellos, respalda la investigación realizada por Osoreo (2016), quien determina que a mayor desenvolvimiento en el ambiente social y familiar existen mejores estrategias de afrontamiento. Por último, en cuanto al estilo de “Afrontamiento no productivo” un 43.4% de los estudiantes utilizan el *no afrontamiento*, puesto que, no hacen nada para resolver un problema y un 46.8% tienden a *ignorar el problema* negando o desentendiéndose del problema. Este resultado es respaldado por los

hallazgos encontrados por Rodríguez (2014), quien concluye que la mayoría de los adolescentes utilizan con mayor frecuencia las estrategias de afrontamiento de los estilos funcionales tales como *buscar diversiones relajantes*, seguida de *esforzarse y tener éxito* y *fijarse en lo positivo*. Sin embargo, son contrarios a lo encontrado por Cárdenas (2016), quien menciona que el estilo no productivo fue el más utilizado por los adolescentes. Por lo mencionado se puede afirmar que los adolescentes presentan adecuadas maneras de afrontar las demandas del medio ambiente, abordándolas de manera directa o buscando soporte social, tal como lo menciona Frydenberg y Lewis (1996, citado por Canessa, 2002), asimismo, si bien existe un porcentaje de adolescentes que utilizan estrategias de afrontamiento disfuncionales o no productivos, este porcentaje es menor, siendo pocos los adolescentes que evitan o no afrontan las situaciones problemáticas.

En cuanto a la primera hipótesis (Ver tabla 3) no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo “Resolver el problema” con relación al sexo, es decir, los adolescentes presentan similares maneras de hacer frente a las situaciones estresantes, caracterizadas por una actitud optimista y esfuerzos para resolver el problema; tal y como lo menciona Kahn (1964, citado por Lazarus y Folkman, 1986), quien plantea la existencia de afrontamiento dirigidos a resolver el problema, siendo aquella teoría, reafirmada con la propuesta de Frydenberg y Lewis (1996, citado por Canessa, 2002). Situación contraria a lo encontrado por tovar y Moysén (2014) quienes encuentran que las mujeres emplean más las estrategias centradas en resolver el problema, que los hombres, ante los resultados, se encuentra óptimo que, en este estilo funcional, no existan diferencias puesto que, en nuestra sociedad, existe una gran brecha entre la igualdad de género y los resultados de nuestra investigación ponen en manifiesto que tanto hombres como

mujeres presentan adecuadas maneras de afrontar los problemas y situaciones estresantes.

En relación con la segunda hipótesis (Ver tabla 4), se ha hallado diferencias altamente significativas entre hombres y mujeres al usar las estrategias de apoyo social, acción social, y apoyo espiritual, evidenciándose que los hombres suelen utilizarlas más que las mujeres. Estos hallazgos coinciden con lo encontrado por Arias (2017), en donde los varones utilizan más el estilo “relación con los demás”; contrario a lo encontrado por Salavera y Usán (2017), quien concluye que las chicas buscan más el “apoyo social”. Respecto a los resultados podríamos entender que los varones actualmente buscan como recurso para afrontar los problemas, a las demás personas, tales como los amigos, profesionales o incluso ayuda espiritual (Frydenberg y Lewis, 1996, citado por Canessa, 2002), si bien en un inicio se pensaba que, los resultados serían distintos, puesto que, en nuestra sociedad existe un marcado estereotipo donde las mujeres tienden a ser más extrovertidas y buscan el apoyo en los demás a comparación de los hombres quienes se inclinan a ser discretos y reservados, en este caso las evidencias replantean aquellas ideas ya que, al utilizar tales estrategias de afrontamiento, los varones pueden desarrollar mejor sus habilidades sociales, favoreciendo así, sus relaciones interpersonales y afectivas.

En la tercera hipótesis (Ver tabla 5), se encuentran diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento correspondiente al estilo de “Afrontamiento no productivo”, específicamente en las estrategias de reducción de la tensión y la de reservarlo para sí, a favor de los hombres y las mujeres respectivamente. Estos hallazgos son validados por los resultados de Cáceres (2007), quien determina que los varones utilizan la estrategia no productiva de reducción de la tensión orientándose por buscar sentirse mejor, realizando diversas actividades inadecuadas tales como beber

alcohol, fumar o consumir drogas en vez de resolver el problema; mientras tanto las mujeres utilizan más la estrategia de reservarlo para sí, caracterizado por evitar contar sus problemas a los demás, reteniéndolo para sí misma. Por lo anterior, se considera que, si bien no existen estrategias de afrontamiento buenas ni malas, sí se presenta una correlación entre el uso frecuente de estas estrategias de afrontamiento no funcionales, con la exposición a situaciones de riesgo en los adolescentes, es decir, mientras más se utilicen estos estilos de afrontamiento, mayor serán las consecuencias negativas en el aspecto personal o social.

