

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



TESIS

**RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN
ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA UNIVERSIDAD
ESTATAL DE HUANCAYO – 2019**

Para Optar : Título Profesional de Psicólogo
Autor(es) : Bach. Chuquillanqui Verastegui, Gerson Carlos
Bach. Villanes Cancho, Jhanet Paola
Asesores : Mg. Julia Esther Rios Pinto
Mg. Nazzia Masiel Huamán Huaranga
Línea de Investigación : Salud y Gestión de la Salud
Fecha de Inicio y Término : 01 setiembre 2019 al 31 de diciembre 2019

Huancayo – Perú

2020

Dedicatoria

A mis padres Vilma & Carlos, a mi hermana Lisandra e indudablemente mi familia, quienes, con su paciencia, esfuerzo y amor, me han permitido alcanzar un logro más en mi vida, gracias por inculcar en mí, el ejemplo del esfuerzo, la integridad personal y la valentía para enfrentar las adversidades y así poder superarme.

Gerson Carlos Chuquillanqui Verastegui

A mis padres Rubén & Rosalinda, pilares fundamentales en mi vida y formación profesional, por brindarme la confianza, consejos y oportunidades, contribuyeron incondicionalmente a lograr mis metas trazadas. A mi hermanita (Q.E.P.D), quien desde el cielo guía mi camino, por ser mi razón y motivo para salir adelante y a quien prometí que terminaría mis estudios. ¡Promesa cumplida!

Jhanet Paola Villanes Cancho

Agradecimiento

Queremos expresar nuestra gratitud a la Universidad Peruana Los Andes, a la Escuela Profesional de Psicología, a nuestros docentes quienes con su enseñanza hicieron posible crecer día a día como persona y como profesional.

Nuestro más profundo agradecimiento a toda autoridad y personal que forman parte de la Universidad Nacional del Centro del Perú, por su confianza para abrirnos las puertas y permitirnos que se haga posible el estudio dentro de esta prestigiosa institución.

Finalmente, no menos importante queremos expresar el más grande y sincero agradecimiento a nuestros asesores de tesis, Mg. Julia Esther Ríos Pinto y Mg. Nazzia Masiel Huamán Huaranga, por su guía en este proceso de aprendizaje y formación, quienes, con su dirección, conocimiento, enseñanza y colaboración formaron parte fundamental para el logro de este estudio.

Autores.

Introducción

En nuestra investigación, nos centramos en una problemática que partió desde la identificación de dos variables que forman parte del proceso formativo del universitario, como es la capacidad resiliente y la forma de afrontar el estrés, viéndolos estos desde los distintos medios o factores que exponen a los estudiantes, despertando interrogantes las actitudes observadas de manera indirecta experiencias de alumnos que luego de haber formado parte de situaciones como problemas familiares, discapacidad, problemas emocionales, pobreza extrema, tropiezos académicos, y otras problemáticas, los mismos que no influyeron para alcanzar sus metas, llevándonos a determinar que la situaciones que enfrentan los estudiantes no es solo un componente, al contrario es la forma como enfrentan sus problemas, ya sea por el paso del tiempo, la cultura en donde vive, creencias o experiencias vividas, los cuales les permitieron encontrar maneras eficaces y adecuadas para superarlas.

A continuación, presentamos el estudio “Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de Trabajo Social de una universidad estatal de Huancayo – 2019”, cuyo objetivo perseguido fue establecer la relación resiliencia y afrontamiento de factores estresantes en universitarios, siendo un estudio básico, no experimental con diseño transversal, descriptivo correlacional, en obediencia al reglamento de investigación de la Universidad Peruana Los Andes para adquirir el grado de Psicólogo.

El estudio consta de V secciones divididas por capítulos donde se describen el proceso que se atravesó en la realización del estudio, donde el primer capítulo nombrado planteamiento de la problemática, se describe el escenario problemático, la demarcación del problema, formulación de la problemática, justificaciones del estudio y los objetivos trazados en el estudio, correspondiente al segundo capítulo designado al marco teórico, constituido por antecedentes de estudios desarrollados en todo el mundo, las bases teóricas que engloban las variables y el marco conceptual

de la variables y dimensiones con la que cuenta, el tercer capítulo llamado hipótesis, la conforma la exposición de la hipótesis general y las hipótesis específicas, así como la definición conceptual y la operacionalización de las variables, en lo que concierne al cuarto capítulo denominado metodología de investigación, se presentó la formación metodológica del estudio, empleando como método general el científico, siendo el estudio básico, no experimental de diseño transversal, descriptivo correlacional, se delimita la población del estudio, también las procesos e instrumentos utilizados de recolección de información, al igual que los métodos de análisis y procesamiento de información recogida y finalmente los conceptos éticos de formación de un proyecto de investigación, en modo de cierre de los capítulos, finalmente en el quinto capítulo se presentan los resultados, expresándolos mediante tablas y gráficos estadísticos.

En último lugar, se da a conocer la parte de discusión, conclusiones y recomendaciones determinadas de acuerdo a los resultados recopilados, asimismo se detalla bibliografía y anexando documentos que permiten servir de soporte para la tesis.

Autores.

Contenido

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Introducción	iv
Contenido	vi
Contenido de tablas	ix
Contenido de figuras	x
Resumen	xi
Abstract	xii
Capítulo I	
Planteamiento del problema	
1.1. Descripción de la realidad problemática	13
1.2. Delimitación del problema	15
1.3. Formulación del problema.....	16
1.3.1. Problema general.....	16
1.3.2. Problemas específicos	16
1.4. Justificación	17
1.4.1. Social.....	17
1.4.2. Teórica.....	17
1.4.3. Metodológica.....	18
1.5. Objetivos.....	18
1.5.1. Objetivo general	18
1.5.2. Objetivos específicos.....	18
Capítulo II	
Marco teórico	
2.1. Antecedentes.....	20
2.1.1. Antecedentes internacionales	20
2.1.2. Antecedentes nacionales	22
2.1.3. Antecedentes locales	24

2.2.	Bases Teóricas o científicas.....	26
2.1.1.	Resiliencia	26
2.1.2.	Afrontamiento del estrés	31
Capítulo III		
Hipótesis		
3.1.	Hipótesis general	41
3.2.	Hipótesis específica	41
3.3.	Variables definición conceptual y operacionalización	43
Capítulo IV		
Metodología		
4.1.	Método de investigación.....	45
4.2.	Tipo de investigación.....	45
4.3.	Nivel de investigación	45
4.4.	Diseño de investigación.....	46
4.5.	Población y muestra.....	46
4.6.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	48
4.7.	Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	51
4.8.	Aspectos éticos de la investigación	52
Capítulo V		
Resultados		
5.1	Descripción de resultados	54
5.1.1.	Perfil de la muestra	54
5.1.2.	Relación resiliencia y estilos predominantes de afrontamiento del estrés	56
5.1.3.	Análisis de las variables de estudio	57
5.1.4.	Relación resiliencia y frecuencia de uso de afrontamiento del estrés.....	61
5.2.	Contrastación estadística de hipótesis	65
5.2.1.	Contrastación estadística de hipótesis general de investigación.....	65
5.2.2.	Contrastación estadística de la primera hipótesis específica de investigación ...	68
5.2.3.	Contrastación estadística de la segunda hipótesis específica de investigación...	71
5.2.4.	Contrastación estadística de la tercera hipótesis específica de investigación.....	74
5.2.5.	Contrastación estadística de la cuarta hipótesis específica de investigación	77

5.2.6. Contrastación estadística de la quinta hipótesis específica de investigación.....	81
Análisis y discusión de resultados	84
Conclusiones	89
Recomendaciones	91
Referencias Bibliográficas	93
Anexos	101
Anexo N° 1 - Matriz de consistencia.....	102
Anexo N° 2 - Matriz de operacionalización de variables	103
Anexo N° 3 - Matriz de operacionalización de instrumento	104
Anexo N° 4 - Instrumentos de investigación.....	105
Anexo N° 5 - Confiabilidad y validez del instrumento	109
Anexo N° 6 - Data de procesamiento de datos	111
Anexo N° 7 - Consentimiento informado.....	119
Anexo N° 8 - Declaración de confidencialidad.....	120
Anexo N° 9 - Validez del instrumento por criterio de jueces.....	124
Anexo N° 10 - Documento de autorización.....	142
Anexo N° 11 - Fotos de la aplicación del instrumento.....	143

Contenido de tablas

Tabla 1 Matriz de operacionalización de variables	44
Tabla 2 Registro de estudiantes de la facultad de trabajo social	48
Tabla 3 Caracterización de la muestra	55
Tabla 4 Relación resiliencia y estilos predominantes de afrontar el estrés	56
Tabla 5 Niveles de resiliencia	57
Tabla 6 Estilos predominantes de afrontamiento del estrés	58
Tabla 7 Frecuencia de empleo de los estilos de afrontamiento del estrés	60
Tabla 8 Relación resiliencia y afrontamiento del estrés enfocado al problema	61
Tabla 9 Relación resiliencia y afrontamiento del estrés enfocado a la emoción.....	63
Tabla 10 Relación resiliencia y afrontamiento del estrés enfocado a la evitación.....	64

Contenido de figuras

Figura 1 Esquema del diseño de investigación	46
Figura 2 Caracterización de la muestra	56
Figura 3 Niveles de resiliencia de estudiantes	58
Figura 4 Estilos predominantes de afrontamiento del estrés en estudiantes	59
Figura 5 Frecuencia de uso de estilo de afrontar el estrés.....	61
Figura 6 Relación resiliencia y estilo de afrontar el estrés enfocado al problema.....	62
Figura 7 Relación resiliencia y estilo de afrontar el estrés enfocado a la emoción	63
Figura 8 Relación resiliencia y estilo de afrontar el estrés enfocado a la evitación.....	65
Figura 9 Reporte valores chi cuadrada.....	67
Figura 10 Reporte minitab de una proporción para nivel de resiliencia	70
Figura 11 Reporte de proporción para estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes ...	73
Figura 12 Reporte spss asociación de resiliencia y afrontamiento enfocado al problema..	76
Figura 13 Reporte spss asociación de resiliencia y afrontamiento enfocado a la emoción	80
Figura 14 Reporte spss asociación de resiliencia y afrontamiento enfocado a la evitación	83

Resumen

La presente investigación titulada “Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de Trabajo Social de una Universidad Estatal de Huancayo – 2019”, que tuvo como propósito general hallar la relación resiliencia y afrontamiento de estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú, fue un estudio de tipo básico, no experimental su diseño, de tajo transversal, descriptivo correlacional. El grupo estudiado estuvo integrado por 180 estudiantes de Trabajo Social de una Universidad estatal del Perú. El proceso de recolección de datos se hizo a través de la escala de Resiliencia creado por Wagnild y Young, presentando un nivel de confiabilidad de 0.86 y el cuestionario de modos de afrontamiento (COPE), que presentó un nivel de confiabilidad de 0.87, en lo que fue la prueba piloto. Los datos obtenidos revelan la existente relación significativa de resiliencia con los estilos de afrontamiento de estrés, dado que el valor Chi Cuadrada (16.643) es mayor a 9.488 por lo que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación. A nivel de las hipótesis específicas, podemos determinar que en lo que concierne a la variable resiliencia el nivel predominante es el alto, alcanzando un 82.2% de la población. En el estilo más frecuente de afrontamiento del estrés utilizado por los universitarios es el enfocado en la emoción, siendo un 45% del grupo de estudio. Frente a los resultados obtenidos, los investigadores proponemos acciones a considerar a nivel de admisión a la universidad y al departamento psicopedagógico de la Facultad teniendo en consideración las políticas universitarias.

Palabras claves: Resiliencia, estrés, afrontamiento del estrés.

Abstract

This research entitled "Resilience and coping with stress in Social Work students of a State University of Huancayo - 2019", whose general purpose was to find the relationship resilience and coping with stress in students from 1st to 5th semester of Social Work of the National University of the Center of Peru, was a study of basic type, not experimental design, cross-sectional, descriptive correlational. The group studied was composed of 180 Social Work students from a State University of Peru. The data collection process was done through the Resilience scale created by Wagnild and Young, presenting a reliability level of 0.86 and the coping modes questionnaire (COPE), which showed a reliability level of 0.87, in That was the pilot test. The data obtained reveal the existence of a significant relationship of resistance with stress coping styles, given that the Chi Square value (16,643) is greater than 9,488, so the hypothesis is rejected and the research hypothesis is accepted. At the level of the specific hypotheses, we can determine that with respect to the resilience variable, the predominant level is high, reaching 82.2% of the population. In the most frequent style of coping with stress used by university students, it is focused on emotion, with 45% of the study group. In view of the results obtained, the researchers propose actions to consider a level of admission to the university and to the department's psychopedagogical department, taking into account university politics.

Keywords: Resilience, stress, coping with stress.

Capítulo I

Planteamiento del problema

1.1. Descripción de la Realidad Problemática

La problemática planteada nace a partir de observaciones en su modo de interactuar de las personas en su periodo de formación, percibiendo conductas psicosociales inadecuadas como es, ira, presentando niveles bajos de tolerancia frente a la frustración, manifestando irritabilidad, problemas para el control de impulsos, con poca capacidad para resolver conflictos, con indicadores de ansiedad, niveles bajos de autoestima y desarrollo de habilidades con deficiencias, teniendo inconvenientes en la convivencia entre compañeros, siendo el motivo este para que el estudio busque determinar los indicadores influyentes para este tipo de conductas.

Actualmente, la psicología está en la búsqueda y desarrollo de habilidades psicológicas que le permite a la persona alcanzar su bienestar y conseguir sus objetivos, más aún después de tener registros de personas que salieron adelante y alcanzaron el éxito aun presentado alguna discapacidad, muchas veces habiendo crecido en hogares de bajos recursos, no pertenecer una

familia constituida favorablemente a la persona o después de experimentar violencia y no poseer escenarios favorables para poder alcanzarlo. (Murillo, 2014)

Cobro gran importancia en los últimos años la resiliencia y todo lo que comprende este concepto, al verse como un componente indicador de como la persona se sobrepone, se adapta y se desarrolla, aun habiendo convivido con experiencias que jugaron de manera adversa en su vida; pero no vale perder de vista que no todos alcanzan habilitar sus capacidades resilientes por diversos factores, generándoles dificultades en su proceso de adaptación a contextos nuevos y volviéndolos vulnerables a presentar alguna patología. (Morris & Maisto, 2009)

Grotberg (1995), mencionado por Uriarte (2005), “La resiliencia forma parte del proceso evolutivo de los individuos, pero no está claro que sea una cualidad innata”, y por otra parte la segunda variable, afrontamiento, se constituye por una cadena de comportamientos donde la persona aprende y fomenta con la mira de hacerle cara a las adversidades.

El afrontamiento viene a ser un proceso impulsador para el individuo para enfrentar escenarios poco agradables o amenazantes, está ligado con las habilidades resilientes que le permite al ser humano hacerles frente a contextos nuevos y/o amenazantes para su bienestar; dada esta situación el individuo utiliza un método de afrontamiento formadas en las primeras etapas de vida, convirtiéndose esté en su forma específica de actuar frente a una situación. (Taylor, 2007)

Finalmente, “El estrés psicológico se da por una conexión entre la persona y el ambiente, al hacerse presente el exceso de recursos y conociéndola como una amenaza para su propio bienestar. (Lazarus & Folkman, 1986)

Como conclusión, Apaza & Huamán (2012), en el portal de logros de la revista Caretas (14 de agosto de 2008, N°2040, pg. 33): las cifras estadísticas mencionan que 40 y 5000 jóvenes universitarios desertan su vida profesional, lo que nos indica que en promedio cien millones de

dólares se malgastan, siendo una frustración para ellos y sus padres, así mismo 70% de los jóvenes formaron parte de identidades privadas y el 30% pertenecen a identidades públicas.

Debido a esta información y demás datos registrados se buscó determinar el nivel de resiliencia y el estilo para afrontar el estrés en estudiantes universitarios.

Pudimos contar con investigaciones que demostraron el valor de las variables en cuestión, Gonzales & Artuch (2014), en su tesis desarrollada en España, “Perfiles de resiliencia y estrategias de afrontamiento en la Universidad”, demostrando la existente relación entre las variables investigadas, respaldando así la variable de afrontamiento y en relación a resiliencia lo determino como un efecto favorable, el cual genera impresiones de bienestar frente a contextos desfavorables, permitiendo que la persona disfrute de la vida y capacidad de control del dolor frente a situaciones de tristeza y decepción.

De igual forma, Barcelata (2015), “La resiliencia está muy ligada a los modos de afrontamiento, es decir al uso de recursos cognitivos y del medio ambiente social, que se activan ante situaciones de adversidad, logrando la adaptación y el manejo del estrés”.

Siendo la razón para que esta investigación busque explicar el problema que se viene presentando en los estudiantes, siendo factores importantes en su proceso de formación, respondiendo: ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento de estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de trabajo social de una Universidad estatal de Huancayo 2019?

1.2. Delimitación del Problema

El presente estudio fue realizado en Huancayo, de la región Junín - Perú, en la Universidad Nacional del Centro del Perú, en la Facultad de Ciencias Sociales, Programa de estudios Trabajo Social, con alumnos matriculados 1° a 5° semestre del periodo académico 2019 II. Toda la investigación duro cuatro meses, teniendo como inicio el mes de setiembre del 2019 y culminando

en diciembre del mismo año. Esta investigación nos permitió dar una mirada sobre los niveles de resiliencia y estilos de afrontar el estrés en estudiantes universitarios.

1.3. Formulación del Problema

1.3.1. Problema General

¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019?

1.3.2. Problemas Específicos

- ¿Cuál es el nivel de resiliencia predominante de los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019?
- ¿Cuál es el estilo predominante de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019?
- ¿Cuál es la relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019?

1.4. Justificación

1.4.1. Social

Esta investigación cobró valor en la actualidad al manejar variables fundamentales en la formación del universitario, siendo estas mismas variables generadoras de capacidades para optimizar las competencias sociales, personales y académicas del alumno, favoreciendo a la institución en favor de mejorar la experiencia adaptativa al inicio y termino en su proceso de formación de los estudiantes de la facultad de Trabajo Social, los cuales a partir de su egreso tendrán contacto directo con la población ya sea local, nacional e internacional, a los catedráticos al brindar un diagnóstico de sus estudiantes sobre los temas tratados y a los propios estudiantes que se les permitió conocer sus niveles de resiliencia y el estilo de afrontamiento que predomina en ellos mismos.

La investigación permitió conocer el contexto de resiliencia y los estilos de afrontamiento del estrés que desarrolla la población universitaria de la Facultad de Trabajo Social, pues a partir de ello planteamos programas preventivos y promocionales que serán abordados mediante la tutoría, dando un soporte a los estudiantes frente a las alteraciones emocionales, que forman parte del proceso evolutivo de la persona.

1.4.2. Teórica

Los jóvenes que se encuentran en la vida universitaria están expuestos a enfrentar diferentes contextos generadoras de dificultades tanto en el área académica como en el personal y los estudiantes no saben enfrentarlas, analizando los grados de estrés y los de ansiedad que se observan, estos resultados permitirán que esta investigación aporte registros y datos detallados según la teoría de resiliencia que detalla Wagnild y Young y del mismo modo que nos presenta Carver frente a afrontamiento desde su teoría transaccional, un motivo más es que nuestra

investigación contribuyó mediante los resultados como medio para referenciar y contrastar a las nuevas investigaciones de la misma línea estudiada.

1.4.3. Metodológica

La presente investigación recolectó información que sirvió para toda la comunidad científica interesada y proyectos psicológicos para considerar como referencias teóricas y prácticas, permitiendo la generalización y contrastación de resultados en base a resiliencia y estilos de afrontar el estrés. Se verificó los niveles de confiabilidad y validez de los instrumentos de recolección de datos, de la misma forma se verificó la metodología utilizada y aplicada en el proceso de estudio siendo estos certificadores para la aprobación de la investigación.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Establecer la relación entre la resiliencia y los estilos de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

1.5.2. Objetivos Específicos

- Determinar el nivel de resiliencia predominante de los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.
- Determinar el estilo predominante de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.
- Establecer la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

- Establecer la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.
- Establecer la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

Capítulo II

Marco teórico

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Benavente & Quevedo (2018), desarrolló su estudio titulado, “Resiliencia, bienestar psicológico y afrontamiento en universitarios, atendiendo a variables de personalidad y enfermedad – España”, que tuvo como propósito hallar relaciones entre afrontamiento, bienestar psicológico, personalidad y resiliencia. El estudio se centró en 447 universitarios siendo el promedio de edad 21, el proceso de recolección de información se hizo a través de la escala de bienestar psicológico de Ryff, el cuestionario de afrontamiento de estrés, los mini marcadores de los cinco grandes en español y el cuestionario de resiliencia de Wagnild y Young. Obtuvo como producto que existe contrastes entre las dimensiones de los factores al realizarse la comparación de acuerdo a sus edades, tipo de sexo y su titulación.

Piergiovanni & Depaula (2017), desarrolló el estudio, “Autoeficacia y estilos de afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios desarrollado en Argentina”, siendo su

intención hallar la relación autoeficacia y el estilo adoptado de afrontamiento con que enfrenta situaciones conflictivas, su muestra estuvo compuesta 126 estudiantes siendo expuestos a la escala de autoeficacia general y el cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés y el cuestionario sociodemográfico. Llegaron a la conclusión de que los estudiantes presentan un nivel de autoeficacia mayor y prefieren el estilo para afrontar el estrés enfocado en la solución del problema.