En la cuarta, quinta y sexta hipótesis se buscó comparar las estrategias de los estilos de afrontamiento al considerar la gestión educativa.

Así, en la cuarta hipótesis (Ver tabla 6), que busca establecer diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo “Resolver el problema” en relación a la gestión educativa, se encuentra que los alumnos del colegio FAP utilizan más las estrategias resolver el problema y las diversiones relajantes, ya que al afrontar una dificultad, analizan y buscan diversas maneras eficaces para solucionar los problemas, así como también utilizan actividades productivas como la lectura, tocar un instrumento musical para afrontar las adversidades. Estos resultados podrían explicarse porque la institución dirigida por el personal de la FAP, presentan un servicio educativo integral, uniendo al aspecto pedagógico una propuesta psicológica, contando con un departamento psicológico activo e involucrado en sus estudiantes, así como también involucran a sus alumnos en los diversos tipos de talleres deportivos, tales como fútbol, voleibol, básquet, atletismo, tenis de mesa, natación, karate y Step Up, (Centro de Administración de Servicios Educativos, 2015), Ante lo mencionado se puede determinar la importancia de una educación integral que se debe brindar a los estudiantes, reafirmando que los centros educativos no solo implantan saberes o

conocimientos académicos, sino que instauran aprendizajes que sirvan para un adecuado desarrollo personal y los ayuden a afrontar las demandas de la vida diaria, sin duda el sistema educativo estatal en el Perú, tiene mucho trabajo por realizar.

En referencia de la quinta hipótesis (Ver Tabla 7), no se encuentran diferencias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento del estilo “Referencia a otros” al considerar la gestión educativa, es decir tanto los estudiantes del centro educativo estatal como los del centro educativo FAP buscan apoyo, asesoría y orientación de las demás personas como amistades, profesionales o seres espirituales. Este resultado puede sustentarse en la teoría de Foelsch, Schlüter-Müller y Odom (2015), quienes señalan que, los adolescentes que van formando una identidad integral y adaptable, podrán afianzar relaciones sociales eficaces que ayudará a entablar amistades gratificantes y satisfactorias, interactuar con padres y maestros de manera adecuada, estableciendo relaciones íntimas positivas, que permitirán que afronten de manera adecuada las situaciones adversas, siendo muy importante el entorno (López, 2014). Estos resultados se reafirman con el trabajo de investigación de Rodríguez, Ovejero, Bringas y Villa (2016), quienes determinan que los adolescentes que cuenta con los medios suficientes para afrontar los problemas presentan una adecuada competencia social, donde resaltan las variables de apoyo social y consideración con los demás.

La sexta y última hipótesis (ver Tabla 8), que busca las diferencias en las estrategias del estilo “Afrontamiento no productivo” al considerar la gestión educativa, se encontró que los estudiantes del centro educativo estatal evitan expresar sus preocupaciones, son muy reservados para manifestar sus problemas a diferencia de los estudiantes del centro educativo FAP, utilizando así la estrategia de reservarlo para sí. Acorde con los resultados se podría analizar que los alumnos del centro educativo estatal presentan ciertas características en común ya sean de aspectos socioculturales y ambientales que,

sumando a los escasos recursos en el área psicológica que provee la institución educativa estatal, determinan el uso de aquella estrategia de afrontamiento disfuncional, donde los adolescentes en vez de hacer frente a los problemas, lo evitan y no lo solucionan, por lo cual se debe resaltar que el entorno puede influir de manera negativa, exponiendo a los adolescente a diversas situaciones de riesgo, tal y como lo menciona Perea (2012) en su investigación, donde menciona que existe un porcentaje altos de adolescentes que utilizan los estilos de afrontamiento no productivos como el de consumo de tabaco y alcohol.

Los resultados obtenidos permiten concluir que el afrontamiento en los adolescentes, tiende a hacen posible la adaptación exitosa ante los eventos estresantes, ya sea utilizando diversos recursos personales (cogniciones, soluciones de problemas, habilidades en general y psicosociales en particular) o recursos del medio social (apoyo en los demás) según determina Frydenberg (2008, citado por Barcelata, 2015), asimismo se observa que los adolescentes pueden utilizar estrategias funcionales o no productivas, pero cabe señalar que los adolescentes que cuentan con apoyo familiar, desarrollo emocional adecuado y buenas habilidades cognitivas son capaces de afrontar, soportar y sobrellevar mejor el estrés (Mingote, 2013).