Galarza & Martínez (2015), “Resiliencia y afrontamiento adaptativo: recursos claves para la salud mental”, teniendo como objetivo principal hallar los niveles de resiliencia y estilos predominantes en personas de la ciudad de Mar del Plata, este estudio es empírico de diseño no experimental de metodología descriptiva y correlacional, utilizó una muestreo simple con intención con colaboración voluntaria de 829 personas cuyas edades comprendían entre 18 y 65 años, los instrumentos que utilizó para la recolección de datos fue la escala de resiliencia de Wagnild y Young para su primera variable, la escala multidimensional de evaluación de afrontamiento – COPE para la segunda variable, los resultados obtenidos nos indican que el 50% de las personas evaluadas presentan un grado moderado de resiliencia, en cuanto al afrontamiento, el mayor predominio de relativo estuvo representado por las estrategias de afrontamiento activo, apoyo instrumental, humor y aceptación.

Gonzales & Artuch (2014), desarrolló la tesis, “Perfiles de resiliencia y estrategias de afrontamiento en la Universidad: Variables contextuales y demográficas”; se llevó a cabo en España, su objetivo fue identificar la relación entre ambos constructos y determinar el efecto según el sexo en perfiles resilientes y las estrategias de afrontamiento, su población la constituyó 117 universitarios, los cuales estuvieron expuestos a la escala de afrontamiento EEC y la escala de resiliencia CD-RISC. En los resultados encontrados destacan el nivel medio alto de resiliencia y hacen uso de la estrategia enfocada en el problema. Del mismo modo, destaca

la existente relación entre las variables mencionadas, por lo cual confirma la influencia del sexo y la universidad en elementos como la tenacidad, auto instrucciones, espiritualidad, firmeza, acción dirigida a las causas, reevaluación y el soporte de la religión.

Aguilar (2014), en su investigación resiliencia y afrontamiento del estrés en adolescentes: efectos mediadores de los valores culturales, teniendo como principal objetivo analizar las relaciones entre resiliencia y estrategias de afrontamiento del estrés, la investigación la llevó a cabo con una muestra integrada por 1512 estudiantes de diversos países, 484 argentinos, 363 brasileros y 665 mexicanos, el estudio forma parte del diseño no experimental, de diseño transaccional correlacional, los instrumentos utilizados para la recolección de datos fue la escala de resiliencia de Wagnild y Young y la escala de afrontamiento del estrés, obteniendo como resultados que el sentimiento de igualdad entre los miembros de grupo es el principal mediador entre adolescentes, las demandas del medio ambiente, sus recursos para afrontarlas y el desarrollo de la resiliencia.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Tipismana (2017), en su investigación, “Factores de resiliencia y afrontamiento como predictores del rendimiento académico de los estudiantes en Universidades Privadas de Lima”, buscando comprobar si los elementos resilientes y afrontamiento determinan sobre rendimiento académico. Su investigación pertenece al diseño transversal, siendo explicativo y comparativo, por medio de muestreo probabilístico estratificado desarrollado en universidades privadas de Lima. Aplicó la Escala de resiliencia académica - RESI-M, el Cuestionario de afrontamiento de estrés - CAE, escala de funcionamiento familiar - Smilkstein y la escala de rendimiento académico. Encontrando que el modelo predictivo de resiliencia y los estilos de afrontamiento intervienen directamente o indirectamente en el rendimiento académico.

Morales & Tovar (2016), investigo: “Resiliencia y Afrontamiento en un grupo de mujeres adolescentes de primer ciclo en tres universidades de Lima Metropolitana”. Teniendo como propósito hallar la relación entre la resiliencia y afrontamiento. La metodología que utilizó es cuantitativa perteneciente al diseño descriptivo y correlacional, siendo de diseño transaccional y prospectiva. Evaluando 150 estudiantes de 17 y 18 años, escogidas por medio de un método de obtener muestra no probabilística accidental. Utilizó la Escala de Resiliencia (ER) y la Escala de Afrontamiento dirigido Adolescentes (ACS) para la recolección de datos. A partir de los resultados concluyó que a niveles mayores de utilización de estrategias de afrontamiento productivas genera niveles de resiliencia mayores y a usos mayores de estrategias no productivas presenta menores niveles de resiliencia.

Pacheco (2016), en su estudio, “Resiliencia y afrontamiento de situaciones conflictivas en estudiantes del VI ciclo Cerro Colorado, 2016”. Tuvo como propósito explicar la relación resiliencia y afrontamiento en escenarios conflictivos en estudiantes del VI ciclo Cerro Colorado 2016. Utilizó la metodología cuantitativa, de diseño descriptivo correlacional transversal, utilizando dos instrumentos para la adquisición de datos, la escala de resiliencia creada por Wagnild y Young y el Cuestionario de afrontamiento creada por Thomas Kilman, constituido por 171 estudiantes como muestra. A raíz de los resultados concluyeron, en que existe relación directa de Resiliencia y Afrontamiento, en relación a la primera variable podemos determinar que predomina un 93,6% de estudiantes que registraron un nivel medio de resiliencia y en relación a la segunda variable el 80.1% presenta un nivel medio sobre afrontamiento en situaciones conflictivas de acuerdo al análisis de Pearson.

Rojas (2016), en su línea de estudio, “Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de una institución educativa secundaria de Chiclayo”. Teniendo como propósito hallar la asociación resiliencia y afrontamiento de estrés. La investigación es método no

experimental, de diseño descriptivo correlacional, teniendo 120 estudiantes como muestra final, siendo evaluados por medio de un par de instrumentos, el primero es el cuestionario de afrontamiento de estrés - CAE y la segunda es la escala de resiliencia para adolescentes - ERA, los registros que obtuvo como respuesta manifiestan la relación que existe entre las variables resiliencia y afrontamiento del estrés.

Aguirre (2016), desarrollo el estudio, “Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Trujillo”, buscando hallar la relación entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento, su estudio fue tipo correlacional, diseño no experimental, transversal. Los colaboradores del estudio lo conformo 192 estudiantes, entre tercero hasta quinto del nivel secundario, sus edades fluctuaban de 13 entre 18 años, se recopiló información a través de la escala de resiliencia para adolescentes - ERA y la escala de afrontamiento para adolescentes - ACS. Por medio de los resultados se explicó que la resiliencia se relaciona directamente con trece de dieciocho estrategias para afrontar el estrés. De la misma forma, la estrategia para afrontar concentrarse en resolver el Problema predomina en los alumnos, cabe precisar que es la única que presenta relación existente con todas las dimensiones.

2.1.3. Antecedentes Locales

Huanay (2018), en su estudio “Resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en soldados que prestan Servicio Militar voluntariado en zona VRAEM”, teniendo como propósito hallar la relación de resiliencia con los estilos de afrontamiento; utilizó la metodología científica, siendo de nivel correlacional, no experimental de corte transversal. Conformado por 137 militares, los cuales fueron expuestos a la escala de resiliencia creado y patentado por Wagnild y Young y de la misma forma, el cuestionario de estilos de

afrontamiento de estrés - COPE, concluyendo que existe relación significativa entre resiliencia con los estilos de afrontamiento del estrés en militares.

Rodríguez (2018), investigó la “Relación entre el afrontamiento con resiliencia en estudiantes de I y II ciclo de un instituto privado de Huancayo”, teniendo la intención de hallar la relación entre ambas variables; el estudio es tipo descriptivo correlacional, la población lo conformó 231 alumnos, que cursantes de los dos primeros ciclos, administrándoles la escala de Frydenberg y Lewis (1997) de afrontamiento de adolescentes - ACS y la escala creada por Wagnild y Young (1993) sobre resiliencia, el producto le permitió evidenciar que dos de los tres estilos de afrontar presentar asociación positiva con resiliencia, además que el nivel medio es predominante en lo que concierne a resiliencia y que el estilo enfocado en resolver el problema es usado más frecuentemente por los estudiantes.

Rodríguez (2018), en su estudio, “El nivel de resiliencia y el tipo de personalidad en estudiantes del programa beca 18 de una universidad privada Huancayo 2018”, donde buscó determinar la relación resiliencia con su tipo de personalidad, uso la metodología no experimental de diseño correlacional. Su grupo muestral la conformaban 227 universitarios, siendo estos medidos por medio de la escala de resiliencia para alumnos universitarios foráneos (RESFOR), de igual manera, para la evaluación de la segunda variable por medio del Inventario de Personalidad Eysenck forma B para adultos (EPI). Detallando en relación a los datos obtenidos como respuesta la existente relación directa y a la vez moderada de resiliencia con las tipologías de personalidad.

Garma & Quispe (2018), en su presente investigación “Resiliencia en adolescentes de dos instituciones estatales de nivel secundario de Huancavelica y Huancayo”, tuvo como objetivo general contrastar los niveles de resiliencia entres Instituciones Educativas estatales de Huancayo y Huancavelica. La investigación es no experimental, descriptivo de nivel,

perteneciente al diseño descriptivo comparativo; trabajaron con 208 adolescente entre las edades de 15 a 18 años, en el proceso de obtención de información se manejó por medio de la Escala de Resiliencia SV-RES, con la intención de medir el nivel de resiliencia. El estudio concluye con la inexistente discrepancia significativa en el nivel de resiliencia, sobre las siguientes dimensiones: Autonomía, satisfacción, identidad, afectividad, pragmatismo, aprendizaje y autoeficacia; por consiguiente, se concluye que si hay diferencia en las dimensiones de: Metas, vínculos, modelos, redes y generatividad.

Aire & Castellares (2017), trabajo en su investigación “Niveles de resiliencia entre instituciones públicas y privadas de Huancayo 2017”; el propósito fue comprobar niveles sobre resiliencia de instituciones formativas; la investigación fue descriptiva, transaccional descriptivo comparativo de tipo de diseño. Siendo la población de 366 estudiantes donde fueron seleccionados a través de un muestreo de tipo probabilístico estratificado por racimos, se manejó como instrumento para obtener los datos, la escala creada por Wagnild y Young para obtener datos de resiliencia. Obtuvieron como resultados, la nula diferencia en cuanto a los niveles de resiliencia en ambas entidades, sin embargo, se encontró discrepancias significativas en el que corresponde al género y su grado de estudio.

2.2. Bases Teóricas o Científicas

2.1.1. Resiliencia

El término de resiliencia nace a partir del latín Resilio, que quiere decir volver atrás, resaltar o retroceder. El concepto fue adecuado a las ciencias que estudia la sociedad con la intención de describir a la persona, que luego de haber habiendo nacido y convivido con distintos escenarios con riesgo alto, alcanza mantenerse psicológicamente estable, sano y lograr el éxito. (Rutter, 1993)

La resiliencia se define como un grupo de procesos sociales internos para posibilitar manejar una vida tranquila y sana, en un entorno problemático o complicado. Estas situaciones se dan a través del tiempo, desarrollando relaciones entre las características de la persona y su contexto cultural, familiar y social. (Rutter, 1992)

Pereira (2007), nos dice: “la resiliencia es un proceso dinámico, que tiene lugar a lo largo del tiempo, y se sustenta en la interacción existente entre la persona y el entorno entre la familia y medio social”. Por lo que, viene a ser el resultado del homeostasis entre fuentes protectores, factores de riesgo y el tipo de personalidad, considerando su sostenibilidad y la estructura de la familia cambiando con el pasar de los días y su contexto. Además, involucra más que solo sobrevivir, es superar un episodio traumático. Envuelve la capacidad de ser innovados por ellas e incluso edificar sobre ellas, dándole sentido y consintiendo no solo continuar aprendiendo a lo largo de su vida, sino también alcanzar el éxito.

Silva (1997), aludido por Osorio & Romero (2001), mencionado por Salgado (2005), la resiliencia viene a ser la capacidad general que toda persona utiliza como medio de resistencia frente a realidades difíciles para vencerlas, permitiendo gradualmente generar acciones dirigidas para la conformación de un cambio psicosocial favorable al contexto, aun teniendo en consideración la presencia de sufrimiento y conflictos intra psíquicos.

Los autores determinan: “La resiliencia como rasgo que forma parte de la personalidad positiva que le permite al individuo responder o reaccionar de manera tolerante a situaciones desfavorables, facilitándole la adaptación oportunamente”. (Wagnild & Young, 1993)

Wagnild & Young (1990), investigó la resistencia en mujeres mayores, siendo su objetivo hallar factores que mediaban en favor de que mujeres adulto mayores reaccionen con expectación y superación ante sucesos funestos como es el fallecimiento de la pareja o

familiares cercanos, 24 damas constituyó el muestreo de su estudio siendo sus edades en promedio de 67 a 92, la recolección de datos lo desarrollo por medio de la entrevista, su consigna era recordar sucesos traumáticos experimentados, planteándole cinco interrogantes que guardan relación con el episodio experimentado; los resultados indican que las damas aceptan el episodio traumático conociendo sus condiciones, por consiguiente, las creencias que manejan sobre sí mismas, su determinación, el buen humor y la fe en un Dios, les permitieron dar una mirada desde otro ángulo a la vida, siendo con tenacidad y una actitud positiva frente a su futuro.

Las entrevistas realizadas a cada dama, le permitió saber sus dificultades y conocer de qué manera es que vencieron esos episodios complicados en la vida de cada mujer; fue en este proceso en que el autor determinó dimensiones fundamentales de resiliencia: perseverancia, significación, ecuanimidad, soledad existencial y auto eficiencia.

Perseverancia

Es la persistencia y constancia que, después de experiencias o episodios complicados o traumáticos, la persona continúa observando con esperanza la vida.

Diversas investigaciones permitieron efectuar una reflexión determinando que el individuo convive con sucesos poco favorables, además, se puede precisar que algunas personas pueden conseguir sacar provecho de esas experiencias, rescatando aspectos positivos generándole niveles de confianza sobre el mismo, permaneciendo y no percibiendo problemas como una amenaza si más por lo contrario percibiéndolo como un desafío a vencer. (Wagnild & Young, 1990)

Ecuanimidad

Es la habilidad de comprensión que se forma a través del paso de los días y la vivencia de nuevas experiencias, facilitando la reacción ante sucesos adversos de manera favorable; permitiendo que los individuos resilientes sean conscientes de lo que viene aconteciendo, impidiendo que esto influya, al contrario, pueda facilitar a hallar el sentido favorable de la vida. (Beardslee, 1989)

Auto eficiencia

Capacidad para confiar en sí mismo, identificando fortalezas, habilidades y virtudes, siendo consciente de sus desperfectos, limitaciones y debilidades.

Es decir, se va constituyendo con el paso de los años, dado por que se relacionan directo con habilidades y experiencias adquiridas por la persona, de acuerdo a sus desaciertos y aciertos, facilitando a la persona para alcanzar el éxito o prevenga una decepción.

Significación

Capacidad de comprender el objetivo de existir, es decir, darle sentido y valor a la calidad de relación interpersonal, las situaciones vividas permiten que el individuo se exponga impulsado a seguir ascendiendo y de esa forma superar experiencias negativas, con la finalidad satisfacerse y crecer personalmente. (Rutter, 1985)

Soledad Existencial

Se determina a la soledad como un aspecto positivo de la persona, relacionada a la habilidad de ver la vida con independencia, singularidad, creatividad y auto aceptación, siendo su objetivo encontrarle sentido a la existencia, mediante el proceso de desarrollo de habilidades y destrezas, expresando originalidad y espontaneidad.

Factores de la resiliencia

a. Factores de riesgo

Vienen a ser las situaciones ambientales generadores de estrés experimentada en episodios a lo largo de la vida de cada persona, influyendo en los sucesos de mortalidad o morbilidad, es así que, toda persona crece rodeada de problemas psicosociales, delincuencia, violencia, disfuncionalidad familiar, pobreza extrema, adicción a sustancias psicoactivas, y muchas veces la convivencia con familiares o padres con algún trastorno psiquiátrico, entre otros, los cuales generaran problemas en su formación a nivel, social, físico, emocional y cognitivo. (Kotliarenko, Caceres & Alvarez, 1996)

b. Factores Protectores

Estos funcionan en respuesta a peligros o problemas psicosociales, siendo estos los que llevan a desarrollar conductas inadecuadas, haciéndolos vulnerables para formar parte de grupos desadaptados como son bandas delincuenciales, grupos con problemas de adicción u otros. Cabe precisar, que estos factores no siempre son desagradables, sino del mismo modo se muestran en episodios problemáticos y peligrosos que al instante de experimentar producen o generan en la persona aumentar su nivel de tolerancia, logrando en efecto el endurecimiento, facilitando la capacidad de reacción, llevándolo a ser perseverante y de ese modo pueda salir triunfador del escenario expuesto.

Niveles de resiliencia

“La resiliencia como un rasgo de la personalidad que permite la tolerancia y adaptación a situaciones estresantes”. Wagnild y Young (1993)

Dado esto los autores deciden la construcción de un Instrumento los cuales permitirían la medición resiliencia a partir de sus dimensiones, lo denominaron escala de resiliencia, está

dirigida para individuos adolescentes y también adultos. Esta escala presenta la clasificación para poder definir los niveles de resiliencia desde el nivel alto, medio o promedio, bajo y muy bajo.

En este presente estudio se utilizó la escala de resiliencia creada por Wagnild y Young (1993), la cual fue acondicionada al Perú por Castilla (2014). La prueba se ve referenciada en cuatro componentes: perseverancia, confianza y sentirse solo, ecuanimidad y aceptación de uno mismo; está constituido por 25 ítems de igual forma que la primera versión, siendo estos adecuados y evaluados de acuerdo a nuestro contexto. También este instrumento nos permitirá conocer los niveles resilientes de los estudiantes universitarios.

- **Nivel alto:** Revela la capacidad de desenvolvimiento de manera independiente, hallando un argumento o salida a las situaciones complicadas que se suele experimentar.
- **Nivel Medio:** Caracterizado por tener la capacidad de vencer eventos perjudiciales, demostrando factores como, perseverancia, confianza en sí mismo, aceptación de uno mismo y ecuanimidad.
- **Nivel Bajo:** Especifica a la persona que tiene una propensión a ser dependiente a las demás hacia hallar la manera para afrontar contextos dificultosos para su existencia, abrigando culpa por la decisión tomada.
- **Nivel muy bajo:** Se determina a la persona que no tiene confianza sobre sí mismo, además de no ser perseverante contra los inconvenientes y no buscar la respuesta que le permita superar.

2.1.2. Afrontamiento del Estrés

La segunda variable del estudio, partimos de definir al estrés, Selye (1960), mencionado por Oblitas (2010), definiendo: “El producto no específico de la demanda sobre

el cuerpo que tiene un resultado mental o físico, la respuesta del individuo la dividió en tres fases: reacción de alarma, fase de resistencia y en último lugar si el estrés persiste el estadio de agotamiento”.

En lo que concierne al estrés psicológico lo determinan como, “El estrés psicológico sería una relación particular persona y entorno, que es evaluada por esta como exuberante de recursos y como una dificultad para el logro de su bienestar”. (Lazarus & Folkman, 1986)

Y de la misma manera afrontamiento es definido, Oblitas (2010), como: “El afrontamiento como refuerzos que permiten reducir, controlar o aprender a tolerar las amenazas que conduzcan al estrés”.

Frydenberg & Lewis (1997), mencionado por Canessa (2002), define el afrontamiento de estrés al conjunto cognoscitivo y afectivo que da como respuesta del malestar sobre un contexto, en la cual el propósito de la persona es la restauración y/o conseguir la homeostasis. Definiendo que cada individuo presenta una forma diferente de reaccionar contra ciertos estímulos.

Además, Fernández (1997), mencionado por Castaño & León (2010), determinan al estilo de afrontar el estrés en cada persona, como conductas que les permiten revolver un contexto, esto relacionado según la tipología o método de afrontamiento, de acuerdo con la estabilidad que presenta según el tiempo o escenario.

Brannon & Feist (2001), mencionado por Fernández (2009), determinan que afrontamiento de estrés, presenta características a tener en cuenta. En término inicial, consideramos, que modifica el modo de afrontamiento del estrés si las respuestas a las situaciones vividas del sujeto han sido exitosas o no. En la segunda característica, el autor toma en cuenta una contestación automática y además asimilada a medio de la práctica. En la tercera parte, la persona afronta una situación donde necesita de refuerzo para vigilar y alcanzar la

homeostasis o acomodarse a la misma. De ese modo, debemos de tener en cuenta los tres términos importantes; (a) el comportamiento no precisamente se debe desarrollar estrictamente o completamente, es suficiente con el intento realizado, (b) el atrevimiento de la persona puede ser a nivel de cognoscitivo o visible y (c) es la interpretación de la experiencia es amenazante o no.

Definen: “El manejo o afrontamiento del estrés se da en relación a la forma en que las personas superan situaciones vitales que generan estrés: cuando la forma en que enfrenta es ineficaz los niveles de estrés incrementan o viceversa”. (Lazarus, 2000)

2.1.2.1. Teoría Transaccional de afrontamiento del estrés según Lazarus

El autor lo determina como la respuesta de factores manifestadas de forma persistente y lo cual involucra la conducta y la cognición del individuo, dadas para controlar las exigencias propias y del ambiente, evaluadas como que exceden las posibilidades de la persona. Según la información, se manifiesta que los escenarios que son generadores de estrés llegan a ser heterogéneas; ambiental o social; claro está, que no da dominio en la manera de como la persona confronta los contextos en el que es expuesto, al contrario, la persona y el modo de dar explicación a las situaciones serán las influyentes en el nivel de estrés que experimente. (Lazarus & Folkman, 1986)

Se identificó dos puntos importantes del afrontamiento del estrés los cuales son:

Afrontamiento al estrés como Proceso:

Lazarus & Folkman (1986), afirma: “el afrontamiento del estrés como todo lo que el individuo desarrolla para resolver una situación estresante independientemente de si es eficaz o no”. Los autores lo determina en tres factores que dan valor: a) Observación, viene a ser las observaciones y apreciaciones que el sujeto especula o lo desarrolla, b) Contexto

específico, viene a ser la evaluación de los resultados obtenidos por el sujeto o de su accionar en un contexto y c) Proceso de pensamiento, que envuelve una alteración en la manera de idear y su forma de comportamiento; siendo así, el afrontamiento consiste en que, toda persona cuenta con mecanismos o estrategias de defensa, esto a medida que interactúa con su entorno. Este proceso de afrontamiento, es resultado de la relación constante entre individuo y su entorno.

Etapas de afrontamiento del estrés según Lazarus:

En lo que concierne a las etapas de afrontamiento, definen tres etapas. Lazarus y Folkman (1986) afirma:

- **Primera etapa:** Durante la anticipación, lo determinan como la etapa en que los sucesos no se han realizado aun, estudiando la eventualidad de que ocurra o no, el tiempo y a causa de que se originó la situación. Además, implica el estudio que realiza la persona de si podrá o no manejar el contexto amenazador, también hasta qué punto lo desarrollará y de qué manera. Los contextos amenazantes afectan en el comportamiento frente el estrés y la forma de cómo enfrentarlo.
- **Segunda etapa:** Se da en preciso instante de impacto, resultados y acciones relacionados al escenario generador de estrés, perdiendo todo tipo de valor cuando este contexto se dio inicio o si ya finalizó, dado que la persona valora el adelanto y evidencia si fue semejante o malo a lo que se pensaba al igual que en cómo se dio. Hay momentos en que la persona demora en ser consciente de lo que ocurre, dado que su capacidad mental permanece encaminada al comportamiento frente al evento estresante.
- **Tercera etapa:** Se da durante el post-impacto, siendo el fragmento terminante del afrontamiento contra el estrés, donde la persona enfrenta el evento estresante conteniendo el fragmento psicológico.

Lazarus (1980); Lazarus & Lournier (1978), mencionado por Frydenberg & Lewis (2000), afirman: “El estrés es un componente natural de la vida que fomenta ambivalencia en la persona que experimenta sobre la evaluación del contexto y su voluntad para afrontarla”.

Estilos de afrontamiento del estrés según Lazarus

- El estilo de afrontamiento focalizado en el problema

Lazarus y Folkman (1984) citado por Smith, E. Nolen-Hoeksema, S. & Fredrickson, B. (2003), determina estilos de afrontamiento para resolver problemáticas. Da inicio desde características del contexto estresante, y para posteriormente buscar opciones de solución, teniendo en consideración las desventajas y ventajas. Finalmente, escogen una alternativa y plantean la acción. La alternativa escogida puede tener un enfoque dirigido hacia sí mismo, teniendo la posibilidad de cambiar el interior del sujeto en vez de modificar el escenario. Por otra parte, se podría modificar el objetivo, o sea podría hallar informes sobre la subvención o instruirse sobre las capacidades comprendidas en utilizar nueva metodología como es la experiencia y el autocontrol.

“Los que prefieren este método para enfrentar contextos estresantes, revelan niveles mínimos de depresión durante y después del episodio”. (Billings & Moos, 1984)

Evidentemente, los individuos con menos síntomas depresivos encuentran facilidad en utilizar este tipo de afrontamiento.

- Estilo de afrontamiento focalizado en la emoción

Lazarus (1984), citado por Smith, E. Nolen-Hoeksema, S. & Fredrickson, B. (2003), afirman que: “El afrontamiento enfocado en la emoción lo utilizan para advertir las emociones negativas que incomoda a la persona y no permite actuar para resolver la problemática o cuando el escenario no es manejable”.

“Las personas que prefieren este estilo tienden a enfrentar sus emociones negativas de distintas formas, algunos autores dividieron estos métodos hacia estrategias de comportamiento y habilidades cognoscitivas”. (Moos, 1988)

Afrontamiento del estrés según Carver

Carver (1989), mencionado por Janscht (2012), determina a los estilos de afrontar el estrés como contestaciones a eventos o contextos de estrés, siendo diferente en cada persona, siendo en algunos por experiencias vividas o auto valoraciones de sus motivaciones y/o capacidades, influyendo en la adaptación, además se utiliza el término “coping”, haciendo frente a una vivencia de estrés y controlarla; así, haciendo que la reacción pueda ser directa al alcanzar borrar lo que produce y la reacción indirecta atenuante cuando se reduce la manifestación de riesgo.

Carver (1989), citado por Janscht (2012), utilizo como fuente la teoría transaccional definida por Lazarus y Folkman (1986), el cual identifica un par de estilos de afrontar el estrés, cabe precisar que, Carver (1989), desarrolla una tercera dimensión llamado otros modos de enfrentamiento a situaciones estresantes o estilo focalizado en la evitación. Teniendo en consideración estos tres estilos el autor elabora un instrumento para determinar el estilo predominante de afrontamiento de la persona tomando en cuenta 13 estrategias.

Estilos de afrontamiento según Carver

a. Estilo de afrontamiento enfocado a la resolución de problema:

Se tiene como fundamento dar solución y cambiar el contexto de estrés, dando la orientación a dar respuesta al problema directamente y así lograr vencer el escenario complicado. El estilo está compuesto por cinco estrategias de afrontar el estrés:

- Afrontamiento activo, el cual envuelve la ejecución de acciones directamente enfocado en habilitar voluntades para evadir o disminuir los índices de estrés.
- Planificación de actividades, implica el modo de control del individuo sobre el escenario que genera estrés, analizando y eligiendo que conducta preferirá como elección para dar solución al problema.
- Supresión de actividades competitivas, donde la persona se concentra en la ejecución de otras actividades con el propósito de sortear la situación estresante.
- Retracción o demora del afrontamiento, esta estrategia refiere que la persona espera la oportunidad para enfrentar el escenario problemático y evitando dar respuesta de manera alocada.
- Búsqueda de soporte social, es la habilidad que envuelve la búsqueda de otras personas para pedir información o consejos que ayude en encontrar soluciones al problema.

b. Estilo de afrontamiento enfocado en las emociones o regulación emocional:

Carver (1989), mencionado por Janscht (2012), afirma: “El estilo enfocado en la emoción se concentra en controlar las emociones presentadas como respuesta a escenarios estresantes, es un proceso cognitivo en la cual la persona se motiva hacia el manejo de sus emociones y salir exitoso del episodio”, este estilo está compuesto por cinco estrategias de afrontamiento:

- Búsqueda de soporte emocional, envuelve la búsqueda del apoyo honesto, utilizar la empatía y entender el contexto que viene cargado de emociones negativas para la persona.
- Reinterpretación positiva de la experiencia, se estima el problema, averiguando el aspecto positivo de la experiencia y definiendo la enseñanza de la misma.

- Aceptación, este método da lugar en la primera y la segunda evaluación, dado que en la primera parte el individuo acepta la situación estresante que se viene dando, y la segunda es cuando la persona es consciente de que la situación es real y debe adaptarse a la convivencia frente a ese escenario.
- Retorno a la religión, involucra la parte religiosa siendo su objetivo reducir la rigidez que causa la presencia de un escenario estresante.
- Análisis de las emociones, la persona define claramente el escenario generador de estrés y de igual forma sus posibles alternativas de reacción en el individuo.

c. Estilo de afrontamiento enfocado en otros afrontamientos adicionales:

Se compone de tres estrategias para afrontar el estrés, tomando en cuenta que solo algunos individuos la utilizan. (Carver, 1989)

- Negación, presentada en el individuo cuando niega o piensa en la situación estresante que no existe o no se da, así mismo tiende a tener un comportamiento como si el episodio no se daría.
- Conductas inadecuadas, son comportamientos que la persona desarrolla pero que no colabora en el proceso de darle solución a la problemática, por ello aumenta sus niveles de ansiedad.
- Distracción, es la capacidad donde el ser humano se concentra en escenarios ajenos al problema, con la finalidad de dejar de lado la situación que se viene presentando y así reducir los niveles estrés.

2.2. Marco Conceptual

Resiliencia

“La cualidad positiva y buena de la personalidad que equilibra y controla las consecuencias desagradables del estrés, para que así se propicie el proceso adaptativo” (Wagnild & Young, 1993).

Afrontamiento

Es un proceso de reacción frente a eventos que la persona ve como una amenaza, que agobia y que generan inestabilidad en su bienestar, en el transcurso se ve involucrado la parte cognitiva, para valorar y tener dominio ante la situación estresante y a partir de eso generar un comportamiento como respuesta. (Folkman & Lazarus, 1982)

Afrontamiento Enfocado en el Problema

“Lo determinan como la búsqueda del proceso de alteración de la situación del problema o el causante del estrés. Este modo busca generar cambios en el comportamiento o en el proceso de enfrentamiento del estrés”. (Folkman & Moskowitz, 2004)

Afrontamiento Enfocado en la Emoción

Se caracteriza por ser un estilo en el cual las personas intentan tener control sobre sus emociones al presentar indicadores de estrés siendo su propósito hallar el modo de modificar sus sentimientos o lo que percibe sobre el escenario causante del estrés. (Folkman & Moskowitz, 2004)

Afrontamiento Enfocado en la Evitación

Afirma que el estilo enfocado en la evitación, es una habilidad donde el individuo presenta pensamientos o ideas ilusorios que ayuda a disminuir los indicadores del estrés o recurrir a medios de salida directas como la utilización en exceso de alimentos o el consumo de sustancias. (Folkman & Moskowitz, 2004)

Estrés

Selye (1960), mencionado por Oblitas (2010), determina como el producto no específico encaminado contra el cuerpo generando modificaciones y alterando física o mentalmente, este proceso la dividen en: reacción de alarma, fase de resistencia y en último lugar la debilitación como indicador de que el estrés permanece.

Capítulo III

Hipótesis

3.1. Hipótesis General

H₀ No existe relación significativa entre resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H₁ Existe relación significativa entre resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

3.2. Hipótesis Específica

H₀₁ El nivel de resiliencia alto no es predominante en los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H_{e1} El nivel de resiliencia alto es predominante en los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H₀2 El estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción no es predominante en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H_e2 El estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción es predominante en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H₀3 No existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado al problema, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H_e3 Existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado al problema, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H₀4 No existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado a la emoción, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H_e4 Existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado a la emoción, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H₀5 No existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

H_e5 Existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.

3.3. Variables Definición Conceptual y Operacionalización

Variable 1: **Resiliencia**

Variable 2: **Afrontamiento del estrés:**

- Enfocado en el problema
- Enfocado a la emoción
- Enfocado a la evitación

Tabla 1
Matriz de Operacionalización de Variables

Anexo N° 2 – Matriz de Operacionalización de Variables						
Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Naturaleza de la variable	Escala de medición
Resiliencia	“La resiliencia es la capacidad positiva de la personalidad que controla y equilibra el producto desagradable del estrés, para que así se genere el proceso adaptativo” (Wagnild y Young, 1993).	Operacionalmente se medirá por medio de la escala de resiliencia, los resultados nos ayudará identificar los niveles de resiliencia en universitarios.	Confianza y sentirse bien	2,3,4,5,6,8,15,16,17,18	Cualitativo	Ordinal
			Perseverancia	1,10,21,23,24	Cualitativo	Ordinal
			Ecuanimidad	7,9,11,12,13,14	Cualitativo	Ordinal
			Aceptación de uno mismo	19,20,22,25	Cualitativo	Ordinal
Modos de afrontamiento al estrés	“La manera específica y característica de hacer frente a cualquier forma de amenaza, daño o pérdida, por ende, la persona a medida que va formándose va experimentando según crea conveniente un modo particular de dar respuesta a distintas situaciones estresantes” (Carver, Scheier, y Weintraub, 1989)	El producto obtenido nos ayudará a identificar los estilos de afrontamiento del estrés en relación a sus sub dimensiones consideradas por el instrumento en cuestión.	Enfocado al problema	1,14,27,40,2,15,28,41,3,16,29,42,4,17,30,43,5,18,31,44	Cualitativo	Nominal
			Enfocado en la Emoción	6,19,32,45,7,20,33,46,8,21,34,47,9,22,35,48, 10,23,36,49	Cualitativo	Nominal
			Enfocado en la evitación	11,24,37,50,12,25,38,51,13,26,39,52	Cualitativo	Nominal

Capítulo IV

Metodología

4.1. Método de Investigación

En este presente estudio se utilizó la metodología científica, que radica en determinar las características del sujeto o hechos sometidos a un estudio. De la misma forma, consiste en interpretar y describir metódicamente la correlación o asociación de sucesos que dan lugar en a un momento en específico. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014)

4.2. Tipo de Investigación

Este estudio es de tipo básica, como define: “orientado al conocimiento de la realidad como se presenta en un escenario espacio temporal desarrollado en una determinada muestra”. (Hernández et al, 2014)

4.3. Nivel de Investigación

El estudio es de nivel descriptivo correlacional, como Hernández et al. (2014), define: “valora la asociación existente entre constructos, conceptos o variables”. Este estudio pertenece a este nivel debido busca medir cada una de las variables para analizar su relación.

4.4. Diseño de Investigación

El estudio es no experimental transversal de acuerdo al diseño, el cual se caracteriza por tener como objetivo establecer la relación existente entre dos o más variables dada en una muestra para ser comparadas estadísticamente por un coeficiente de asociación. Este presente estudio forma parte de este diseño antes descrito. (Hernández et al. 2014)

Esquema de investigación: Descriptivo Correlacional Simple

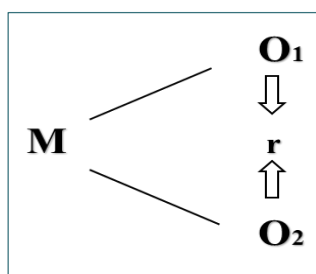


Figura 1: Esquema del Diseño de Investigación

Dónde:

- M** = Estudiantes matriculados de Trabajo Social – Universidad del Estado.
- O₁** = Resiliencia.
- O₂** = Afrontamiento del estrés
- r** = Correlación de resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés.

4.5. Población y muestra

Población

“Una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones” (Hernández et al., 2014)

La población del estudio la componen 214 estudiantes de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú ubicado en la ciudad de Huancayo, de la región Junín, en el año 2019.

Muestra

Estimado de la dimensión de la población ($N=214$), que respectivamente está constituida como un grupo accesible, viéndose por conveniente utilizar el muestreo censal con la finalidad de certificar la significación en las inferencias estadísticas de la investigación, el cual consiste en considerar al total de los elementos de la población como muestra.

La elección elegida se acoge a: “No siempre, pero en la mayoría de las situaciones se realiza el estudio por medio de una muestra” (Hernandez, Fernandez, & Baptista, 2014, p. 172); de la misma forma, el estudio no se encuentra en escenarios que exijan un metodo para el muestreo, condiciones como:

1. Establecer contacto con toda la población necesaria demasiado tiempo.
2. El costo para estudiar todos los componentes de una población resulta exorbitante.

(Lind, Marcha, & Wathen, 2012, p. 266)

Asimismo, al momento de aplicar los instrumentos de recopilación de datos, se reportó 34 casos inaccesibles (estudiantes), que no estuvieron presentes al momento de la aplicación, por lo que se procedió a eliminarlos de la muestra final, resultando como muestra final un total de 180 estudiantes analizados; así, la muestra final se define como:

$$n \sim N = 214 - 34 = 180$$

Tabla 2

Registro de estudiantes de la Facultad de Trabajo Social de I a V semestre Académico UNCP 2019 II

N°	Semestre académico	Número de estudiantes
01	I	40
02	II	40
03	III	43
04	IV	44
05	V	47
Total		214

Nota: Estadísticos adquiridos a través del área de asuntos académicos de la FATS- UNCP – 2019 II

Criterios de inclusión:

- Los estudiantes que autoricen su colaboración por medio del consentimiento.
- Los estudiantes de Trabajo Social matriculados en 1° a 5° semestre 2019 – II.

Criterios de exclusión:

- Los estudiantes que rechazan su colaboración por medio del consentimiento informado.
- Los estudiantes de 1° a 5° que no estén presentes al momento de administración de las pruebas que sirven para la recolección de información.

4.6. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Técnicas

Definen la encuesta como medio para permitir obtener respuestas a problemas en estipulaciones descriptivas, siendo el caso de relación de variables, por medio de recolección de datos, de acuerdo al diseño determinado anteriormente que asegure la información encontrada, por esta razón, la investigación hizo uso de la técnica encuestadora. (Tamayo & Tamayo, 2003)

Instrumentos

La investigación hizo uso del cuestionario, este medio envuelve los aspectos del fenómeno que se necesitaba evaluar y que se consideraron importantes, además, nos permitió dar respuesta a problemas que fueron de interés para la medición, reduciendo la realidad en cifras de casos importantes y precisando el objetivo del estudio. (Tamayo & Tamayo, 2003)

Instrumento de Recolección de datos variable 1 - Resiliencia

Para recolección de datos, se utilizó la escala de resiliencia creada por Wagnild y Young (1993), el cual fue adecuado a Perú por Castilla (2014), es una prueba que sirve para establecer el nivel de resiliencia en los adolescentes y adultos. La escala está compuesta por 25 ítems de tipo cerrado construidos según una escala Likert de siete alternativas. Para verificar la confiabilidad de la prueba se desarrolló la dosis estadística de Alfa de Crombach, arrojando un puntaje de 0.86 siendo mayor a 0.70 convirtiéndolo en un instrumento confiable y aceptable. El proceso para aplicar y administrar el instrumento se dio de modo colectivo, teniendo como duración 15 minutos.

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

FICHA TÉCNICA

Nombre del instrumento	: Escala de Resiliencia - ER
Autor de primera versión	: Wagnild, G.M. y Young, H.M. (1993)
Adaptación peruana	: Humberto Castilla Cabello (2014), Universidad Inca Garcilaso de la Vega
Administración	: Colectiva o Individual
Duración	: 10 Minutos
Aplicación	: 17 años a más
Significación	: Evalúa el nivel de resiliencia

Instrumento de Recolección de datos variable 2 – Afrontamiento del estrés

Se utilizó hizo uso del cuestionario de modos de afrontamiento del estrés - COPE inventada por Carver et. al (1989), adecuada al medio peruano por Casuso (1996), es un cuestionario que permite ver como las personas actúan o reaccionan frente a situaciones complicadas o estresante determinando un estilo en tres de afrontar el estrés. El cuestionario lo constituyen 52 ítems de respuestas dicotómicas. Para certificar la confiabilidad de la prueba se desarrolló por medio de la prueba estadística Alfa de Crombach, arrojando un puntaje de 0.87 siendo este mayor a 0.70 convirtiéndolo en un instrumento confiable y aceptable. El modo de aplicación se realizó de manera colectiva que tuvo una duración de 25 minutos.

CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS

FICHA TÉCNICA

Nombre del instrumento	: Cuestionario de modos de afrontamiento del estrés – COPE
Autor	: Carver, C. (1989)
Origen	: Estados Unidos
Adaptada al Perú	: Casuso, L. (1996) Pontifica Universidad Católica Del Perú.
La aplicación	: Individual
Total, de Ítem	: 52 ítems
Dirigido	: personas de entre 16 años a más

Validez de Instrumentos

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), la validez lo determina el grado de la prueba que permite medir realmente lo que se quiere medir. Para generar mayor importancia de los instrumentos se siguió el proceso de validez por medio de 4 expertos que tienen el grado académico de magister en psicología, quienes dieron la validez al

contenido de los instrumentos (juicio de expertos), obteniendo resultados óptimos para la aplicación de los instrumentos.

Confiabilidad de Instrumentos

Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), define que es el nivel en que la administración de la prueba de forma repetida al mismo perfil de persona genera respuestas semejantes, para ello se utilizó la prueba piloto, por medio de 20 universitarios de la Universidad Nacional del Centro del Perú pertenecientes a la Facultad de Trabajo Social, siendo estos datos procesados con el estadístico de alfa de Crombach.

4.7. Técnicas de Procesamiento y Análisis de Datos

Estadística descriptiva

Se define como la representación de valores, registros o calificaciones encontradas. Se desarrolló la discusión descriptiva correspondiente con la finalidad de establecer los puntajes de los datos obtenidos por medio de tablas de configuración de porcentajes y frecuencias, detalladas por medio de gráficos descriptivos. (Hernández et al., 2010)

Estadística inferencial

Estos estadísticos inferenciales nos permiten hacer la comprobación, inferir o deducir en relación a un grupo de fundamentos numerales (población), a través de un conjunto inferior a la población (muestra). (Bernson & Levine, 1996)

En el proceso para la comprobación de hipótesis general del presente estudio teniendo en cuenta que la muestra es grande ($n = 180$, $n > 30$), se usó el estadístico de Chi Cuadrada de Pearson con la probabilidad Chi Cuadrada con r grados de libertad, así mismo de resultar significativo el estadístico χ^2 ($p < 0.05$), se procedió a calcular el

coeficiente de contingencia V de Cramer, para determinar la potencia en la que ambas variables se encontraban asociadas.

Para la comprobación de la primera y segunda hipótesis específica, dado que la muestra es grande ($n = 180, n > 30$), se usó la función Z de Gauss con distribución normal estándar para pruebas de una proporción.

Para la comprobación de la tercera, cuarta y quinta hipótesis específicas dado que la muestra es grande ($n = 180, n > 30$), se usó el estadístico de Chi Cuadrada de Pearson con probabilidad de Chi Cuadrada con r grados de libertad, así mismo de resultar significativo el estadístico χ^2 ($p < 0.05$), se procedió a calcular el coeficiente de contingencia V de Cramer, para determinar la potencia en la que ambas variables se encontraban asociadas. También se empleó el programa estadístico SPSS 23.