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones generales y específicas

De acuerdo con los resultados obtenidos en la investigación, se puede obtener la siguiente conclusión general:

1. Las estrategias de afrontamiento frente al estrés más utilizadas por los adolescentes son: *fijarse en lo positivo, esforzarse y tener éxito, acción social, apoyo profesional, ignorar el problema* y la de *no afrontamiento, correspondiendo la primera y segunda al Estilo de “Resolver el problema”, tercera y cuarta al Estilo “Con referencia hacia otros” y, la quinta y la sexta al Estilo de “Afrontamiento no productivo”.*

Asimismo, se puede concluir de forma específicas que:

2. Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento de *Apoyo social, acción social y apoyo espiritual* (Estilo de “Referencia hacia otros”) a favor del sexo masculino.
3. Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento de *Reducción de la tensión y reservarlo para sí* (Estilo de “Afrontamiento No productivo”) a favor del sexo masculino y el sexo femenino respectivamente.
4. Existen diferencias significativas en el uso de las estrategias de afrontamiento *Resolver el problema y diversiones relajantes* (Estilo de “Resolución de problemas”) a favor de los estudiantes del Centro de la FAP.
5. Existen diferencias significativas en el uso de la estrategia de afrontamiento *Reservarlo para sí* (Estilo de “Afrontamiento No productivo”) a favor de los estudiantes del Centro Educativo Estatal.

6. No se encontraron diferencias significativas en el uso de las estrategias del Estilo de “*Resolución de problemas*” y en las estrategias del Estilo de “Referencia hacia otros” al considerar el sexo y la gestión educativa respectivamente.

6.2 Recomendaciones

- Implementar un programa de intervención en estrategias de afrontamiento que contribuya a la psicoeducación de los adolescentes, orientado a promover estrategias de afrontamiento correspondiente a estilos funcionales y productivos que le permitan hacer frente a los problemas estresantes, generando así, bienestar personal y social.
- A manera de prevención, crear talleres de retroalimentación, donde los alumnos tengan un espacio para contar sus experiencias en relación al afrontamiento y así identificar los aspectos positivos y negativos del afrontamiento a las demandas del entorno.
- Desarrollar un protocolo de intervención por parte del departamento de psicología de las instituciones educativas para orientar a los adolescentes que son derivados por emplear estrategias de afrontamiento disfuncionales o poco productivos, ya que pueden ser propensos a las conductas de riesgo que existen en nuestra sociedad.
- En el aspecto familiar, los padres deben ayudar a los adolescentes en el proceso de autonomía e independencia, mediante la toma de decisiones responsables, delegando tareas y responsabilidades, pero siempre manteniendo el cariño y los límites. Ya que, a mayor independencia y madurez, los adolescentes tienden a afrontar las situaciones estresantes de formas óptimas y funcionales.
- En cuanto a la comunidad, se deben realizar campañas en postas u hospitales acerca de promoción de la salud mental en los adolescentes, para que puedan conocer

acerca de las diversas maneras de afrontar las presiones del medio, así como también brindar contención en caso de que necesiten orientación cuando se sientan desbordados.

- Desarrollar diversas investigaciones similares, pero incrementando la cantidad de evaluados, para obtener resultados más exactos, afianzando la validez de la investigación, además se deben elaborar diversos instrumentos para mediar el afrontamiento en los adolescentes del Perú.

6.3 Resumen. Términos clave

El estudio plantea determinar cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes de quinto de secundaria de Lima metropolitana, considerando el estilo de afrontamiento, de acuerdo al sexo y la gestión educativa, así como también identificar si existen diferencias significativas en las estrategias de afrontamiento de cada estilo, al comparar el sexo y la gestión educativa, en una muestra de 173 estudiantes que cursan el 5to de secundaria de dos instituciones educativas de Lima Metropolitana. Las edades de los adolescentes se encuentran en un rango de 14 a 20 años. Se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), adaptado en Lima Metropolitana por Beatriz Canessa (2002). El diseño es descriptivo-comparativo ya que se busca determinar las estrategias de afrontamiento más utilizados por adolescentes, además de realizar las comparaciones tomando en cuenta las variables sexo y gestión educativa.

De acuerdo con los resultados se puede afirmar que los adolescentes utilizan mayormente las estrategias de afrontamiento funcionales, ante las situaciones estresantes o las demandas del ambiente, aquellas estrategias que utilizan con mayor frecuencia del estilo “Resolver el problema”, son fijarse en lo positivo y esforzarse y

tener éxito, en relación al estilo “Con referencia a otros” se encuentra acción social y apoyo profesional, por último en el estilo “Afrontamiento no productivo” esta ignorar el problema y no afrontamiento . Así como también, se observa que, al comparar las estrategias de afrontamiento de los estilos “Con referencia a los otros” y “Afrontamiento no productivo”, considerando el sexo, se concluye que si existen diferencias altamente significativas; por el contrario, cuando se compara las estrategias de afrontamiento del estilo “Resolver el problema”, considerando el sexo, no se encuentran diferencias altamente significativas. Por último, se evidencia que al comparar las estrategias de afrontamiento de los estilos “Resolver el problema y “Afrontamiento no productivo”, considerando la gestión educativa, se concluye que si existen diferencias altamente significativas, a diferencia del estilo “Referencia hacia los otros” donde no se encuentran diferencias altamente significativas.

Términos clave

Afrontamiento, estrés, adolescencia, estilo y estrategia de afrontamiento

6.4 Abstract. Key words

The study proposes to determine which are the coping strategies more used by adolescents of the 5th year of secondary school of Lima Metropolitana, considering the style of coping, sex and educational management, in a sample of 173 students who study the 5th year of secondary school of 2 educational institutions of Lima Metropolitana. The ages of the adolescents are in a range from 14 to 20 years old. It was used the Adolescent Coping Scale (ACS), adapted in Lima Metropolitana by Beatriz Canessa (2002). The design is Descriptive-Comparative since it seeks to determine which are the coping strategies more used by adolescents, in addition to do the comparisons taking in count the variables sex and educational management.

According with the results, it can be affirmed that the adolescents mostly use functional coping strategies in front of stressful situations or demands of the environment, those strategies that more often use the “Solve the problem” style are focus on the positive, strive and succeed, in relation with the style “With reference to others” it is found social action and professional support; finally, in “Non-productive Coping” style, there is ignore the problem and no coping. As well as, it is observed that, when comparing the coping strategies with the styles “With reference to others” and “Non-productive coping”, considering the sex, it is concluded that there are highly significant differences; on the contrary, when comparing the coping strategies of the “Solve the problem” style, considering sex, there aren’t highly significant differences. Finally, it is evident that, when comparing the coping strategies of the styles “Solve the problem” and “Non-productive coping”, considering the educational management, it is concluded that there are highly significant differences, in contrast to the style “With reference to others”, where there are no highly significant

Referencias

- Ambrocio, R. (2017). *Estilos de Afrontamiento y Agresividad Premeditada e Impulsiva en adolescentes del distrito La Esperanza* (Tesis para optar Licenciatura en Psicología). Universidad Cesar Vallejo. La Libertad, Perú. Recuperado de: <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/11250?show=full>
- Arias, W. (2017). *Satisfacción con la vida y estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios públicos en la ciudad de Arequipa* (Tesis para optar Licenciatura en Psicología). Universidad Católica San Pablo. Arequipa, Perú. Recuperado de: <http://repositorio.ucsp.edu.pe/handle/UCSP/15511>
- Almario, J. (2016). *Una mirada existencial a la adolescencia segunda edición*. Bogotá: El Manual Moderno.
- Barboza, S. y Pérez, V. (2013). *Estilos de Afrontamiento y sentido de vida en adolescentes con cáncer y adolescentes sanos* (Tesis para optar Licenciatura en Psicología). Universidad Rafael Urdaneta. Maracaibo, Venezuela. Recuperado de: <https://docplayer.es/14598878-Universidad-rafael-urdaneta-vice-rectorado-academico-facultad-de-ciencias-politicas-administrativas-y-sociales-escuela-de-psicologia.html>
- Barcelata, B. (2015). *Adolescentes en riesgo: una mirada a partir de la resiliencia*. Ciudad de Mexico. México: Editorial El Manual Moderno.
- Barcelata, B., Luna, Q., Lucio, E. y Durán, C. (2016). Características de personalidad predictoras del afrontamiento en adolescentes de contextos marginados. *Acta Colombiana de Psicología*, 19(1), 197-223. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.14718/ACP.2016.19.1.9>
- Begoña, E. (2009). *Psicología del desarrollo desde la infancia a la vejez volumen 2*. Madrid: McGraw-Hill.