4.8. Aspectos Éticos de la Investigación

El informe de investigación está avalado por el código de ética para la investigación científica de la Universidad Peruana Los Andes que especifica en el Art.4.- “Contar con la manifestación de voluntad informada, libre, inequívoca y específica, mediante la cual las personas como sujeto de investigación o titular de los datos consisten en el uso de la información para los fines específicos establecidos en los proyectos de investigación” (pg.5). De la misma el estudio se rige al reglamento de ética de investigación de la Universidad Peruana Los Andes, donde especifica que el estudio debe garantizar la beneficencia hacia la persona como dice el Art. 7.- “En toda investigación debe asegurarse el bienestar e integridad de las personas que participan en las investigaciones. Por lo que, durante la investigación no se debe causar daño físico ni psicológico; asimismo se debe minimizar los posibles efectos adversos y maximizar los

beneficios”. (pg.6), el velar por la integridad de los participantes de esta investigación da fe de cumplir con el estamento antes descrito. También la tesis asegura los resultados obtenidos en la investigación fiscalizada el reglamento general de investigación de la Universidad Peruana Los Andes por medio del Art. 27.- que define “Los investigadores, docentes, estudiantes y graduados deberán garantizar la veracidad de la investigación en todas las etapas del proceso, desde la formulación del problema hasta la interpretación y la comunicación de los resultados”. (pg.12). Además, también se tuvo en cuenta el código Ético del Colegio de Psicólogos del Perú y el código de Núremberg, salvaguardando y protegiendo la integridad psicológica y física en nuestros colaboradores.

Capítulo V

Resultados

5.1 Descripción de resultados

Seguidamente, se da a conocer los resultados encontrados a lo largo del estudio realizado con estudiantes de 1° a 5° semestre de la Facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú de la región Junín, del año 2019, partiendo de la descripción de los participantes del estudio, tomando en consideración que estas características fueron fundamentales permitiéndonos enriquecer y así referenciar a otros estudios que presenten las mismas variables y grupo de estudio.

5.1.1. Perfil de la muestra

La información que describe las principales características de la muestra de estudio se observa en la tabla 3.

Tabla 3
Caracterización de la muestra

Variable		Evaluados	%
Sexo			
	Femenino	177	98.3
	Masculino	3	1.7
Total		180	100
Edad*			
	<19	79	43.9
	19 – 21	93	51.7
	22+	8	4.4
Total		180	100
Semestre			
	I	38	21.1
	II	33	18.3
	III	34	18.9
	IV	37	20.6
	V	38	21.1
Total		180	100
Procedencia académica			
	Estatad	136	75.6
	Particular	44	24.4
Total		180	100

Nota: Características principales de la muestra de estudio. n=180

* Min = 17, Max = 25

La tabla 3 evidenció que la muestra es preponderantemente femenina (98.3%), con edades que fluctúan entre 17 y 25 años, siendo el grupo de 19 a 21 años el predominante con un 51.7%, frente a la población de 22 años a más que solo representa el 4.4%.

Asimismo, se apreció una distribución homogénea entre los 5 semestres analizados (18.3% a 21.1%), con cantidades que fluctúan entre 33 y 38 estudiantes por semestre, los mismos que en su mayoría provienen de instituciones educativas estatales (75.6%), frente al 24.4% que provienen de instituciones particulares. La figura 2 apoya de manera visual lo mencionado.

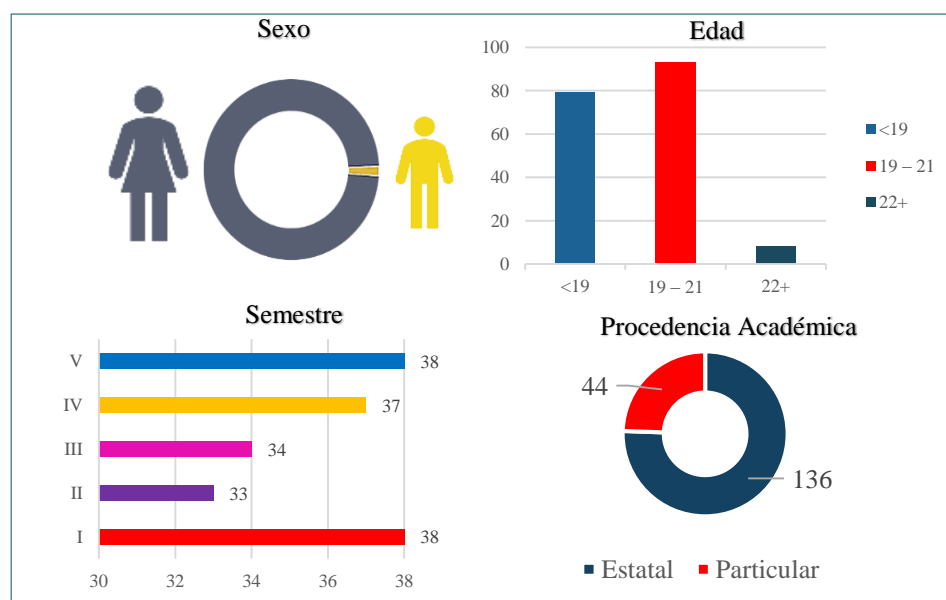


Figura 2. Caracterización de la muestra de estudio. n=180. La información recolectada del grupo de estudio fue por medio de los Instrumentos aplicados a la muestra.

5.1.2. Relación entre Resiliencia y Estilos Predominantes de Afrontamiento del Estrés

A partir de la sistematización de los datos obtenidos por los instrumentos usados en la investigación, se desarrolló la asociación o relación entre resiliencia y estilos de afrontar el estrés, la tabla 4 describe apropiadamente la asociación entre las variables de estudio, por tratarse de variables categóricas o cualitativas (Lind, Marcha, & Wathen, 2012)

Tabla 4
Relación entre nivel de resiliencia y estilos predominantes de afrontamiento del estrés

Resiliencia	Estilo de Afrontamiento					
	Problema		Emoción		Evitación	
	F	%	F	%	f	%
Muy Bajo	4	6.0	4	4.9	-	-
Bajo	2	3.0	-	-	3	50.0
Promedio	5	7.5	11	13.6	1	16.7
Alto	56	83.6	66	81.5	2	33.3
Total	67	100	81	100	6	100

Nota: Valores en porcentaje. n=180. f = evaluados

La tabla 4 mostró información exploratoria de la asociación entre resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés.

Esta información mostrada, evidenció que en los 3 grupos que conformaron los estilos de afrontamiento del estrés, de todos los estudiantes, los que tienden a usar el estilo enfocado en el problema representan un 7.5%, enfocado a la emoción un 13.6% y enfocado con la evitación determinado por 16.7%, estos al ser relacionado con el nivel de resiliencia promedio los resultados vienen a ser heterogéneos, al igual que para los 3 niveles de resiliencia restantes; sugiriendo así, que el estilo que pueda presentar predominantemente el estudiante se da sin importar el nivel de resiliencia que haya desarrollado, de no ser así se apreciaría diferencias saltantes entre los 3 grupos analizados.

Cabe puntualizar que esta aseveración responde a un análisis exploratorio de los datos de la tabla 4 y que la prueba de hipótesis, desarrollada más adelante, brindó conclusiones estadísticamente fiables.

5.1.3. Análisis de las Variables de Estudio

Nivel de resiliencia

Tabla 5
Niveles de Resiliencia

Nivel de resiliencia	Evaluados	%
Muy bajo	8	4.4
Bajo	6	3.3
Promedio	18	10.1
Alto	148	82.2
Total	180	100

Nota: n=180

La tabla 5 evidenció los niveles resilientes que manifiestan los universitarios analizados, en ella apreciamos al nivel alto como sobresaliente con 82.2%, secundada

por el nivel promedio con apenas 10% de los estudiantes. Así mismo resalta el hecho de que hay una gran minoría de estudiantes que cuenta con un nivel de resiliencia por debajo del promedio (7.7%). La figura 3 apoya lo mencionado.

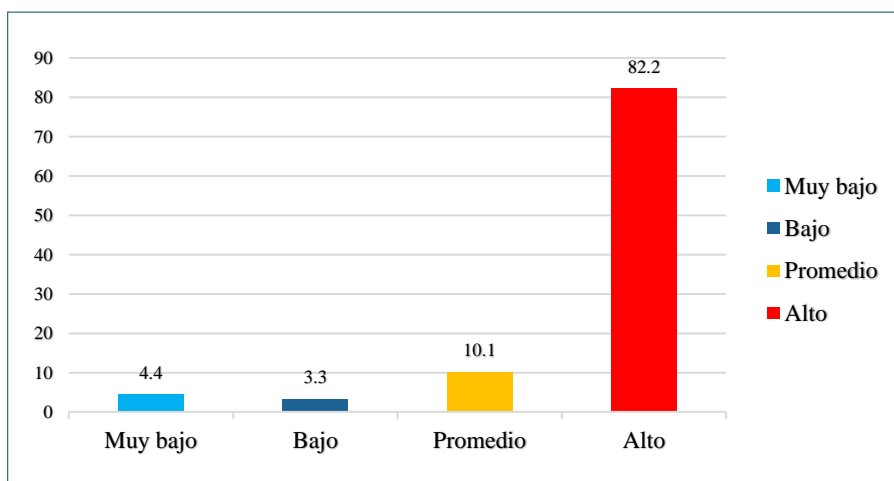


Figura 3. Nivel de resiliencia en estudiantes universitarios de 1° a 5° semestre, FATS – UNCP. n=180. Para obtener los resultados se utilizó el instrumento para la muestra (Escala de resiliencia de Wagnild & Young).

Estilos predominantes de afrontamiento del estrés.

Tabla 6
Estilos predominantes de afrontamiento del estrés

Estilo	Evaluados	
	f	%
Enfocado al problema	67	37.2
Enfocado a la emoción	81	45.0
Enfocado a la evitación	6	3.3
Total	180*	100

Nota: n=180

La tabla 6 reportó información sobre los estilos de afrontamiento que los estudiantes analizados manifestaron, un 45% de estudiantes usa el estilo de afrontamiento que se enfoca en la emoción, mientras que el 37.2% lo hace enfocándose en el problema.

Estos datos sugirieron que los estudiantes analizados, afrontan el estrés enfocándose preponderantemente en la emoción, aseveración que fue confirmada en la prueba de hipótesis desarrollada más adelante. La figura 4 apoya visualmente lo mencionado.

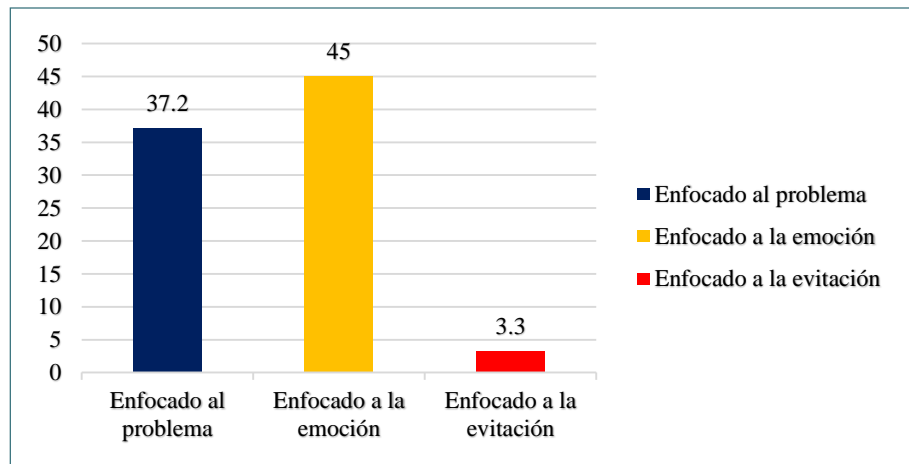


Figura 4. Estilos predominantes de afrontamientos al estrés en estudiantes universitarios de 1° a 5° semestre, FATS – UNCP. n=180. Para obtener los resultados se utilizó el instrumento para la muestra.

Satisfaciendo nuestros objetivos específicos de investigación, es necesario analizar la frecuencia de empleo de cada uno de los tres estilos de afrontamiento, considerando que cada uno de los 180 estudiantes emplea con cierta frecuencia cada estilo y que en función a una mayor frecuencia, se determinó su estilo predominante; la tabla 6 ha presentado el estilo de afrontar el estrés que predomina en los estudiantes y en la tabla 7 se presentó con cuanta frecuencia emplea un estudiante cada uno de los tres estilos de afrontamiento.

De esta manera, la tabla 7 mostró que el 68.3% de los estudiantes analizados, hace frente al estrés, enfocándose en el problema circunstancialmente, mientras que el 29.4% lo hace muy frecuente. Asimismo, el 65%, hace frente al estrés, enfocándose en la emoción circunstancialmente, y el 34.4 % lo hace muy frecuente.

Haciendo una comparación entre ambos estilos, los que afrontan el estrés de manera circunstancial y muy frecuente enfocándose en la emoción (99.4%) supera ligeramente a aquellos que lo hacen enfocándose en el problema (97.7%), esto refuerza lo analizado en la tabla 6 y corroborado en la prueba de hipótesis para determinar el estilo predominante de afrontamiento al estrés desarrollado más adelante.

Tabla 7
Frecuencia de empleo de los estilos de afrontamiento del estrés

Frecuencia	Evaluados	%
Enfocado en el problema		
Poco frecuente	4	2.2
Circunstancial	123	68.3
Muy frecuente	53	29.4
Total	180	100
Enfocado en la emoción		
Poco frecuente	1	0.6
Circunstancial	117	65.0
Muy frecuente	62	34.4
Total	180	100
Enfocado en la evitación		
Nunca	7	3.9
Poco frecuente	79	43.9
Circunstancial	93	51.7
Muy frecuente	1	0.6
Total	180	100

Nota: n=180

De la misma forma, la información de la tabla 7, con respecto al estilo enfocado en la evitación, reveló que predominantemente lo hacen circunstancialmente y poco frecuente (51.7%, 43.9%), incluso 7 estudiantes revelaron que nunca han empleado este estilo. Lo analizado hasta ahora se refuerza visualmente con la figura 5.

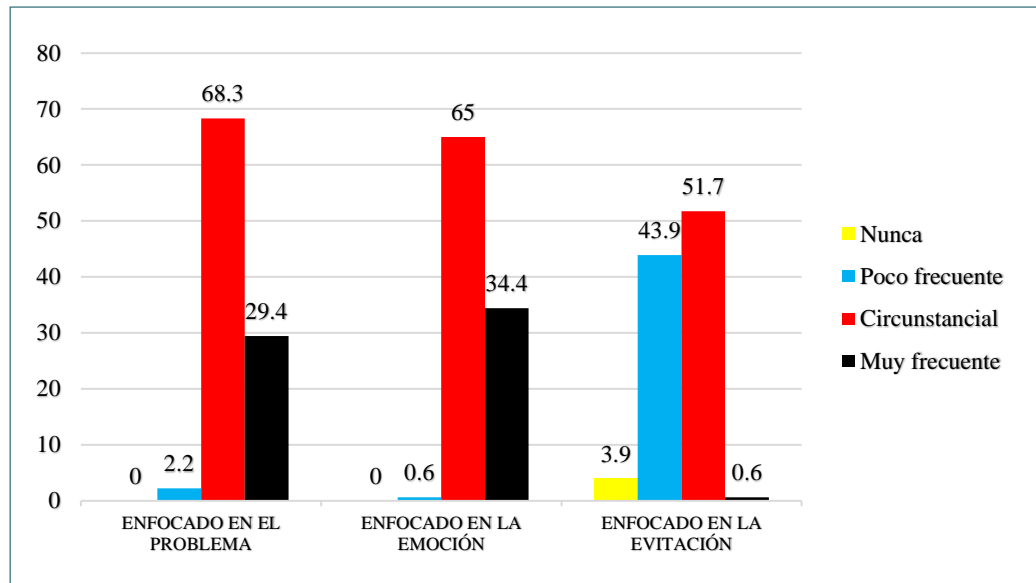


Figura 5. Frecuencia de uso de los estilos de afrontamientos al estrés en estudiantes universitarios de 1° a 5° semestre, FATS – UNCP. n=180. Para obtener los resultados se utilizó el instrumento para la muestra.

5.1.4. Relación entre Resiliencia y los Estilos de Afrontamiento del Estrés

Relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado al problema. El análisis exploratorio de asociación o relación de resiliencia con los estilos de afrontamiento al estrés enfocado al problema, presenta la tabla 8, que describe apropiadamente la asociación entre las variables en mención, por tratarse de variables categóricas o cualitativas (Lind, Marcha, & Wathen, 2012).

Tabla 8

Relación entre nivel de resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado al problema

Enfocado en el problema	Resiliencia				Total*
	Muy Bajo	Bajo	Promedio	Alto	
Poco frecuente	-	66.7	-	-	4
Circunstancial	62.5	16.7	94.4	67.6	123
Muy frecuente	37.5	16.7	5.6	32.4	53
Total*	8	6	18	148	180

Nota: Valores en porcentaje. n=180

* Totales en frecuencia

La tabla 8 mostró que, en los 4 grupos de estudiantes tanto en nivel de resiliencia muy bajo que presenta un porcentaje de 62.5%, en nivel bajo un 16.7%, en nivel promedio que es de 94.4%, y a nivel alto que presenta un porcentaje de 67.6%, son indicadores que demuestran que aquellos que afrontan al estrés enfocándose en el problema de manera circunstancial es relativamente heterogénea.

Asemejándose a estos resultados, se apreció lo mismo en estudiantes con uso frecuente de este estilo, evidenciando que podría existir relación entre las variables analizadas, pero esto se verificará mediante la prueba de hipótesis desarrollada más adelante. La heterogeneidad mencionada hasta aquí se refuerza con la figura 6.

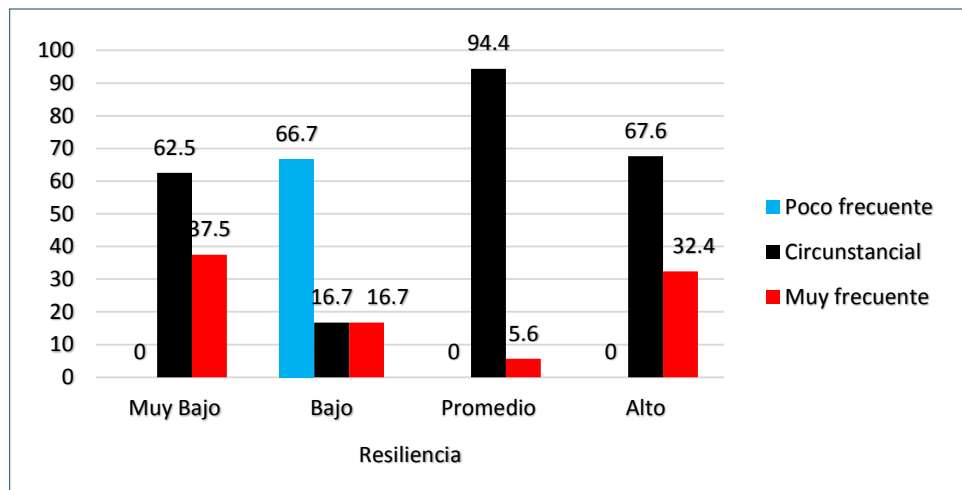


Figura 6. Relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento enfocado al problema en estudiantes universitarios de 1° a 5° semestre, FATS – UNCP. n=180. Fuente: Instrumento aplicados a la muestra.

Relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción. El análisis exploratorio de la asociación o relación entre resiliencia con el estilo de afrontamiento de estrés enfocado a la emoción, la tabla 9, describe apropiadamente la asociación entre las variables en mención, por tratarse de variables categóricas o cualitativas. (Lind, Marcha, & Wathen, 2012)

Tabla 9

Relación entre nivel de resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado a la emoción

Enfocado en la emoción	Resiliencia				Total*
	Muy Bajo	Bajo	Promedio	Alto	
Poco frecuente	-	16.7	-	-	1
Circunstancial	62.5	66.7	83.3	62.8	117
Muy frecuente	37.5	16.7	16.7	37.2	62
Total*	8	6	18	148	180

Nota: Valores en porcentaje. n=180

* Totales en frecuencia

En la tabla 9, se demostró que entre los 4 grupos del nivel de resiliencia, los estudiantes que muy frecuentemente hacen frente al estrés enfocándose en la emoción, presentan porcentajes relativamente heterogéneas (37.5, 16.7, 16.7, 37.2), algo similar a lo que presentaron los estudiantes que circunstancialmente usan este estilo; esto sugiere que la frecuencia de uso es dependiente del nivel de resiliencia que pueda tener un estudiante, esta aseveración preliminar responde a un análisis exploratorio de los datos y que solo la prueba de hipótesis de la misma, brindará una conclusión fiable. Lo mencionado se refuerza visualmente en la figura 7.

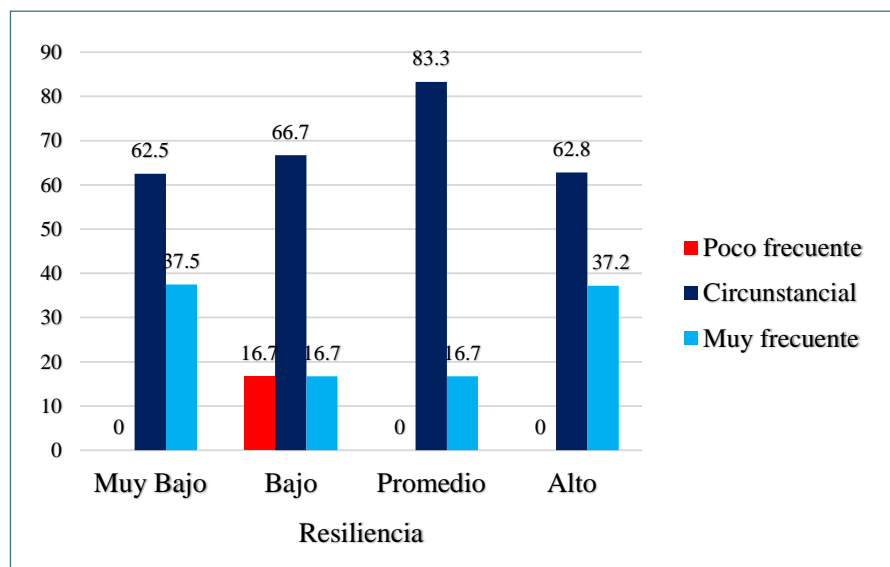


Figura 7. Relación entre nivel de resiliencia y estilo de afrontamiento enfocado a la emoción en estudiantes universitarios de 1° a 5° semestre, FATS – UNCP. n=180.

Relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación. El análisis exploratorio de la relación o asociación entre resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación, se presenta en la tabla 10, que describe apropiadamente la asociación entre las variables en mención, por tratarse de variables categóricas o cualitativas. (Lind, Marcha, & Wathen, 2012)

Tabla 10

Relación entre nivel de resiliencia y el estilo de afrontamiento al estrés enfocado a la evitación

Enfocado en la evitación	Resiliencia				Total*
	Muy Bajo	Bajo	Promedio	Alto	
Nunca	-	16.7	-	4.1	7
Poco frecuente	37.5	16.7	61.1	43.2	79
Circunstancial	62.5	66.7	33.3	52.7	93
Muy frecuente	-	-	5.6	-	1
Total*	8	6	18	148	180

Nota: Valores en porcentaje. n=180

* Totales en frecuencia

En la tabla 10 se apreció que en los 4 grupos de estudiantes, que presentaron según su nivel de resiliencia, tanto en el nivel muy bajo siendo 62.5%, el nivel bajo con 66.7%, nivel promedio con 33.3% y el alto con 52.7% de los estudiantes, en relación a los que usan el afrontamiento del estrés enfocándose en la evitación de manera circunstancial, tienen porcentajes similares, de manera parecida sucede con estudiantes que con poca frecuencia emplean este estilo; esto sugiere que la frecuencia de uso es del estilo enfocado en la evitación es independiente del nivel de resiliencia que pueda tener un estudiante, esta aseveración preliminar responde a un análisis exploratorio de los datos y que solo la prueba de hipótesis de la misma, brindará una conclusión fiable. Lo refuerzan estos datos en la figura 8.

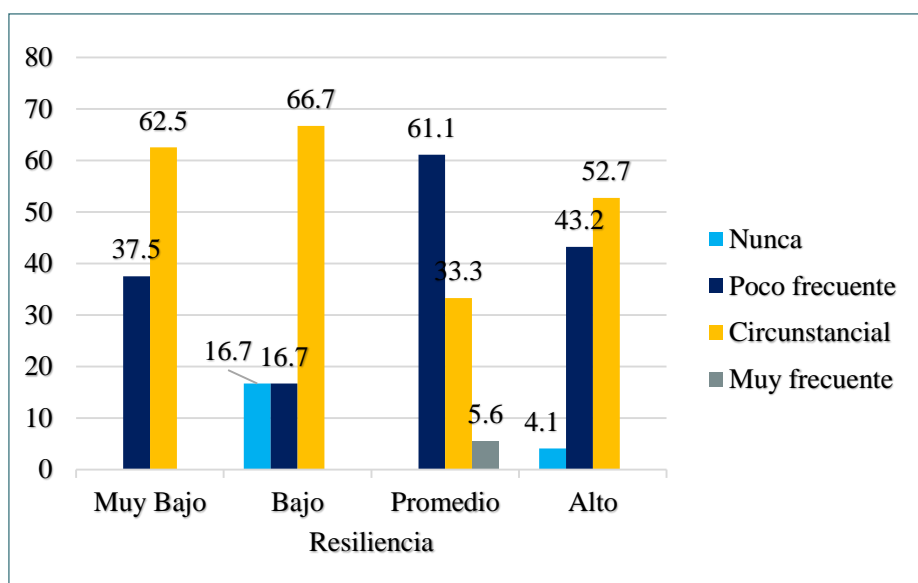


Figura 8. Relación entre resiliencia y estilo de afrontamiento enfocado a la evitación en estudiantes universitarios de 1° a 5° semestre, FATS – UNCP. n=180.

5.2. Contratación Estadística de Hipótesis

5.2.1. Contratación Estadística de Hipótesis General de Investigación

Hipótesis de investigación. Considerando aspectos generales, la presente investigación planteó el siguiente supuesto:

“Existe relación significativa entre resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019”.

La dódima estadística de esta hipótesis se realizó mediante la prueba Chi Cuadrada para asociación de variables categóricas y el coeficiente de correlación de ajuste V de Cramer, considerando un nivel de significancia de 5 %, con su correspondiente seguridad estadística del 95%, mediante un contraste unilateral superior y con los datos de la tabla 4 de contingencia, el procedimiento se presenta a continuación (Webster, 2001).

Nivel de riesgo o significancia: En este estudio se toma el grado de riesgo al 0.05, es decir que la línea de error viene a ser el 5%.

Hipótesis estadísticas. La hipótesis estadística es la traducción simbólica en términos estadísticos de la hipótesis de investigación (Lind, Marcha, & Wathen, 2012, pp. 335,336), siendo:

Hipótesis nula H_0 : No existe relación significativa entre resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Hipótesis alternativa H_1 : Existe relación significativa entre resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Estadística de prueba. Dado que la muestra es grande ($n = 180$, $n > 30$), se usó la función Chi Cuadrada de Pearson con distribución de probabilidad Chi Cuadrada con r grados de libertad, definida como:

$$\chi^2 = \sum \sum \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Asimismo, de resultar significativo el estadístico χ^2 ($p < 0.05$), se procedió a calcular el coeficiente de contingencia V de Cramer, para determinar la potencia en la que ambas variables se encontraban asociadas, para ello se consideró la siguiente fórmula:

$$V = \sqrt{\frac{\chi^2}{n(q-1)}}$$

En ambas fórmulas, χ^2 es el coeficiente de asociación de variables categóricas Chi cuadrado de Pearson, O_{ij} son las frecuencias observadas en la muestra, E_{ij} son las

frecuencias esperadas o teóricas, n es el número de estudiantes evaluados, q es el número de filas o columnas de la tabla de contingencia analizada (el menor de ambos).

Así también, La función Chi cuadrada está definida por el número de grados de libertad, que resultó del cálculo mediante la fórmula:

$$r = (c - 1)(f - 1)$$

Donde, r es el número de grados de libertad, c es el número de columnas de la tabla de contingencia, f es el número de filas de la misma tabla.

Regla de decisión o Lectura del P. Valor. Como puntualiza Triola (2009) se usó el método tradicional al 95% de confianza estadística, el cual exige rechazar la hipótesis nula H_0 , si el valor Chi cuadrada calculada, supera al valor teórico o crítico de 9.488 a un nivel de significación de 0,05 con 4 grados de libertad; en caso contrario, aceptar H_0 .

Cálculo de valores. Para evitar que el cálculo resulte no valido, previamente se realizó un tratamiento a la tabla 4 por tener celdas con conteos esperados menores a 5, para ello se agrupó en una sola fila, los niveles de resiliencia muy bajo y bajo.

Para el cálculo se usó el paquete estadístico Minitab V18, el cual reportó:

	PR	EM	EV	Todo
MB&B	6	4	3	13
	5.656	6.838	0.506	
P	5	11	1	17
	7.396	8.942	0.662	
A	56	66	2	124
	53.948	65.221	4.831	
Todo	67	81	6	154

Prueba de chi-cuadrada		
	Chi-cuadrada	GL
Pearson	16.643	4
Relación de verosimilitud	10.781	4

Figura 9. Reporte Minitab V18. Prueba Chi cuadrada para asociación de variables categoriales entre resiliencia y estilos predominantes de afrontamiento al estrés.

La figura 9 reporta valores Chi cuadrado de Pearson significativos (Valor $\chi^2 > 9.488$), en tal sentido, es aplicable calcular el coeficiente V de Cramer.

$$\text{Reporte: } V = \sqrt{\frac{\chi^2}{n(q-1)}} = \sqrt{\frac{16.643}{154(3)}} = 0.232$$

Del cálculo realizado, resulta un coeficiente V de 0.232, el cual como puntualiza Hernandez, Fernandez, & Baptista (2014), evidencia una relación muy débil (0.10 a 0.25) entre resiliencia y estilo de afrontamiento al estrés.

Decisión estadística. Dado que el valor Chi cuadrado (16.643), mostrado en la figura 9, en estudiantes en relación a los estilos de afrontamiento del estrés, es mayor que 9.488, se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística. Al 95% de seguridad estadística, hay evidencias suficientes para afirmar que, existe relación muy débil y significativa entre resiliencia y estilos de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

En tal sentido, la hipótesis general de investigación ha sido aceptada.

Interpretación de resultados sobre los objetivos del estudio. El propósito general del presente estudio fue establecer la relación entre la resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú. De acuerdo a los resultados obtenidos podemos decir que, si existe relación significativa entre las variables en cuestión, aceptando la hipótesis de investigación y rechazando la hipótesis nula.

5.2.2. Contrastación Estadística de la Primera Hipótesis Específica de Investigación

Hipótesis de investigación. Considerando un primer aspecto específico, la presente investigación planteó el siguiente supuesto:

“El nivel de resiliencia alto es predominante de los estudiantes de 1ª a 5ª semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú-Huancayo 2019”.

Esta aseveración se determina cuando la proporción del nivel de resiliencia alto supera a 0.25, debido a que cada nivel posee una equiprobabilidad de $\frac{1}{4} = 0.25$.

La dócima estadística de esta hipótesis se realizó mediante la prueba Z de Gauss para una proporción en muestras grandes ($n = 180$, $n > 50$), al 95% de confianza estadística, con un nivel de significación del 5% y con los datos de la tabla 5, el procedimiento se muestra a continuación. (Webster, 2001)

Nivel de riesgo o significancia: En este estudio se toma el grado de riesgo al 0.05, es decir que la línea de error viene a ser el 5%.

Hipótesis estadísticas. La hipótesis estadística es la traducción simbólica en lenguaje estadístico de la hipótesis de investigación (Lind, Marcha, & Wathen, 2012, pp. 335,336), siendo:

Hipótesis nula H_0 : El nivel de resiliencia alto no es predominante en los estudiantes de 1º a 5º semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. ($H_0: \pi = 0.25$).

Hipótesis alternativa H_1 : El nivel de resiliencia alto es predominante en los estudiantes de 1º a 5º semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. ($H_0: \pi > 0.25$).

Estadística de prueba. Dado que la muestra es grande ($n = 180$, $n > 30$), se usó la función Z de Gauss con distribución normal estándar para pruebas de una proporción, definida como:

$$Z = \frac{p - \pi}{\sqrt{\frac{\pi(1 - \pi)}{n}}}$$

Aquí, p es la proporción de éxito en la muestra, π es la proporción de éxito en la población o proporción hipotética, n es el número de estudiantes evaluados.

Regla de decisión o Lectura del P. Valor. Como puntualiza Triola (2009) se usó el método del valor P al 95% de confianza estadística, el cual exige rechazar la hipótesis nula H_0 , si el valor “p” es menor que el nivel de significación usual de 0,05; en caso contrario, aceptar H_0 .

Cálculo de valores. Para el cálculo se usó el paquete estadístico Minitab V18, el cual reportó:

Prueba	
Hipótesis nula	$H_0: p = 0.25$
Hipótesis alterna	$H_1: p > 0.25$
<u>Valor Z</u>	<u>Valor p</u>
17.73	0.000

Figura 10. Reporte Minitab V18. Prueba Z de una proporción para nivel de resiliencia.

Decisión estadística. Dado que el valor p (0.000), mostrado en la figura 10 es menor que 0.05, se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística. Al 95% de seguridad estadística, hay evidencias suficientes para afirmar que, el nivel de resiliencia alto es predominante en los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

En tal sentido, la primera hipótesis específica de investigación ha sido aceptada.

Interpretación de los resultados en función al objetivo de la investigación. El objetivo específico número uno de la presente investigación fue determinar el nivel de resiliencia predominante de los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú. De acuerdo a los resultados obtenidos podemos decir que, el nivel alto de resiliencia es predominante en los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú, aceptando la hipótesis de investigación y rechazando la hipótesis nula.

5.2.3. Contrastación Estadística de la Segunda Hipótesis Específica de Investigación

Hipótesis de investigación. Considerando un segundo aspecto específico, la presente investigación planteó el siguiente supuesto:

“El estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción es predominante en estudiantes de 1ª a 5ª semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019”.

Esta aseveración se determina cuando la proporción del estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción supera a 0.33, debido a que cada estilo posee una equiprobabilidad de 0.33 (1/3); es decir, solo si la proporción de estudiantes con un estilo enfocado en la emoción supera a 0.33 significará que es el estilo predominante.

La dócima estadística de esta hipótesis se realizó mediante la prueba Z de Gauss para una proporción en muestras grandes ($n = 180$, $n > 50$), al 95% de confianza estadística, con un nivel de significación del 5% y con los datos de la tabla 6, el procedimiento se muestra a continuación (Webster, 2001).

Nivel de riesgo o significancia: En este estudio se toma el grado de riesgo al 0.05, es decir que la línea de error viene a ser el 5%.

Hipótesis estadísticas. La hipótesis estadística es la traducción simbólica en lenguaje estadístico de la hipótesis de investigación (Lind, Marcha, & Wathen, 2012, pp. 335,336), siendo:

Hipótesis nula H_0 : El estilo de afrontamiento enfocado en la emoción no es predominante en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú. ($H_0: \pi=0.33$).

Hipótesis alternativa H_1 : El estilo de afrontamiento enfocado en la emoción es predominante en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú. ($H_0: \pi>0.33$).

Estadística de prueba. Dado que la muestra es grande ($n = 180, n > 30$), se usó la función Z de Gauss con distribución normal estándar para pruebas de una proporción, definida como:

$$Z = \frac{p - \pi}{\sqrt{\frac{\pi(1 - \pi)}{n}}}$$

Aquí, p es la proporción de éxito en la muestra, π es la proporción de éxito en la población o proporción hipotética, n es el número de estudiantes evaluados.

Regla de decisión o Lectura del P. Valor. Como puntualiza Triola (2009) se usó el método del valor P al 95% de confianza estadística, el cual exige rechazar la hipótesis nula H_0 , si el valor “p” es menor que el nivel de significación usual de 0,05; en caso contrario, aceptar H_0 .

Cálculo de valores. Considerando que la tabla 6 presentó información sobre estilo predominante de afrontamiento del estrés de los estudiantes, el cálculo se realizó mediante el paquete estadístico Minitab V18, el cual reportó:

Estadísticas descriptivas			
N	Evento	Muestra p	Límite inferior de 95% para p
179	81	0.452514	0.391321

Prueba	
Hipótesis nula	$H_0: p = 0.33$
Hipótesis alterna	$H_1: p > 0.33$
Valor Z	Valor p
3.49	0.000

Figura 11. Reporte Minitab V18. Prueba Z de Gauss sobre una proporción para estilo predominante de afrontamiento al estrés en estudiantes.

Decisión estadística. Dado que el valor p (0.000) de la figura 11, en estudiantes con estilo de afrontamiento simple, es menor que 0.05, se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística. Al 95% de seguridad estadística, hay evidencias suficientes para afirmar que, el estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción es el predominante en estudiantes de 1ª a 5ª semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

En tal sentido, la segunda hipótesis específica de investigación ha sido aceptada.

Interpretación de los resultados en función al objetivo de la investigación. El objetivo específico número dos de la presente investigación fue determinar el estilo predominante de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1º a 5º semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú. De acuerdo a los resultados obtenidos podemos decir que, el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción es predominante en los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad

Nacional del Centro del Perú, aceptando la hipótesis de investigación y rechazando la hipótesis nula.

5.2.4. Contrastación Estadística de la Tercera Hipótesis Específica de Investigación

Hipótesis de investigación. Considerando un tercer aspecto específico, la presente investigación planteó el siguiente supuesto:

“Existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema, en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019”

La décima estadística de esta hipótesis se realizó mediante la prueba Chi Cuadrada para asociación de variables categóricas y el coeficiente de correlación de ajuste V de Cramer, considerando un nivel de significancia del 5%, con su correspondiente seguridad estadística del 95%, mediante un contraste unilateral superior y con los datos de la tabla 8 de contingencia, el procedimiento se presenta a continuación. (Webster, 2001)

Nivel de riesgo o significancia: En este estudio se toma el grado de riesgo al 0.05, es decir que la línea de error viene a ser el 5%.

Hipótesis estadísticas. La hipótesis estadística es la traducción simbólica en términos estadísticos de la hipótesis de investigación (Lind, Marcha, & Wathen, 2012, pp. 335,336), siendo:

Hipótesis nula H_0 : No existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Hipótesis alternativa H_1 : Existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema, en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Estadística de prueba. Dado que la muestra es grande ($n = 180$, $n > 30$), se usó la función Chi Cuadrada de Pearson con distribución de probabilidad Chi Cuadrada con r grados de libertad, definida como:

$$\chi^2 = \sum \sum \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Asimismo, de resultar significativo el estadístico χ^2 ($p < 0.05$), se procedió a calcular el coeficiente de contingencia V de Cramer, para determinar la potencia en la que ambas variables se encontraban asociadas, para ello se consideró la siguiente fórmula:

$$V = \sqrt{\frac{\chi^2}{n(q - 1)}}$$

En ambas fórmulas, χ^2 es el coeficiente de asociación de variables categóricas Chi cuadrado de Pearson, O_{ij} son las frecuencias observadas en la muestra, E_{ij} son las frecuencias esperadas o teóricas, n es el número de estudiantes evaluados, q es el número de filas o columnas de la tabla de contingencia analizada (el menor de ambos).

Así también, La función Chi cuadrada está definida por el número de grados de libertad, que resultó del cálculo mediante la fórmula:

$$r = (c - 1)(f - 1)$$

Donde, r es el número de grados de libertad, c es el número de columnas de la tabla de contingencia, f es el número de filas de la misma tabla.

Regla de decisión o Lectura del P. Valor. Como puntualiza Triola (2009) se usó el método tradicional al 95% de confianza estadística, el cual exige rechazar la hipótesis

nula H_0 , si el valor Chi cuadrada calculada, supera al valor teórico o crítico de 12.59 a un nivel de significación de 0,05 con 6 grados de libertad; en caso contrario, aceptar H_0 .

Cálculo de valores. Para el cálculo se usó el paquete estadístico SPSS V23, el cual reportó:

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	124.639 ^a	6	.000
Razón de verosimilitud	38.500	6	.000
Asociación lineal por lineal	4.799	1	.028
N de casos válidos	180		

a. 7 casillas (58.3%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es .13.

Figura 12. Reporte SPSS V23. Prueba Chi cuadrada para asociación de variables categóricas entre nivel de resiliencia y el estilo de afrontamiento enfocado en el problema.

La figura 12 reporta un valor Chi cuadrado de Pearson significativo (Valor $\chi^2 > 12.59$), en tal sentido, es aplicable calcular el coeficiente V de Cramer.

$$V = \sqrt{\frac{\chi^2}{n(q-1)}} = \sqrt{\frac{124.639}{180(3-1)}} = 0.588$$

Del cálculo realizado, resulta un coeficiente V de 0.588, el cual como puntualiza Hernandez, Fernandez, & Baptista (2014), revela una relación media (0.50 a 0.75) entre resiliencia y frecuencia de uso del estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema.

Decisión estadística. Dado que el valor Chi cuadrada (124.639), mostrado en la figura 12 es mayor que 12.59, se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística. Al 95% de seguridad estadística, hay evidencias suficientes para afirmar que, existe relación media y significativa entre nivel de resiliencia y frecuencia de uso del estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

En tal sentido, la tercera hipótesis específica de investigación ha sido aceptada.

Interpretación de los resultados en función al objetivo de la investigación. El objetivo específico número tres de la presente investigación fue establecer la relación entre la resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú. De acuerdo a los resultados obtenidos podemos decir que, si existe relación significativa entre las variables en cuestión, aceptando la hipótesis de investigación y rechazando la hipótesis nula.

5.2.5. Contratación Estadística de la Cuarta Hipótesis Específica de Investigación

Hipótesis de investigación. Considerando un cuarto aspecto específico, la presente investigación planteó el siguiente supuesto:

“Existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción, en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019”

La dódima estadística de esta hipótesis se realizó mediante la prueba Chi Cuadrada para asociación de variables categóricas y el coeficiente de correlación de ajuste V de Cramer, considerando un nivel de significancia del 5 %, con su correspondiente seguridad estadística del 95%, mediante un contraste unilateral superior

y con los datos de la tabla 9 de contingencia, el procedimiento se presenta a continuación (Webster, 2001).

Nivel de riesgo o significancia: En este estudio se toma el grado de riesgo al 0.05, es decir que la línea de error viene a ser el 5%.