- Berra, E., Muñoz, S., Vega, C. Silva, A. y Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), 37-57. Recuperado de: <http://es.scribd.com/doc/211209867/Revista-Intercontinental-de-Psicologia-y-Educacion-Vol-16-num-1>
- Borrás, T. (2015). *Prevención del consumo de bebidas alcohólicas*. La Habana: Editorial Universitaria.
- Buendía, J. (1993). *Estrés y psicopatología*. Madrid: Pirámide
- Caballero, G. (2014). *Anorexia y estilos de afrontamiento en adolescentes de Lima Metropolitana* (Tesis para la optar grado de maestría en psicología). Universidad de San Martín de Porres. Lima, Perú.
- Cáceres, X. (2017). *Agresión y estilos de afrontamiento en adolescentes de dos instituciones educativas estatales de la Provincia Constitucional del Callao* (Tesis para optar licenciatura en psicología). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.
- Caipo, G. y Villar, T. (2017). *Relación entre los estilos de afrontamiento y rasgos de personalidad en adolescentes de la I. E. Andrés Avelino Cáceres de Cajamarca* (Tesis para obtener el gado de Maestría en Psicología). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Cajamarca, Perú. Recuperado: <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/220/TESIS%202%20CAIPO%20-%20VILLAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima. *Persona*, 5, 191-233. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1471/147118132008.pdf>

- Cárdenas, R. (2016). *Ideación suicida, afrontamiento y satisfacción familiar en adolescentes de instituciones educativas* (Tesis para obtener el grado de doctor en psicología). Universidad de San Martín de Porres. Lima, Perú.
- Castillo, G. (2016). *Adolescencia: mitos y enigmas*. Vizcaya: Desclée de Brouwer.
- Caycho, T. (2016). *Percepción de la relación con los padres y estilos de afrontamiento en adolescentes universitarios de la ciudad de Lima* (Tesis para obtener el grado de Magíster en Psicología con mención en Psicología Educativa). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.
- Celiz, P. (2017). *Violencia familiar y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de instituciones públicas del distrito de Comas, 2017* (Tesis para optar Licenciatura en Psicología). Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/3210>
- Centro de Administración de Servicios Educativos CASED (01/03/15). Reseña histórica. Recuperado de http://www.cased.edu.pe/?page_id=925
- Cordero, M. y Hernández, K. (2016). *Socialización parental y estilos de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima - este – Perú* (Tesis para obtener Licenciatura en psicología). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú. Recuperado de: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/541>
- Cortez, V. (2017). *Estilos de afrontamiento en adolescentes en conflicto con la ley penal del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima, 2017* (Tesis para obtener Licenciatura en Psicología). Universidad César Vallejo. Lima, Perú. Recuperado de

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8837/Cortez_DVD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- De la Cruz, M. (2011). *Manual de riesgos psicosociales: estrés y el síndrome de Bournout*. Madrid: CEP, S.L.
- Esteras, J. (2015). *Estudio psicopatológico sobre el síndrome de Burnout en los docentes*. Madrid: D-NED - Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Foelsch, P.; Schlüter-Müller, S.; Odom, A. (2015). *Tratamiento para la identidad del adolescente (AIT): una aproximación integral de la personalidad*. Ciudad de México: El Manual Moderno.
- Galán, S. y Gutiérrez, J. (2012). *Estrés y salud: investigación básica y aplicada*. Ciudad de México: El Manual Moderno.
- García, J. (2015). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de primer y segundo semestre académico* (Tesis para obtener Licenciatura en Psicología). Universidad de Antioquia. Antioquia, Colombia. Recuperado de: http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/179/1/GarciaJuan_estrategiasafrentamientobienestarpsicologicoestudiantesuniversitariosprimerosegudosemestre.pdf
- Gan, F. y Jaume, T. (2012). *Gestión del estrés*. En Gan, F. y Jaume, T, *Gestión y desarrollo de las personas en las organizaciones*. Madrid: Ediciones Días de Santos.
- Guamán, M. y Pillajo, R. (2016). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes embarazadas escolarizadas* (Tesis para obtener Licenciatura en Psicología). Universidad de Cuenca. Cuenca, Ecuador. Recuperado de: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/24045/1/TRABAJO%20TITULACION.pdf>

- Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, L. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw.
- Izcovich, M. (2017). *Ser padres, ser hijos*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Leibovich, N y Schufer, M. (2004). *El “malestar” y su evaluación en diferentes contextos*. Buenos Aires: Eudeba.
- Leiva, J. (2017). *Determinantes de la expansión del sistema privado de educación básica en el Perú* (Tesis para optar el grado académico de magíster en economía con mención en desarrollo económico). Pontificia universidad católica del Perú. Lima, Perú. Recuperado de http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/10030/LEYVA_ZEGARRA_JANNETH_DETERMINANTES.pdf?sequence=1
- Limaco, K. (2014). *Estilos de afrontamiento en adolescentes de tres ciudades del Perú: un aporte a la psicología transcultural* (Tesis para la obtención de licenciatura en psicología). Universidad Femenina del Sagrado Corazón. Lima, Perú.
- Lizarazo, S. (2014). *Estrategias de afrontamiento y sintomatología psicológica en niños y adolescentes víctimas de abuso sexual* (Tesis para obtener el grado de Maestría en Psicología). Universidad Nacional de Colombia. Bogotá, Colombia. Recuperado de: <http://www.bdigital.unal.edu.co/45337/>
- López, A. (2014). *Adolescencia: Límites imprecisos*. Madrid: Difusora Larousse Alianza Editorial.
- López, M. (2018). *Salud mental: depresión y ansiedad afectan a niños y jóvenes durante la etapa escolar*. Radio Programas del Perú. Recuperado de

<https://vital.rpp.pe/salud/salud-mental-depresion-y-ansiedad-afectan-a-ninos-y-jovenes-durante-la-etapa-escolar-noticia-1155649>

- Mallmann, C.; Lisboa, C. y Calza, T. (2018). Cyberbullying y estrategias de afrontamiento en adolescentes del sur de Brasil. *Acta Colombiana de Psicología*, 21(1), 13-43. Recuperado de: <http://www.dx.doi.org/10.14718/ACP.2018.21.1.2>
- Mestre, V., Samper, P., Tur-Porcar, A., Richaud de Minzi, M. y Mesurado, B. (2012). Emociones, estilos de afrontamiento y agresividad en la adolescencia. *Universitas Psychological*, 11(4), 1263-1275. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/647/64725418021.pdf>
- Mingote, J. y Pérez, S. (2013). *Estrés en enfermería: El cuidado del cuidador*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos.
- Mingote, C. (2013). *El bienestar-malestar de los jóvenes*. Madrid: Ediciones Días de Santos.
- Ministerio de Educación. (10/02/2017). Evaluación docente. Recuperado de <http://evaluaciondocente.perueduca.pe/acceso-directivos-especialistas/requisitos/>
- Morales, S. y Tovar, S. (2016). *Resiliencia y Afrontamiento en un grupo de mujeres adolescentes de primer ciclo En tres universidades de Lima metropolitana* (Tesis para la obtención de Licenciatura en psicología). Universidad Femenina de Sagrado Corazón. Lima, Perú.
- Morales, B. y Moysén, A. (2015). Afrontamiento del estrés en adolescentes estudiantes de nivel medio superior. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 0(1), 9-20. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.9.380>
- Moreno, A. (2015). *La adolescencia*. Barcelona: UOC.
- Mosso, L. (2015). *Salud y adolescencia: opciones para una vida saludable*. Buenos Aires: Maiupe.

- Muñoz, S., Vega, C., Berra, E., Nava, C. y Gómez, G. (2015). Asociación entre estrés, afrontamiento, emociones e IMC en adolescentes. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(1), 11-29. Recuperado de <http://es.scribd.com/doc/270934181/Revista-Intercontinental-de-Psicologia-y-Educacion-vol-17-num-1>
- Nacimiento, L. y Mora-Merchán, J. (2014). El uso de estrategias de afrontamiento y habilidades metacognitivas ante situaciones de bullying y cyberbullying. *European Journal of Education and Psychology*, 7(2), 121-129. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1293/129332645006.pdf>
- Nelson, D. y Campbel, J. (2013). *Comportamiento Organizacional 3ra edición*. Ciudad de México: Cengage learning editores.
- Nicolson, D. y Ayers, H. (2012). *Problemas de la adolescencia: guía práctica para el profesorado y la familia*. Madrid: Narcea Ediciones. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com/lib/upcsp/detail.action?docID=4849969>.
- Oblitas, L. (2017). *Psicología de la salud y calidad de vida 4ta edición*. Ciudad de México: Cengage learning editores.
- Organización mundial de la salud (2018). Día Mundial de la Salud Mental. Recuperado de http://www.who.int/mental_health/world-mental-health-day/2018/es/
- Orihuela, S. (2016). *Bienestar y afrontamiento en adolescentes participantes de un programa de empoderamiento juvenil* (Tesis para obtener Licenciatura en psicología clínica). Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/6551>
- Osores, S. (2016). *Percepción de la dinámica familiar y estrategias de afrontamiento en los adolescentes de una institución educativa privada* (Tesis para la obtención de