Hipótesis estadísticas. La hipótesis estadística es la traducción simbólica en términos estadísticos de la hipótesis de investigación (Lind, Marcha, & Wathen, 2012, pp. 335,336), siendo:

Hipótesis nula H_0 : No existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción, en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Hipótesis alternativa H_1 : Existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción, en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Estadística de prueba. Dado que la muestra es grande ($n = 180$, $n > 30$), se usó la función Chi Cuadrada de Pearson con distribución de probabilidad Chi Cuadrada con r grados de libertad, definida como:

$$\chi^2 = \sum \sum \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Asimismo, de resultar significativo el estadístico χ^2 ($p < 0.05$), se procedió a calcular el coeficiente de contingencia V de Cramer, para determinar la potencia en la que ambas variables se encontraban asociadas, para ello se consideró la siguiente fórmula:

$$V = \sqrt{\frac{\chi^2}{n(q - 1)}}$$

En ambas fórmulas, χ^2 es el coeficiente de asociación de variables categóricas Chi cuadrado de Pearson, O_{ij} son las frecuencias observadas en la muestra, E_{ij} son las frecuencias esperadas o teóricas, n es el número de estudiantes evaluados, q es el número de filas o columnas de la tabla de contingencia 9 (el menor de ambos).

Así también, La función Chi cuadrada está definida por el número de grados de libertad, que resultó del cálculo mediante la fórmula:

$$r = (c - 1)(f - 1)$$

Donde, r es el número de grados de libertad, c es el número de columnas de la tabla 9 de contingencia, f es el número de filas de la misma tabla.

Regla de decisión o Lectura del P. Valor. Como puntualiza Triola (2009) se usó el método tradicional al 95% de confianza estadística, el cual exige rechazar la hipótesis nula H_0 , si el valor Chi cuadrada calculada, supera al valor teórico o crítico de 12.59 a un nivel de significación de 0,05 con 6 grados de libertad; en caso contrario, aceptar H_0 .

Cálculo de valores. Para el cálculo se usó el paquete estadístico SPSS V23, el cual reportó:

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	32.589 ^a	6	.000
Razón de verosimilitud	10.830	6	.094
Asociación lineal por lineal	1.716	1	.190
N de casos válidos	180		

a. 7 casillas (58.3%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es .03.

Figura 13. SPSS V23. Prueba Chi cuadrada para asociación de variables categóricas entre resiliencia y el estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción.

La figura 13 reporta un valor Chi cuadrado de Pearson significativo (Valor $\chi^2 > 12.59$), en tal sentido, es aplicable calcular el coeficiente V de Cramer.

$$V = \sqrt{\frac{\chi^2}{n(q-1)}} = \sqrt{\frac{32.589}{180(3-1)}} = 0.301$$

Del cálculo realizado, resulta un coeficiente V de 0.301, el cual como puntualiza Hernandez, Fernandez, & Baptista (2014), revela una relación media (0.25 a 0.50) entre resiliencia y el estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción.

Decisión estadística. Dado que el valor Chi cuadrada (32.589), mostrado en la figura 13 es mayor que 12.59, se rechaza la hipótesis nula.

Conclusión estadística. Al 95% de seguridad estadística, hay evidencias suficientes para afirmar que, existe relación media y significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

En tal sentido, la cuarta hipótesis específica de investigación ha sido aceptada.

Interpretación de los resultados en función al objetivo de la investigación. El objetivo específico número cuatro de la presente investigación fue establecer la relación entre la resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú. De acuerdo a los resultados obtenidos podemos decir que, si existe relación significativa entre las variables en cuestión, aceptando la hipótesis de investigación y rechazando la hipótesis nula.

5.2.6. Contrastación Estadística de la Quinta Hipótesis Específica de Investigación

Hipótesis de investigación. Considerando un quinto aspecto específico, la presente investigación planteó el siguiente supuesto:

“Existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación, en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019”

La décima estadística de esta hipótesis se realizó mediante la prueba Chi Cuadrada para asociación de variables categóricas y el coeficiente de correlación de ajuste V de Cramer, considerando un nivel de significancia del 5 %, con su correspondiente seguridad estadística del 95%, mediante un contraste unilateral superior y con los datos de la tabla 10 de contingencia, el procedimiento se presenta a continuación. (Webster, 2001)

Nivel de riesgo o significancia: En este estudio se toma el grado de riesgo al 0.05, es decir que la línea de error viene a ser el 5%.

Hipótesis estadísticas. La hipótesis estadística es la traducción simbólica en lenguaje estadístico de la hipótesis de investigación (Lind, Marcha, & Wathen, 2012, pp. 335,336), siendo:

Hipótesis nula H_0 : No existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación, en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Hipótesis alternativa H_1 : Existe relación significativa entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación, en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

Estadística de prueba. Dado que la muestra es grande ($n = 180, n > 30$), se usó la función Chi Cuadrada de Pearson con distribución de probabilidad Chi Cuadrada con r grados de libertad, definida como:

$$\chi^2 = \sum \sum \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Asimismo, de resultar significativo el estadístico χ^2 ($p < 0.05$), se procedió a calcular el coeficiente de contingencia V de Cramer, para determinar la potencia en la que ambas variables se encontraban asociadas, para ello se consideró la siguiente fórmula:

$$V = \sqrt{\frac{\chi^2}{n(q - 1)}}$$

En ambas fórmulas, χ^2 es el coeficiente de asociación de variables categóricas Chi cuadrado de Pearson, O_{ij} son las frecuencias observadas en la muestra, E_{ij} son las frecuencias esperadas o teóricas, n es el número de estudiantes evaluados, q es el número de filas o columnas de la tabla 10 de contingencia (el menor de ambos).

Así también, La función Chi cuadrada está definida por el número de grados de libertad, que resultó del cálculo mediante la fórmula:

$$r = (c - 1)(f - 1)$$

Donde, r es el número de grados de libertad, c es el número de columnas de la tabla 10 de contingencia, f es el número de filas de la misma tabla.

Regla de decisión o Lectura del P. Valor. Como puntualiza Triola (2009) se usó el método tradicional al 95% de confianza estadística, el cual exige rechazar la hipótesis nula H_0 , si el valor Chi cuadrada calculada, supera al valor teórico o crítico de 16.92 a un nivel de significación de 0,05 con 9 grados de libertad; en caso contrario, aceptar H_0 .

Cálculo de valores. Para el cálculo se usó el paquete estadístico SPSS V23, el cual reportó:

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	16.503 ^a	9	.057
Razón de verosimilitud	12.301	9	.197
Asociación lineal por lineal	.203	1	.652
N de casos válidos	180		

a. 11 casillas (68.8%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es .03.

Figura 14. Reporte SPSS V23. Prueba Chi cuadrada para asociación de variables categóricas entre resiliencia y frecuencia de uso del estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la evitación.

La figura 14 reporta un valor Chi cuadrado de Pearson no significativo (Valor $\chi^2 < 16.92$), en tal sentido, no es aplicable calcular el coeficiente V de Cramer.

Decisión estadística. Dado que el valor Chi cuadrada (16.503), mostrado en la figura 14 es menor que 16.92, se acepta la hipótesis nula.

Conclusión estadística. Al 95% de seguridad estadística, hay evidencias suficientes para afirmar que, no existe relación significativa resiliencia y frecuencia de uso del estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú.

En tal sentido, la quinta hipótesis específica de investigación ha sido negada.

Interpretación de resultados sobre el objetivo del estudio. El objetivo específico número cinco de la presente investigación fue establecer la relación entre la resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú. De acuerdo a los resultados obtenidos podemos decir que, no existe relación significativa entre las variables en cuestión, aceptando la hipótesis nula de investigación y rechazando la hipótesis alterna.

Análisis y Discusión de Resultados

Este estudio tuvo como propósito general establecer la relación entre resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de la facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú en el año 2019. Los resultados de este estudio concuerdan con las siguientes investigaciones tal como señalamos en los siguientes párrafos posteriores, partiendo de la respuesta a las hipótesis específicas para finalmente concluir con la respuesta la hipótesis general.

En primer lugar, en relación a la primera hipótesis específica se encontró que, en 180 estudiantes universitarios, el nivel alto de resiliencia predomina con un 82.2%, este nivel enmarca a las personas que se desenvuelven de manera autónoma, dependen de sí mismos y encuentran salida a los problemas que se les presenta. (Wagnild & Young, 1993)

Estos resultados concuerdan con la investigación de, Tipismana (2017), en su estudio desarrollado en estudiantes de universidad privadas de Lima, encontrando que los estudiantes de Ciencias de la Salud y Ciencias Empresariales presentan nivel alto en resiliencia, evidenciando que los estudiantes universitarios enfrentan desafíos dentro de su proceso de formación, pero a pesar de eso, estos datos recogidos nos permiten concluir que los participantes de este estudio saben cómo superar situaciones adversas. Así mismo, Morales & Tovar (2016), es su investigación realizada en Lima, en un grupo de damas adolescentes del ciclo inicial de tres universidades, reportan que presentan niveles altos de resiliencia. Del mismo modo en la Ciudad de Huancayo, Huanay (2018), en su investigación “Resiliencia y estilos de afrontamiento en soldados que prestan servicio militar voluntariado en zona VRAEM”, obtuvo los resultados determinando el nivel de resiliencia que predomina en esta población es alto. En conclusión, los resultados se asemejan a nuestra investigación, en que el nivel alto en resiliencia tiene mayor prevalencia.

En segundo lugar, en relación a la segunda hipótesis específica, que busco determinar el estilo predominante del estrés, se encontró que el estilo de afrontar el estrés enfocado a la emoción es predominante en universitarios de Trabajo Social, obteniendo un promedio de 45%, lo que refiere que la persona se enfoca en regular sus emociones ante experiencias estresantes. Folkman & Moskowitz (2004), define como: “el estilo donde la gente busca manejar sus emociones antes el estrés con el objetivo de encontrar la manera de cambiar lo que siente o percibe la problemática generadora de estrés”.

Estos datos difieren del estudio realizado por, Rodriguez (2018), desarrollado en Huancayo en estudiantes de primer y segundo ciclo de un instituto privado, en el cual determina que el estilo de afrontamiento resolver problema, es más utilizado por los alumnos en su vida. Del mismo modo, en España, Gonzales & Artuch (2014), desarrollo una investigación con estudiantes de una Universidad, que tuvo como objetivo determinar la relación entre resiliencia en el contexto de educación superior y su relación con las estrategias de afrontamiento, encontró que la estrategia de afrontamiento más utilizado por los estudiantes es en relación al problema. Así mismo, Huanay (2018), en su estudio se encontró que los soldados hacen uso frecuente del estilo de afrontamiento enfocado en el problema. Lazarus (1984), refiere que este estilo sirve para resolver problemáticas, es decir la persona tiende a utilizarlo para enfrentar escenarios generadores de estrés que se les presenta en el día a día. Nuestra investigación difiere de los estudios antes mencionados, esto se podría dar por la diferencia en porcentajes de género en relación a la población entre los estudios contrastados, al igual que los instrumentos utilizados en el proceso de recolección de datos.

En referencia a la tercera hipótesis específica, se buscó determinar la relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento enfocado en el problema, aceptando la hipótesis alterna del estudio, que especifica la existente relación entre estos dos factores relacionados. Tales

resultados coinciden con la investigación realizada por, Gonzales & Artuch (2014), los cuales señalan que existe relación positiva y significativa entre este estilo de afrontamiento con la escala de resiliencia. De la misma forma, en la investigación realizada por, Huanay (2018), encontró datos suficientes para afirmar que existe relación entre los niveles de resiliencia y el estilo de afrontamiento enfocado en el problema. Al igual que las anteriores investigaciones, Morales & Tovar (2019), en su investigación muestra una correlación positiva entre el nivel de resiliencia y la estrategia concentrarse en resolver el problema. En relación a nuestra investigación concordamos con las anteriores investigaciones detalladas.

Diferimos con el estudio de, Rojas (2016), desarrollado en una institución educativa de nivel secundario, quien determino que no existe relación entre resiliencia y el modo focalizado en la solución del problema, concluyendo que un elemento determinante para la existente relación o no, entre estos dos componentes, que podría estar determinados por la diferencia de poblaciones participantes al igual que los instrumentos utilizados distintamente en las investigaciones.

Respecto a la cuarta hipótesis, busco determinar la relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, aceptando la hipótesis alterna que especifica la existente relación entre estas variables. Tales resultados coinciden con su investigación de, Rojas (2016), determinando que si existe una relación positiva débil entre resiliencia y la expresión emocional abierta. Siendo este estudio realizada con estudiantes de nivel secundario.

Diferimos con el estudio de, Huanay (2018), donde los resultados obtenidos determinaron la inexistente relación entre las variables mencionadas en esta cuarta hipótesis, se podría concluir que los factores que influyeron, gira en relación a la gran diferencia de género que establecen cada estudio, siendo el caso de la investigación realizada en militares que

cumplen servicio en el Valle de los Ríos Apurímac Ene y Mantaro un 100% de participantes varones, al contrario de nuestra investigación donde el 98% son mujeres.

En relación a la quinta hipótesis específica, que determino la relación de resiliencia con los estilos de afrontamiento enfocado a la evitación, se aceptó la hipótesis nula, estableciendo la inexistente relación entre estas dos variables correlacionadas, estos datos concuerdan con la investigación realizada por, Rojas (2016) y Huanay (2018), quienes determinan que no se encuentra relación entre ambas variables, es por ello que, Carver (1989), menciona que el uso del estilo enfocado en la evitación es poco usado en su proceso de vida de las personas, entonces se demuestra que el ser humano y la población evaluada hacen uso de este estilo con menos frecuencia. Concluimos con nuestra investigación de que los factores que anteriormente generaba cambios en los resultados de las hipótesis no son influyentes en esta, al ser verificadas las características de la población de las investigaciones contrastadas y llegar a la conclusión que se encontraron semejanzas en los resultados obtenidos.

Respecto al planteamiento de la hipótesis general, se encontró que en los resultados obtenidos se evidencia la asociación significativa de resiliencia con afrontamiento de estrés en los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú, dado que el valor de Chi cuadrada es 16.643, como conceptualiza, Triola (2009), usando el método tradicional al 95% de confianza estadística, el cual exige rechazar la hipótesis nula si el valor de Chi cuadrada supera el valor teórico o crítico de 9.488 a un nivel de significación de 0.05 con cuatro grados de libertad, en caso contrario, aceptar la hipótesis alterna; es por esa razón que el estudio concluye aceptando nuestra hipótesis alterna, afirmando la existente relación de manera significativa de las variables correlacionadas.

Nuestra investigación concuerda, con el estudio de, Gonzales & Artuch (2014) desarrollada en España, donde encontraron dentro de sus resultados la existencia de relación

significativa entre ambas variables. De igual forma, Morales & Tovar (2016), en su investigación realizada en Lima, con un grupo de damas del ciclo inicial en tres universidades, que tuvo como principal propósito describir la relación entre la resiliencia y el afrontamiento, concluye afirmando la existente relación productiva entre ambas variables antes definidas. Al igual que, Rodríguez (2018), encontró asociación entre afrontamiento con la resiliencia en alumnos de I y II semestre de un Instituto ubicado en Huancayo.

Una fuente a tomar en consideración para este estudio para obtener datos adicionales y enriquecedores fue, Rojas (2016), en su investigación, “Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo”, donde obtuvo resultados confiables que determinaron la relación entre las variables antes mencionadas, al igual que la investigación de, Aguirre (2015), resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa pública de Trujillo, donde el producto demostró que la resiliencia está ligada directamente con las estrategias de afrontamiento. Estos datos demuestran que los factores ligados a las características que determina la población como es la edad y/o grado instrucción, no influyen directamente en la relación de las variables en cuestión.

Como antes mencionado, Huanay (2018), en su investigación desarrollada en militares que prestan servicio voluntario en el Valle de los Ríos Apurímac Ene y Mantaro, obtuvo de resultados de la misma forma la existente asociación de resiliencia con los estilos de afrontar el estrés, como una fuente más de corroboración, esta tesis nos permitió encontrar registro de las variables estudiadas desde una perspectiva diferente a la nuestra, tal es el caso que su población es inversa a la nuestra en relación al género, aun así podemos fijar un precedente confiable sobre la relación entre resiliencia y afrontamiento del estrés.

Conclusiones

Las conclusiones del presente estudio damos pie a partir de los objetivos específicos y finalmente el objetivo general.

En cuanto al primer objetivo específico, determinar el nivel de resiliencia predominante de los estudiantes de la Facultad de Trabajo Social, podemos definir que el nivel de resiliencia predominante es el alto alcanzando un 82.2% del total de estudiantes evaluados, es decir que los estudiantes manejan la capacidad resiliente, siendo capaces de resolver problemáticas, adaptarse de manera óptima a situaciones nuevas.

En cuanto al segundo objetivo específico, determinar el estilo predominante de afrontamiento del estrés en estudiantes de Trabajo Social, un 45% del total de estudiantes que formaron parte del estudio prefieren usar el estilo enfocado en la emoción, es decir tienen a reaccionar de manera emocional frente a los eventos estresores que se les presenta.

En cuanto al tercer objetivo específico, establecer la relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema, se determina que existe relación significativa entre ambas variables, puntualizando que es el segundo porcentaje de predominancia en la población evaluada es este estilo, referenciando que hay estudiantes que prefieren este estilo, definiendo que se enfocan en resolver al problema al estar frente a un evento estresor activo.

En cuanto al cuarto objetivo específico, establecer la relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción, podemos determinar que existe relación significativa entre ambas variables, resaltando que es este estilo que prefieren usar los estudiantes para poder afrontar situaciones generadoras de estrés.

En cuanto al quinto objetivo específico, establecer la relación entre resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado a la evitación, concluyendo que no existe relación entre ambas variables, justificadas teóricamente que este estilo es poco usado por las personas en su vida diaria.

En cuanto al objetivo general de establecer la relación de resiliencia con los estilos de afrontamiento de estrés en estudiantes de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú, respondiendo al objetivo podemos identificar evidencias suficientes para afirmar, la existente relación significativa de resiliencia con los estilos de afrontamiento de estrés en universitarios, determinando que los niveles de resiliencia se conecta con el estilo para afrontar problemas o situaciones que generan conflictos en la persona, estos resultados obtenidos en todo el proceso de investigación podemos determinar que concuerdan con el estudio desarrollado en España por Gonzales & Artuch (2014), afirmando la significativa relación entre las variables investigadas a nivel internacional, de la misma forma Morales & Tovar (2016), desarrollada en la ciudad de Lima, teniendo como población un grupo de damas del ciclo inicial en la universidad, define la existe relación entre resiliencia y afrontamiento del estrés y finalmente la investigación desarrollada en la ciudad de Huancayo por Rodríguez (2018), que obtuvo como resultado la existe relación entre estas variables, por lo cual podemos dar fe de la objetividad de los resultados obtenidos en relación a estas variables indagadas en consideración al perfil de la población.

Recomendaciones

1. Se propone publicar la investigación en el repositorio de tesis de la Universidad Peruana Los Andes a fin de servir de referencia para investigaciones posteriores que sigan la línea del estudio.
2. Se sugiere la exposición del estudio dirigida a personas o instituciones interesadas con el tema y variables investigadas.
3. A partir de los resultados encontrados se sugiere a la Universidad Nacional del Centro del Perú, realizar una evaluación psicológica general a los ingresantes de las distintas facultades, que permita tener una ficha psicopedagógica como fuente en el proceso de seguimiento al estudiante.
4. Se recomienda a la Facultad de Trabajo Social contar, con la colaboración de un especialista más en el área de Psicología, debido al tamaño de la población universitaria, para permitir y brindar asesoramiento personalizado con el objetivo de enfrentar y resolver problemas interpersonales o intrapersonales que puedan presentarse en su proceso de formación.
5. Desarrollar talleres preventivos y promocionales que permitan implementar y potenciar la capacidad resiliente y el uso de afrontamiento del estrés permitiéndole al universitario tener una perspectiva diferente frente a la vida y puedan enfrentarse a condiciones adversas logrando salir delante de manera exitosa.
6. Los catedráticos de la Universidad deberían formar parte del proceso de asesoramiento psicológico que les permita tener control sobre su salud mental, siendo estos entes importantes en su formación académica, personal, social y profesional del estudiante.
7. Los resultados obtenidos de la presente investigación, se comunicará al departamento psicopedagógico y tutoría de la facultad de trabajo social, con el fin de que institución tome medidas adicionales sus estudiantes habilitados para el periodo y posteriores.

8. Se confía los datos encontrados en la investigación para las demás investigaciones en la Facultad u otras instituciones que involucre las variables estudiadas, con la finalidad de profundizar en la comprensión y el desarrollo de propuestas orientadas a mejorar el bienestar de los universitarios dentro de su formación.
9. El departamento psicopedagógico de la Facultad de Trabajo Social debería desarrollar programas de habilidades blandas mediante actividades vivenciales que le permitan desarrollar su capacidad de liderazgo, comunicación efectiva y trabajo en equipo, ya que como institución educadora todos sus estudiantes están orientados a alcanzar el mismo perfil de egreso.
10. Se sugiere manejar de manera apropiada y positiva los resultados obtenidos siendo estos de carácter formal y de beneficio para la sociedad.

Referencias Bibliográficas

- Aguirre, M. (2016). *Resiliencia y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Trujillo -2016*. Para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología. Universidad Privada del Norte, Trujillo, Perú.
- Aguilar, M. (2014), *Resiliencia y afrontamiento del estrés en adolescentes: efectos mediadores de los valores culturales - Argentina*, Universidad Federal de Rural de Rio de Janeiro, Revista de Psicología, V.16, Pág. 448-468, Brasil.
- Aire, J. & Castellares, C. (2016). *Niveles de resiliencia entre instituciones educativas públicas y privadas del distrito de Huancayo-2017*. Para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología. Universidad Peruana Los Andes, Huancayo, Perú.
- Apaza, E. & Huamán, F. (2012). *Factores determinantes que inciden en la deserción de los estudiantes universitarios*, Universidad Peruana Unión. San Martín - Perú, Revista de Investigación, núm. 1, enero – junio, 2012, Pág. 77 – 86.
- Barcelata, B. (2015). *Resiliencia: Una visión optimista del desarrollo humano*. En B. E. Barcelata, & B. E. Barcelata (Ed.), México D.F., México: El Manual Moderno. Adolescentes en riesgo: una mirada a partir de la resiliencia, 1º ed., Pág. 1-31.
- Beardslee, W. (1989). *El papel de la auto comprensión en las personas resiliente: el desarrollo de una perspectiva*. USA. Revista estadounidense de orto psiquiatría. New York, Estados Unidos.

- Benavente, M, & Quevedo, M. (2018). *Resiliencia, bienestar psicológico y afrontamiento en universitarios atendiendo a variables de personalidad y enfermedad*, España. Journal of Psychology and Education [Revista de Psicología y Educación].
- Bernson, M. & Levine, D. (1996), *Estadística básica en administración*, Sexta Edición, Ciudad de México, México.
- Canessa, B. (2002), *Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana*. Universidad de Lima, Perú
- Castaño, E. & León, B. (2010), *Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal*. Universidad de Almería, España.
- Castilla, H. (2014). *Manual de la escala de resiliencia de Wagnild y Young*. Adaptada al Perú. Lima, Perú.
- Carver, C.; Scheier M. (1994). *Afrontamiento situacional y disposiciones de afrontamiento en una transacción estresante*. Asociación Americana de Psicología, Estados Unidos.
- Carver, C.; Scheier, M. & Weintraub, J. (1989). *Evaluación de estrategias de afrontamiento: un enfoque basado en la teoría*. Asociación Americana de Psicología, Estados Unidos.
- Díaz, A. (2010). *Construcción de instrumentos de Investigación y estadística*. Universidad Peruana Los Andes, Huancayo, Perú.

- Fernández, A. (1997). *Estilos y estrategias de afrontamiento*. Cuaderno de Prácticas de Motivación y Emoción, Madrid, España: Pirámide, Pág. 189 - 206.
- Fernández, M. (2009), *Estrategias de afrontamiento frente a problemas académicos en estudiantes medios y universitarios*. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación.
- Folkman, S. (1982). *An approach to the measurement of coping*. [Un enfoque para la medición de afrontamiento. Journal of occupational Behaviour. [Revista de comportamiento ocupacional].
- Folkman, S. & Moskowitz, J. (2004). *Afrontamiento: trampas y promesa*. Revisión anual Psicología, 55, Edición Pág. 745-774.
- Frydenberg, E. & Lewis, R. (1997). *Manual: Escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS)*. Madrid, España: TEA Ediciones.
- Galarza, A. & Martínez, V. (2015). *Resiliencia y afrontamiento adaptativo: recursos claves para la salud mental*, Argentina, Universidad Nacional de Mar del Plata.
- Garma, P. & Quispe, G. (2018). *Resiliencia en adolescentes en dos instituciones educativas estatales de nivel secundario de Huancavelica y Huancayo – 2018*, para optar título profesional de Psicólogo, Universidad Peruana Los Andes, Huancayo - Perú.
- González, C. & Artuch, R. (2014). *Perfiles de resiliencia y estrategias de afrontamiento en la universidad: Variables Contextuales y Demográficas*. Facultad de Educación y Psicología, Universidad de Navarra, España.

- Hernández, R.; Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación. 6ta. Edición*, México.
- Hernández, R.; Fernández, C. & Baptista, M. d. (2014) *Metodología de la Investigación (6° ed.)*. México D.F.: McGraw-Hill/Interamericana Editores, S.A. de CV.
- Huanay, M. (2018). *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntariado en zona VRAEM del Ejército Peruano*. Facultad de Humanidades, Escuela Académica Profesional de Psicología, Universidad Continental, Huancayo, Perú.
- Janscht, I. (2012). *Adaptación del cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés para agentes de seguridad de una Empresa privada de Lima Metropolitana*. Para optar Licenciatura en Psicología, Universidad César Vallejo. Lima – Perú.
- Kotliarenco, M., Cáceres, I., & Fontecilla, M. (1997). *Estado de arte en resiliencia*. Santiago, Chile.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona, España: Martínez, Roca, 1986.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1987). *Transaccional theory and research on emotions and coping [Teoría transaccional e investigación sobre emociones y afrontamiento]*: European Journal Personality. [Revista Europea de Personalidad], Barcelona – España.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Teorías cognitivas del estrés y la cuestión de la circularidad. En Dinámica del estrés. Cognitive Theories os stress and the Issue of Circularity. In Dynamics of stress*. New York, Estados Unidos: Plenum Press.

- Lazarus, R. (1993). *Del estrés psicológico a las emociones: una historia de perspectivas cambiantes* *From psychological stress to the emotions: A History of Changing Outlooks*. Annual Reviews Psychological [Revisiones anuales psicológicas 44], Pág. 1-21. España.
- Lind, D. A.; Marcha, W. G. & Wathen, S. A. (2012) *Estadística aplicada a los negocios y la economía* (15 ed.). México: McGraw-Hill.
- Melillo, A. & Suárez, E. (2002). *Resiliencia, descubriendo las propias fortalezas*, Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Morales, J. (2017). *Resiliencia y Estrés Académico en estudiantes de la facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Ciencias y Humanidades*. Para obtener el grado Académico de Maestro en Ciencias de la Educación con mención en Docencia Universitaria, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Lima-Perú.
- Morales, S.; & Tovar, S. (2016). *Resiliencia y afrontamiento en un grupo de mujeres de primer ciclo en tres universidades de Lima Metropolitana*. Para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología. Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Lima-Perú.
- Morris, C & Maisto, A (2009). *Psicología*. Naucalpan de Juárez, México: Pearson Educación, 2009. Pág. 719.
- Murillo, C. (2014). *Resiliencia en adolescentes varones y mujeres de una institución educativa estatal del distrito de la esperanza*. Trujillo. Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo – Perú.

- Oblitas, L. (2010), *Psicología de la salud y calidad de vida*. 3ra Edición. Madrid, España.
- Pacheco, D. (2016). *Resiliencia y afrontamiento de situaciones conflictivas en estudiantes del VI ciclo de la Universidad de Cerro Colorado*, Perú, Para obtener el grado de académico de Magister en psicología educativa. Universidad Cesar Vallejo, Perú.
- Pereira, R. (2007). *Resiliencia individual, familiar y social*. *Interpsiquis*. Octavo congreso virtual de psiquiatría, Madrid – España.
- Piergiovanni, L. & Deapaula, P. (2017). *Autoeficacia y estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios*. Facultad de Psicología y Relaciones Humanas, Universidad Interamericana, Argentina, *Revista Ciencias Psicológicas*, Vol. 12, Pág. 17 - 23.
- Rojas, Y. (2016). *Resiliencia y afrontamiento del estrés en estudiantes de una Institución educativa secundaria*. *Chiclayo*. Para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología. Universidad Señor de Sipán, Chiclayo-Perú.
- Rodríguez, B. (2018). *Relación entre el afrontamiento y la resiliencia en estudiantes de I-II ciclo de un Instituto Privado de Huancayo*. Para obtener el título profesional de Licenciado en Psicología. Universidad Continental, Huancayo-Perú.
- Rodríguez, S (2018). *Niveles de resiliencia y tipo de personalidad en estudiantes del programa beca 18 de una universidad privada, Huancayo*. Para obtener el grado académico de maestro en Psicología. Universidad Continental, Huancayo-Perú.
- Rutter, M. (1985). [*La resiliencia y la cara de la adversidad: factores protectores y resistencia al trastorno psiquiátrico*]. *Resiliencie y the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder*, Reino Unido, British

Journal of Psychiatry, [Revista Británica de Psiquiatría], 598-611.
<https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>

Rutter, M. (1993). *Resistencia; Algunas consideraciones conceptuales*. Diario de Salud del adolescente. 14, 8, Pág. 626-631, España.

Rutter, M. y Rutter, M. (1992). *Desarrollando Mentes: desafío y continuidad a través de la vida útil*. Londres, Inglaterra: Penguin Books

Salazar, C. (1993). *Cuestionario de Modos de afrontamiento del Estrés (COPE) en su forma disposicional en el Perú*. Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima-Perú

Salgado, A. (2005) *Cultura 19*. Lima: Asociación de Docentes de la Universidad San Martín de Porres, Lima-Perú.

Sánchez, H. & Reyes, C. (2002) *Metodología y diseños en investigación científica*. Lima: Universitaria, Perú.

Selye, H. (1960). *La tensión en la vida*. Buenos Aires, Argentina: Compañía General Fabril Editora (Original. 1956).

Sevilla, V. (2014) *Resiliencia*. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad de Jaén. España

Smith, E., Nolen-Hoeksema, S. & Fredrickson, B. (2003). *Introducción a la psicología*. (14a Ed.), España.

Tamayo, M., (2003). *El proceso de la Investigación científica incluye evaluación y administración de proyectos de investigación*. Balderas: Limusa, S.A., Ciudad de México, México.

- Taylor, S. (2007). *Psicología de la salud*. (Sexta Edic.). México: McGraw – Hill
- Uriarte, J.D. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica* N°10, Segunda edición, Pág. 61-80., Barcelona-España.
- Tipismana, O. (2017). *Factores de resiliencia como predictores de rendimiento académico de los estudiantes en universidades privadas*. Universidad Científica del Sur, Perú, *Revista Iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en educación* N°17, Segunda Edición, Pág. 147-185. <https://doi.org/10.15366/reice2019.17.2.008>
Lima – Perú.
- Triola, M. (2009). *Estadística* (10ª ed.). México: Pearson Educación. México.
- Wagnild, G., & Young, H. (1990). *Resiliencia entre las mujeres mayores*. El diario de enfermería. *Beca* N° 22, cuarta edición, Pág.252–255.<https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1990.tb00224.x>, Estados Unidos.
- Wagnild, G. & Young, H. (1993). *Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale [Desarrollo y evaluación psicométrica de la escala de resiliencia]*. *Journal of Nursing Measurement Diario de Medición de Enfermería*, Vol. 1., Estados Unidos.
- Webster, A. L. (2001). *Estadística aplicada a los negocios y la economía*. (Tercera edición), Santa Fe de Bogotá, Colombia: McGraw-Hill.

Anexos

Anexo N° 1 - Matriz de Consistencia

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE DE ESTUDIO	METODOLOGÍA
RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA UNIVERSIDAD D ESTATAL DE HUANCAYO - 2019	<p>PROBLEMA GENERAL ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019?</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es el nivel de resiliencia predominante de los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019? ¿Cuál es el estilo predominante de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019? ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019? ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019? ¿Cuál es la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019? 	<p>OBJETIVO GENERAL Establecer la relación entre la resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Determinar el nivel de resiliencia predominante de los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. Determinar el estilo predominante de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. Establecer la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. Establecer la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. Establecer la relación entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. 	<p>HIPOTESIS GENERAL Existe relación significativa entre resiliencia y estilo de afrontamiento del estrés en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019.</p> <p>HIPOTESIS ESPECÍFICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> El nivel de resiliencia alto es predominante en los estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. El estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción es predominante en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. Existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado al problema, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. Existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado a la emoción, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. Existe relación significativa entre la resiliencia y el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la evitación, en estudiantes de 1° a 5° semestre de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú – Huancayo 2019. 	<p>VARIABLE 1:</p> <p>RESILIENCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> Confianza y sentirse bien Perseverancia Ecuanimidad Aceptación de uno mismo <p>VARIABLE 2:</p> <p>ESTILO DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS</p> <ul style="list-style-type: none"> Enfocado al problema. Enfocado en la emoción. Enfocado en la evitación. 	<p>Tipo de Investigación BÁSICO</p> <p>Nivel de Investigación DESCRIPTIVO - CORRELACIONAL</p> <p>Diseño de Investigación NO EXPERIMENTAL TRANSVERSAL</p> <div style="text-align: center;"> <pre> graph TD M --- O1 M --- O2 O1 <--> r O2 </pre> </div> <p>Población 214 estudiantes de la Facultad de Trabajo Social de la Universidad Nacional del Centro del Perú</p> <p>Muestreo censal</p>

Anexo N° 2 - Matriz de Operacionalización de Variables

Anexo N° 2 - Matriz de Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	NATURALEZA DE LA VARIABLE	ESCALA DE MEDICIÓN
Resiliencia	Wagnild y Young (1993), definen que: “La resiliencia es la cualidad positiva y buena de la personalidad que equilibra y controla las consecuencias desagradables del estrés, para que así se propicie el proceso adaptativo”.	Operacionalmente la variable se medirá a través de la escala de resiliencia, el producto obtenido nos permitirá identificar el grado de resiliencia de los universitarios tomando en consideración Resiliencia de nivel alta, promedio, baja y muy baja.	Confianza y sentirse bien	2,3,4,5,6,8,15,16,17,18	Cualitativo	Ordinal
			Perseverancia	1,10,21,23,24	Cualitativo	Ordinal
			Ecuanimidad	7,9,11,12,13,14	Cualitativo	Ordinal
			Aceptación de uno mismo	19,20,22,25	Cualitativo	Ordinal
Modos de afrontamiento al estrés	Carver, Scheier, y Weintraub (1989), determinan estilos de afrontamiento al estrés a: “La forma específica y característica de reaccionar frente a cualquier situación de amenaza, daño y/o pérdida, es decir, el ser humano conforme va creciendo y experimentando va formando según crea conveniente una forma particular de responder frente a diversos eventos estresante”.	La respuesta obtenida permitirá identificar los estilos de afrontamiento al estrés de acuerdo a sus sub dimensiones consideradas para el instrumento en cuestión.	Enfocado al problema	1,14,27,40,2,15,28,41,3,16,29,42,4,17,30,43,5,18,31,44	Cualitativo	Nominal
			Enfocado en la Emoción	6,19,32,45,7,20,33,46,8,21,34,47,9,22,35,48,10,23,36,49	Cualitativo	Nominal
			Enfocado en la evitación	11,24,37,50,12,25,38,51,13,26,39,52	Cualitativo	Nominal

Anexo N° 3 - Matriz de Operacionalización de Instrumento

ANEXO N° 3.1 – MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DEL INSTRUMENTO N°1				
INSTRUMENTO 1	DIMENSIONES	ÍTEMS	NATURALEZA DEL INSTRUMENTO	ESCALA DE MEDICIÓN
ESCALA DE RESILIENCIA Wagnild & Young Adaptación peruana: Castilla Cabello Humberto (2014)	CONFIANZA Y SENTIRSE BIEN	2,3,4,5,6,8,15,16,17,18	Cualitativo	Ordinal
	PERSEVERANCIA	1,10,21,23,24	Cualitativo	Ordinal
	ECUANIMIDAD	7,9,11,12,13,14	Cualitativo	Ordinal
	ACEPTACIÓN DE UNO MISMO	19,20,22,25	Cualitativo	Ordinal
ANEXO N° 3.2 – MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DEL INSTRUMENTO N°2				
INSTRUMENTO 2	DIMENSIONES	ITEMS	NATURALEZA DEL INSTRUMENTO	ESCALA DE MEDICIÓN
CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Carver, C. (1989)	ENFOCADO AL PROBLEMA	1,14,27,40,2,15,28,41,3,16,29,42,4,17,30,43,5,18,31,44	Cualitativo	Nominal
	ENFOCADO EN LA EMOCIÓN	6,19,32,45,7,20,33,46,8,21,34,47,9,22,35,48,10,23,36,49	Cualitativo	Nominal
	ENFOCADO EN AL EVITACIÓN	11,24,37,50,12,25,38,51,13,26,39,52	Cualitativo	Nominal

Anexo N° 4 - Instrumentos de Investigación

Anexo 4.1. Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

ESCALA DE RESILIENCIA

Autores: Wagnild y Young (1993)

Adaptación peruana: Castilla Cabello Humberto (2014)

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de frases que te permitirán pensar acerca de su forma de ser. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones y marque la respuesta con un aspa (X), que describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

Totalmente en desacuerdo (TD)
Desacuerdo (D)
Algo en desacuerdo (AD)
Ni en desacuerdo ni de acuerdo (¿?)
Algo de acuerdo (AA)
Acuerdo (A)
Totalmente de acuerdo (TA)

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar.

CUESTIONARIO Y HOJA DE RESPUESTA

PREGUNTAS		TD	D	AD	¿?	AA	A	TA
01	¿Dependo más de mí mismo que de otras personas?							
02	¿Me mantengo interesado en las cosas?							
03	¿Generalmente me las arreglo de una manera u otra?							
04	¿Puedo estar solo si tengo que hacerlo?							
05	¿El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles?							
06	¿Cuándo estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida?							
07	¿No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada?							
08	¿Acepto que hay personas a las que yo no les agrado?							
09	¿Tomo las cosas una por una?							
10	¿Usualmente veo las cosas a largo plazo?							
11	¿Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas?							
12	¿Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida?							
13	¿Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo?							
14	¿Soy decidido (a)?							
15	¿Por lo general, encuentro algo en que reírme?							
16	¿Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer?							
17	¿Mi vida tiene significado?							
18	¿Cuándo planeo algo lo realizo?							
19	¿Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera?							
20	¿Generalmente puedo ver una situación en varias maneras?							
21	¿Soy amigo de mí mismo?							
22	¿Tengo autodisciplina?							
23	¿Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo?							
24	¿Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente?							
25	¿En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar?							

ANEXO 4.2. Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés forma disposicional

CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

(FORMA DISPOSICIONAL)

INSTRUCCIONES

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos *que más usa*. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

NUNCA (NO) SIEMPRE (SI)

N°	PREGUNTAS	SI	NO
01	Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema		
02	Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema		
03	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema		
04	Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.		
05	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron		
06	Hablo con alguien sobre mis sentimientos		
07	Busco algo bueno de lo que está pasando.		
08	Aprendo a convivir con el problema.		
09	Busco la ayuda de Dios.		
10	Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones		
11	Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.		
12	Dejo de lado mis metas		
13	Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente		
14	Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema		
15	Elaboro un plan de acción		
16	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades		
17	Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita		
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber que hacer con el problema		
19	Busco el apoyo emocional de amigos o familiares		
20	Trato de ver el problema en forma positiva		
21	Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado		
22	Deposito mi confianza en Dios		
23	Libero mis emociones		

24	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.		
25	Dejo de perseguir mis metas		
26	Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema		
27	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse		
28	Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema		
29	Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema		
30	Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.		
31	Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema		
32	Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.		
33	Aprendo algo de la experiencia		
34	Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido		
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión		
36	Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros		
37	Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema		
38	Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado		
39	Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema		
40	Actúo directamente para controlar el problema		
41	Pienso en la mejor manera de controlar el problema		
42	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema		
43	Me abstengo de hacer algo demasiado pronto		
44	Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema		
45	Busco la simpatía y la comprensión de alguien.		
46	Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia		
47	Acepto que el problema ha sucedido		
48	Rezo más de lo usual		
49	Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema		
50	Me digo a mí mismo : “Esto no es real”		
51	Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema		
52	Duermo más de lo usual.		