- licenciatura en Psicología). Universidad Femenina de Sagrado Corazón. Lima, Perú.
- Otero, J. (2015). *Estrés laboral y Burnout en profesores de enseñanza secundaria*. La Coruña: Ediciones Díaz de Santos
- Peirano, R. (2017). *Afrontamiento y sintomatología clínica en adolescentes que acuden a un hospital de salud mental de Lima* (Tesis para obtención de licenciatura en Psicología). Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- Penagos, G., Reyes, Y., Rodríguez, M. y Gantiva, C. (2013) *Ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento en adolescentes víctimas de explotación sexual* (Tesis para obtener especialización en Psicología Clínica de la Niñez y la Adolescencia). Universidad Sabana. Cundinamarca, Colombia. Recuperado de <http://docplayer.es/17196413-Ansiedad-depresion-y-estrategias-de-afrontamiento-en-adolescentes-victimas-de-explotacion-sexual.html>
- Pedrero, E., Pérez, I. y Morón, J. (2016). *Educación para la salud y prevención de riesgos psicosociales en adolescentes y jóvenes*. Madrid: Narcea.
- Perea, G. (2012). *Autoestima y estilos de afrontamiento del adolescente ante las drogas* (Tesis para obtener el grado de Maestría en Ciencias en Enfermería). Universidad Autónoma de Querétaro. Querétaro, México. Recuperado de <http://ri.uaq.mx/xmlui/handle/123456789/546>
- Pinilla, A., Sánchez, E. y Campos, A. (2003). Evaluación clínica de la orientación sexual en adolescentes. *El papel de médicos generales y pediatras*, 6(17), 93-98. Recuperado de <https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/258/241>
- Puente, A. (2011). *Psicología contemporánea básica y aplicada*. Madrid, España: Ediciones Pirámide

- Puig, G. y Rubio, J. (2013). *Manual de resiliencia aplicada*. Barcelona: Editorial Gedisa
- Recalde, M. (2011). *Salud y adolescencia*. Buenos Aires: Ediciones del Aula Taller.
- Reodar, D. (2015). *El estrés*. Barcelona: Editorial UOC
- Reyes, V., Reséndiz, A., Alcázar, R. y Reidl, L. (2017). Las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes ante situaciones que provocan miedo. *Psicogente*, 20(38), 240-255. <https://doi.org/10.17081/psico.20.38.2544>
- Rodríguez, F., Ovejero, A., Bringas, C. y Villa, M. (2016). Afrontamiento de conflictos en la socialización adolescente. Propuesta de un modelo. *Psicología desde el Caribe*, 33(1), 1-13. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.14482/psdc.33.1.8083>
- Rodríguez, M. (2014). *Estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes del instituto nacional de educación básica telesecundaria, los humitos, amatitlán ante el alcoholismo de su padre* (Tesis para obtener Licenciatura en Psicología). Universidad Rafael Landívar. Guatemala de la Asunción, Guatemala. Recuperado de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Rodriguez-Maria.pdf>
- Roggero, S. (2017). *Estilos de afrontamiento e ideación suicida en adolescentes de la UGEL Santa Chimbote* (Tesis para obtener el grado de Magíster en Psicología con mención en Psicología Clínica y de la Salud). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú. Recuperado de <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/7136>
- Robbins, J. y Judge, T. (2017). *Comportamiento organizacional*. Ciudad de México: Pearson.
- Salavera, C. y Usán, P. (2017). Repercusión de las estrategias de afrontamiento de estrés en la felicidad de los alumnos de Secundaria. *Revista Electrónica*

- Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(3), 65-77. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.6018/reifop.20.3.282601>
- Sandín, B. (2009). *Manual de psicopatología, volumen 2*. Madrid: Mc Hill.
- Sausa, M. (2018). Menores ocupan el 70% de atenciones en salud mental. Perú21. Recuperado de <https://peru21.pe/peru/cifras-salud-mental-peru-menores-ocupan-70-atenciones-infografia-394376>
- Segura, C. (2013). Predictores emocionales y cognitivos de los estilos de afrontamiento al estrés. *Temática Psicológica*, 9(1), 23-33. Recuperado de <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/view/836>
- Serquen, J. (2017). *Estilos de crianza y afrontamientos al estrés en estudiantes del nivel secundaria de Reque, 2015* (Tesis para obtener Licenciatura en Psicología). Universidad Señor de Sipán. Lambayeque, Perú. Recuperado de <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/3094/TESIS%20JULIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Thumala, D. (2011). *Formas de afrontamiento a las pérdidas asociadas al envejecer*. Santiago: D - Universidad de Chile
- Ugarte, V. (2017). *Comparación de las estrategias de afrontamiento ante el dolor entre adolescentes y adultos con enfermedades reumáticas de un Hospital de Lima Metropolitana* (Tesis para obtener la Licenciatura en Psicología). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Lima, Perú.
- Urbano, C.; Yuni, J. (2016). *Psicología y cultura de los adolescentes*. Córdoba, Argentina: Editorial Brujas.
- Varona, S. (2016). *Autolesiones en adolescentes: estilos de afrontamiento y afecto* (Tesis para optar Licenciatura en Psicología clínica). Pontificia Universidad

- Católica del Perú. Lima, Perú. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/6718>
- Velasco, E. (2016). Casi 60% de peruanos sufre de estrés. La República. Recuperado de <https://larepublica.pe/domingo/958332-casi-60-de-peruanos-sufre-de-estrEs>
- Verdugo, J., Ponce de León, B., Guardado, R., Meda, R., Uribe, J. y Guzmán, J. (2013). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 79-91. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v11n1/v11n1a05.pdf>
- Villardón, L. (2013). *El pensamiento de suicidio en la adolescencia*. Vizcaya: Publicaciones Universidad de Deusto.
- Viñas, F., Gonzáles, M., García, Y., Malo, S., y Casa, F. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de psicología*, 31, 226-233. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.1.163681>
- Wan, C. (2018). *Percepción de salud, emociones y afrontamiento en alumnos universitarios de primer ciclo de Psicología* (Tesis para la optar Licenciatura en Psicología). Universidad Privada de Ciencias Aplicadas. Lima, Perú. Recuperado de <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/622976>

ANEXOS

Anexo A.

Consentimiento informado

Yo, _____, director de la institución educativa _____, ubicada en _____, acepto de manera voluntaria que se aplique a los alumnos, que estén cursando el 5to año de secundaria, la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS). Dicha evaluación será realizada por la bachiller en psicología Katherine Hortencia Gutierrez Ingunza. Cabe resaltar que las evaluaciones son parte de la investigación para la Tesis de Grado que viene realizando la bachiller, para obtener el título profesional en psicología.

- Se otorgará un tiempo estimado de 40 minutos para la realización de la prueba.
- La aplicación de la Escala no resultará perjudicial a la integridad de los evaluados ni de la institución educativa.
- Asimismo, la evaluada se compromete a brindar total confidencialidad, puesto que no se piden mayores datos personales de los evaluados, más que la edad y género.

Lima, ____ de _____ del 2017

Firma del director (a)

Anexo B.

Escala De Afrontamiento Para Adolescentes

(ACS)

Instrucciones:

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontraras una lista de diferentes formas con las que gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una “X” la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta a tu forma de actuar.

| | |
|------------------------------|---|
| Nunca lo hago | A |
| Lo hago raras veces | B |
| Lo hago algunas veces | C |
| Lo hago a menudo | D |
| Lo hago con mucha frecuencia | E |

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 cuando 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
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
52. Trato 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 aíso 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 mi
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. Procuero 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 estomago
80. Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas

Anexo C

Hoja De Respuesta

Edad: _____

Sexo: H M

Padres FAP: SI NO

| | | | | | |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| As Rp Es Pr Ai Pe Hi Na Rt So Ip Cu Re Ae Po Ap Dr Fi | 1. A B C D E | 20. A B C D E | 38. A B C D E | 56. A B C D E | 72. A B C D E |
| | 2. A B C D E | 21. A B C D E | 39. A B C D E | 57. A B C D E | 73. A B C D E |
| | 3. A B C D E | 22. A B C D E | 40. A B C D E | 58. A B C D E | 74. A B C D E |
| | 4. A B C D E | 23. A B C D E | 41. A B C D E | 59. A B C D E | 75. A B C D E |
| | 5. A B C D E | 24. A B C D E | 42. A B C D E | 60. A B C D E | 76. A B C D E |
| | 6. A B C D E | 25. A B C D E | 43. A B C D E | 61. A B C D E | 77. A B C D E |
| | 7. A B C D E | 26. A B C D E | 44. A B C D E | 62. A B C D E | 78. A B C D E |
| | 8. A B C D E | 27. A B C D E | 45. A B C D E | 63. A B C D E | 79. A B C D E |
| | 9. A B C D E | 28. A B C D E | 46. A B C D E | 64. A B C D E | 80. A B C D E |
| | 10. A B C D E | 29. A B C D E | 47. A B C D E | 65. A B C D E | |
| | 11. A B C D E | 30. A B C D E | 48. A B C D E | 66. A B C D E | |
| | 12. A B C D E | 31. A B C D E | 49. A B C D E | 67. A B C D E | |
| | 13. A B C D E | 32. A B C D E | 50. A B C D E | 68. A B C D E | |
| | 14. A B C D E | 33. A B C D E | 51. A B C D E | 69. A B C D E | |
| | 15. A B C D E | 34. A B C D E | 52. A B C D E | 70. A B C D E | |
| | 16. A B C D E | 35. A B C D E | 53. A B C D E | 71. A B C D E | |
| | 17. A B C D E | 36. A B C D E | 54. A B C D E | | |
| | 18. A B C D E | 37. A B C D E | 55. A B C D E | | |
| | 19. A B C D E | | | | |