Anexo N° 5 - Confiabilidad y Validez del Instrumento

ANEXO N° 5.1. – CONFIABILIDAD Y VALIDEZ DEL INSTRUMENTO ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD & YOUNG

SUJETOS	CONFIANZA Y SENTIRTE BIEN SOLO										PERSEVERANCIA				ECUANIMIDAD				ACEPTACION DE UNO MISMO				Total Fila			
	CONFIANZA Y SENTIRTE BIEN SOLO										ÍTEMS															
	2	3	4	5	6	8	15	16	17	18	1	10	21	23	24	7	9	11	12	13	14	19		20	22	25
1	6	6	6	6	7	6	5	6	6	3	5	6	4	6	6	7	7	6	4	6	5	4	6	7	6	142.00
2	3	7	7	7	3	7	3	5	4	4	2	5	6	6	7	3	7	7	6	7	5	3	3	6	6	129.00
3	5	6	6	7	3	7	2	7	6	3	6	7	3	5	7	6	7	7	3	4	6	6	7	6	7	139.00
4	6	6	6	5	6	6	1	6	7	6	6	6	5	5	6	7	6	6	7	6	6	6	5	6	6	144.00
5	7	6	5	5	7	7	5	6	5	3	6	7	5	7	5	7	7	7	5	5	6	5	5	6	7	146.00
6	6	6	7	6	7	6	5	5	5	6	6	7	5	5	6	5	6	6	4	6	6	5	6	6	7	145.00
7	4	5	7	6	4	4	2	6	3	6	5	6	5	7	2	6	4	3	4	3	4	2	5	6	114.00	
8	6	6	7	7	7	7	5	6	6	7	6	7	6	6	7	6	7	6	5	6	7	7	5	3	7	155.00
9	7	5	7	1	7	7	7	7	7	6	6	7	6	7	5	7	7	6	4	7	7	6	6	7	7	156.00
10	2	6	6	6	5	6	6	5	6	6	6	7	4	6	6	6	7	5	2	5	6	6	5	5	6	136.00
11	5	5	6	3	4	6	1	5	2	1	7	7	7	6	7	5	6	5	4	6	3	5	6	7	7	126.00
12	7	7	7	7	6	7	5	7	7	6	6	7	6	5	7	7	7	6	7	7	5	7	6	7	7	163.00
13	6	6	6	5	6	6	1	6	2	2	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	135.00
14	7	5	5	6	1	7	2	6	6	3	5	7	4	6	4	5	7	6	1	5	7	6	3	6	7	127.00
15	7	6	6	7	7	6	1	7	6	6	6	7	5	6	5	7	7	6	6	6	6	6	5	6	6	149.00
16	5	5	6	6	7	5	1	7	6	6	5	6	4	5	7	5	6	6	5	5	6	6	5	6	6	137.00
17	5	6	6	6	5	4	4	6	6	5	5	7	4	4	5	6	4	5	6	6	6	5	4	6	6	132.00
18	6	5	4	6	5	5	2	6	5	5	6	7	5	6	4	6	7	7	2	5	7	6	5	6	6	134.00
19	5	6	6	6	7	7	5	6	5	1	6	7	5	3	7	6	7	6	5	6	7	5	6	3	7	140.00
20	3	4	7	3	7	1	1	5	5	3	2	5	3	4	3	2	4	5	1	7	4	2	4	2	7	94.00
Total Columna	108.00	114.00	123.00	111.00	111.00	117.00	64.00	120.00	105.00	88.00	108.00	131.00	98.00	108.00	117.00	111.00	128.00	118.00	86.00	115.00	114.00	106.00	100.00	112.00	130.00	2743.00
Promedio	5.40	5.70	6.15	5.55	5.55	5.85	3.20	6.00	5.25	4.40	5.40	6.55	4.90	5.40	5.85	5.55	6.40	5.90	4.30	5.75	5.70	5.30	5.00	5.60	6.50	137.15
Desv.Standard	1.47	0.73	0.81	1.57	1.72	1.50	2.02	0.73	1.48	1.88	1.27	0.69	1.07	0.99	1.23	1.57	0.94	0.79	1.84	0.91	1.22	1.26	1.26	1.39	0.51	15.28

Aplicando la siguiente fórmula para calcular el alfa de Cronbach:

$$\begin{matrix}
 S_1^2 = 39.13 \\
 S_2^2 = 233.61 \\
 K = 25
 \end{matrix}
 \Rightarrow
 \alpha = \left[\frac{K}{K-1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^K S_i^2}{S^2} \right] = \mathbf{0.867}$$

Nota: Confiabilidad y validez del instrumento de recolección de datos

ANEXO N° 5.2. – CONFIABILIDAD Y VALIDEZ DEL INSTRUMENTO CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES

CONFIABILIDAD DE CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS - FORMA DISPOSICIONAL - COPE

SUJETOS	ENFOCADO EN EL PROBLEMA														ENFOCADO EN LA EMOCIÓN														ENFOCADO EN LA ACCIÓN														Total										
	1	14	27	40	2	15	28	41	3	16	29	42	4	17	30	43	5	18	31	44	6	19	32	45	7	20	33	46	8	21	34	47	9	22	35	48	10	23	36	49	11	24		37	50	12	25	38	51	13	26	39	52
1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	73.00		
2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	77.00			
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	68.00		
4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	70.00			
5	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	65.00			
6	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	70.00				
7	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	71.00			
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	72.00			
9	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	72.00				
10	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	71.00		
11	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	57.00			
12	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	25.00				
13	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	69.00				
14	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71.00				
15	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	73.00			
16	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	72.00		
17	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	76.00				
18	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78.00				
19	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	74.00				
20	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	98.00				
Total Columnas	26.00	23.00	25.00	24.00	25.00	24.00	27.00	22.00	32.00	34.00	36.00	24.00	26.00	38.00	26.00	30.00	24.00	25.00	24.00	27.00	26.00	23.00	23.00	25.00	24.00	23.00	21.00	23.00	29.00	29.00	29.00	24.00	24.00	26.00	34.00	37.00	28.00	25.00	29.00	30.00	39.00	35.00	34.00	34.00	39.00	39.00	33.00	35.00	31.00	34.00	29.00	37.00	1492.00
Promedio	1.30	1.15	1.25	1.20	1.25	1.20	1.35	1.10	1.60	1.70	1.80	1.20	1.30	1.90	1.30	1.50	1.20	1.25	1.20	1.35	1.30	1.15	1.15	1.25	1.20	1.15	1.05	1.15	1.45	1.45	1.45	1.20	1.20	1.30	1.70	1.85	1.40	1.25	1.45	1.75	1.70	1.70	1.95	1.95	1.65	1.75	1.55	1.70	1.40	1.85	74.60		
Desv. Estándar	0.47	0.37	0.44	0.41	0.44	0.41	0.49	0.31	0.50	0.47	0.41	0.41	0.47	0.31	0.47	0.51	0.41	0.44	0.41	0.49	0.47	0.37	0.37	0.44	0.41	0.37	0.22	0.37	0.51	0.51	0.51	0.41	0.41	0.47	0.47	0.37	0.50	0.44	0.51	0.51	0.22	0.44	0.47	0.47	0.22	0.22	0.49	0.44	0.51	0.47	0.50	0.37	8.41

Aplicando la siguiente fórmula para calcular el alfa de Cronbach:

$$S_i^2 = 974$$

$$S_i^2 = 707 \Rightarrow \alpha = \left[\frac{K}{K-1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S^2} \right]$$

0.879

K = 52

Nota: Confiabilidad y validez del instrumento de recolección de datos

Anexo N° 6 - Data de Procesamiento de Datos

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	NencG	Númerico	8	0	N° General	Ninguno	Ninguno	4	Derecha	Escala	Entrada
2	NencS	Númerico	8	0	N° por semestre	Ninguno	Ninguno	5	Derecha	Nominal	Entrada
3	Est	Cadena	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Izquierda	Nominal	Entrada
4	Edad	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	4	Derecha	Escala	Entrada
5	Sexo	Númerico	8	0		{1, Mujer}...	Ninguno	6	Derecha	Nominal	Entrada
6	Semestre	Númerico	8	0		{1, f}...	Ninguno	6	Derecha	Nominal	Entrada
7	Proc	Cadena	8	0		{1, Estatal}...	Ninguno	8	Izquierda	Nominal	Entrada
8	ESTRES	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
9	E1	Númerico	3	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
10	E2	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
11	E3	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
12	E4	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
13	E5	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
14	E6	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
15	E7	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
16	E8	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
17	E9	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
18	E10	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
19	E11	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
20	E12	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
21	E13	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
22	E14	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
23	E15	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
24	E16	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada

Nota: Procesamiento de datos SPSS V23

	NencG	NencS	Est	Edad	Sexo	Semestre	Proc	ESTRES	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	E9	E10	E11	E12	E13	E14	E15	E16	E17	E18	E19	E20	
1	1	1	1 Nathaly	17	1	11			0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	
2	2	2	2 Katherin	17	1	11			0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	
3	3	3	3 Maricarm	18	1	11			1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	
4	4	4	4 Yuri	17	1	11			1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	
5	5	5	5 Milagros	17	1	12			1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	
6	6	6	6 Thalia	18	1	12			1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	
7	7	7	7 Nayda	17	1	11			1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	
8	8	8	8 Elizabet	18	1	11			1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	
9	9	9	9 Yesela	19	1	11			1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	
10	10	10	10 Katherin	20	1	11			1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	
11	11	11	11 Haysell	18	1	12			0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	
12	12	12	12 Inis	22	1	12			1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	
13	13	13	13 Nieves	21	1	11			0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	
14	14	14	14 Paola	17	1	11			0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	
15	15	15	15 Mary	20	1	12			1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	
16	16	16	16 Abigail	18	1	11			1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	
17	17	17	17 Angela	18	1	11			1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1
18	18	18	18 Lizeth	18	1	11			1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1
19	19	19	19 Nohelly	18	1	11			1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1
20	20	20	20 Nicol	21	1	12			0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0
21	21	21	21 Nilda	19	1	11			1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0
22	22	22	22 Alicia	20	1	12			1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1
23	23	23	23 Tabita	19	1	12			1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1

Nota: Procesamiento de datos SPSS V23

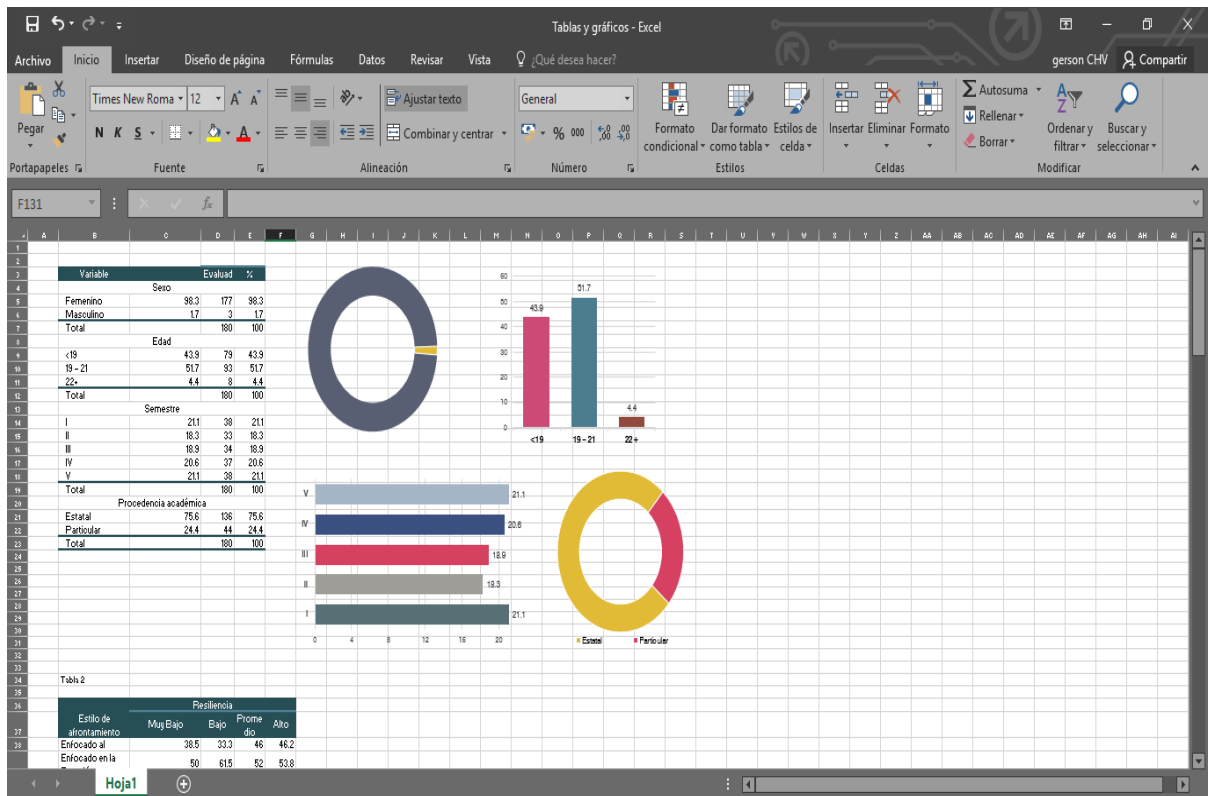
muestra final.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	NencG	Númerico	8	0	N° General	Ninguno	Ninguno	4	Derecha	Escala	Entrada
2	NencS	Númerico	8	0	N° por semestre	Ninguno	Ninguno	5	Derecha	Nominal	Entrada
3	Est	Cadena	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Izquierda	Nominal	Entrada
4	Edad	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	4	Derecha	Escala	Entrada
5	Sexo	Númerico	8	0		{1, Mujer}...	Ninguno	6	Derecha	Nominal	Entrada
6	Semestre	Númerico	8	0		{1, I}...	Ninguno	6	Derecha	Nominal	Entrada
7	Proc	Cadena	8	0		{1, Estatal}...	Ninguno	8	Izquierda	Nominal	Entrada
8	ESTRES	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
9	E1	Númerico	3	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
10	E2	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
11	E3	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
12	E4	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
13	E5	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
14	E6	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
15	E7	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
16	E8	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
17	E9	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
18	E10	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
19	E11	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
20	E12	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
21	E13	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
22	E14	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
23	E15	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
24	E16	Númerico	8	0		Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada

Vista de datos Vista de variables

Nota: Procesamiento de datos SPSS V23



Nota: Procesamiento de Gráficos Office Excel y SPSS V23

Microsoft Excel - DATOS AFRONTAMIENTO - Excel

Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer?

Portapapeles Fuente Alineación Combinar y centrar General

Formato condicional como tabla Estilos

Celdas Dar formato Estilos de Insertar Eliminar Formato

Modificar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

Autosuma Rellenar Borrar

gerson CHW Compartir

55%

9:49 p.m. 30/11/2019

III SEMESTRE COPE

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD						
1																																				
2																																				
3																																				
4																																				
5																																				
6																																				
7																																				
8																																				
9																																				
10																																				
11																																				
12																																				
13																																				
14																																				
15																																				
16																																				
17																																				
18																																				
19																																				
20																																				
21																																				
22																																				
23																																				
24																																				
25																																				
26																																				
27																																				
28																																				
29																																				
30																																				
31																																				
32																																				
33																																				
34																																				
35																																				
36																																				
37																																				
38																																				
39																																				
40																																				
41																																				
42																																				
43																																				

Nota: Procesamiento de Datos de variable afrontamiento del estrés

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer?

Calibri 11 A A Ajustar texto Fuente Alineación Combinar y centrar \$ % 000 0,00 %0 Número Estilos Dar formato condicional como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Borrar Rellenar Autosuma Buscar y filtrar seleccionar Modificar

DATOS AFRONTAMIENTO - Excel

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W
1				14	27	40	%	2	15	28	41	%	3	16	29	42	%	4	17	30	43		
2	Prueba N°	1	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	1	1	1	42	3	75	0	1	1	1
3		1	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	1	1	1	0	1	3	75	0	1	1
4		2	1	1	1	1	3	75	1	0	1	3	75	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1
5		3	1	1	0	1	3	75	1	0	1	3	75	0	1	0	0	1	1	25	1	0	0
6		4	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
7		5	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0
8		6	0	1	1	1	3	75	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2	50	1	0	0	1
9		7	0	1	0	1	2	50	1	1	1	4	100	1	0	0	1	25	1	0	1	0	1
10		8	0	1	1	1	3	75	0	0	1	1	1	1	0	0	1	25	0	0	1	1	1
11		9	0	1	1	1	3	75	1	1	1	4	100	0	0	0	1	25	0	0	1	1	1
12		10	1	0	1	1	3	75	1	1	1	4	100	1	0	1	1	3	75	1	1	1	1
13		11	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	1	0	1	1	3	75	1	0	1	1
14		12	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	1	1	1	1	4	100	1	0	1	1
15		13	0	1	1	1	3	75	1	1	1	4	100	1	1	1	1	4	100	1	0	1	1
16		14	0	1	1	1	3	75	1	1	1	3	75	1	0	0	1	2	50	1	0	1	1
17		15	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	0	0	0	1	25	1	0	1	1	1
18		16	1	1	1	1	4	100	1	0	1	3	75	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0
19		17	1	1	0	1	3	75	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	1	0	1	1	0
20		18	0	1	1	1	3	75	1	1	1	3	75	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
21		19	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	1	0	0	1	25	1	0	1	1	0
22		20	1	1	1	0	3	75	1	1	1	4	100	0	0	0	1	25	1	0	1	1	0
23		21	1	1	1	0	3	75	1	1	1	3	75	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0
24		22	1	1	1	0	3	75	0	1	1	2	50	0	0	0	1	25	1	0	1	1	0
25		23	1	1	1	0	2	50	1	1	1	4	100	0	0	1	1	3	75	1	1	1	0
26		24	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	0	0	1	1	3	75	1	1	1	0
27		25	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	0	0	1	1	3	75	1	0	1	0
28		26	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	0	0	0	1	1	25	1	0	1	0
29		27	1	1	1	0	3	75	0	1	1	2	50	1	0	1	1	3	75	1	0	1	0
30		28	1	0	1	1	3	75	1	1	1	4	100	0	0	1	1	3	75	1	0	1	0
31		29	1	1	1	1	4	100	1	1	1	4	100	0	0	0	1	1	25	1	0	1	0
32		30	1	1	1	1	4	100	1	0	1	3	75	0	0	0	1	1	25	1	0	1	0
33		31	1	0	1	1	2	50	1	1	1	3	75	0	0	1	1	2	50	1	0	1	1
34		32	1	0	1	1	2	50	1	1	1	3	75	0	0	0	1	2	50	1	0	1	1
35		33	1	0	1	1	2	50	1	1	1	3	75	0	0	0	1	2	50	1	0	1	1

IV SEMESTRE COPE V SEMESTRE COPE

Promedio: 20,86170213 Recuento: 94 Suma: 1961

Listo 9:50 p. m. 30/11/2019

Nota: Procesamiento de Datos de variable afrontamiento del estrés

Anexo N° 7 - Consentimiento Informado

“Año de la lucha contra la corrupción e impunidad”

CONSENTIMIENTO INFORMADO

INVESTIGADORES : CHUQUILLANQUI VERASTEGUI GERSON CARLOS
VILLANES CANCHO JHANET PAOLA
INSTITUCIÓN DONDE LABORA : UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ
PROYECTO Y/O INVESTIGACIÓN : RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS
EN ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA
UNIVERSIDAD ESTATAL DE HUANCAYO – 2019”.

Por medio del presente documento hago constar que acepto voluntariamente a participar en la investigación titulada **“RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE HUANCAYO – 2019”**.

Se me ha explicado, cual es el propósito del estudio y de igual manera los formatos y/o materiales que serán usados con sumo cuidado que se requiere para cumplir con la exigencia académica.

Este trabajo no compromete, ni tiene ningún riesgo porque son procedimientos usados en cualquier área de investigación, así como el personal que realizará la investigación es un profesional calificado.

Firmo el documento como prueba de mi aceptación de mi participación en el presente estudio, además existe compromiso que tendrá confidencialidad y solo será utilizado con fines científicos. Posteriormente se me hará de conocimiento los resultados.

Para cualquier información adicional sobre el proyecto puedo llamar a los investigadores cuyos teléfonos celulares son 950632791 o 969692524, Correo personal: gersonchv25@gmail.com

APELLIDOS Y NOMBRES :

SEMESTRE :

FECHA :

FIRMA



"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

CONSENTIMIENTO INFORMADO

INVESTIGADORES : CHUQUILLANQUI VERASTEGUI GERSON CARLOS
VILLANES CANCHO JHANET PAOLA
INSTITUCIÓN : UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ
PROYECTO Y/O INVESTIGACIÓN : RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN
ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA
UNIVERSIDAD ESTATAL DE HUANCAYO – 2019”.

Por medio del presente documento hago constar que acepto participar en la investigación titulada “RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE HUANCAYO – 2019”.

Se me ha explicado, cual es el propósito del estudio y de igual manera los formatos y/o materiales que serán usados con sumo cuidado que se requiere para cumplir con la exigencia académica.

Este trabajo no compromete, ni tiene ningún riesgo porque son procedimientos usados en cualquier área de investigación, así como el personal que realizará la investigación es un profesional calificado.

Firmo el documento como prueba de mi aceptación de mi participación en el presente estudio, además existe compromiso que tendrá confidencialidad y solo será utilizado con fines científicos. Posteriormente se me hará de conocimiento los resultados.

Para cualquier información adicional sobre el proyecto puedo llamar a los investigadores cuyos teléfonos celulares son 950632791 o 969692524, Correo personal: gersonchv25@gmail.com.

APELLIDOS Y NOMBRES : Gerson Verastegui Villanes Cancho
SEMESTRE ACADÉMICO : I
FECHA : 03/10/19

FIRMA

Los investigadores agradecen su colaboración...

Nota: Consentimiento informado de proceso de recolección de datos para el estudio.



"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

CONSENTIMIENTO INFORMADO

INVESTIGADORES : CHUQUILLANQUI VERASTEGUI GERSON CARLOS
VILLANES CANCHO JHANET PAOLA
INSTITUCIÓN : UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ
PROYECTO Y/O INVESTIGACIÓN : RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN
ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA
UNIVERSIDAD ESTATAL DE HUANCAYO – 2019".

Por medio del presente documento hago constar que acepto participar en la investigación titulada "RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE HUANCAYO – 2019".

Se me ha explicado, cual es el propósito del estudio y de igual manera los formatos y/o materiales que serán usados con sumo cuidado que se requiere para cumplir con la exigencia académica.

Este trabajo no compromete, ni tiene ningún riesgo porque son procedimientos usados en cualquier área de investigación, así como el personal que realizará la investigación es un profesional calificado.

Firmo el documento como prueba de mi aceptación de mi participación en el presente estudio, además existe compromiso que tendrá confidencialidad y solo será utilizado con fines científicos. Posteriormente se me hará de conocimiento los resultados.

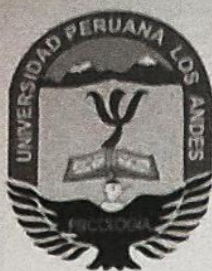
Para cualquier información adicional sobre el proyecto puedo llamar a los investigadores cuyos teléfonos celulares son 950632791 o 969692524. Correo personal: gersonchv25@gmail.com.

APELLIDOS Y NOMBRES	: [REDACTED]
SEMESTRE ACADEMICO	: 2 ^{do}
FECHA	: 09 / 10 / 19

FIRMA

Los investigadores agradecen su colaboración...

Nota: Consentimiento informado de proceso de recolección de datos para el estudio.



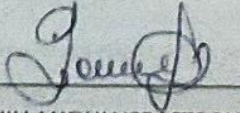
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, **CHUQUILLANQUI VERASTEGUI Gerson Carlos**, identificado con DNI N° 70124567, estudiante egresado de la escuela profesional de **PSICOLOGÍA**, vengo implementando el proyecto de tesis titulado "**Resiliencia y Afrontamiento del Estrés en estudiantes de Trabajo Social de una universidad estatal de Huancayo – 2019**", en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán usados únicamente con fines de investigación basado en los artículos 7 del reglamento del comité de ética de investigación y en el artículo 4 del código de ética para la investigación científica de la Universidad Peruana Los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 03 de octubre del 2019




Bach. **CHUQUILLANQUI VERASTEGUI Gerson Carlos**
RESPONSABLE DE INVESTIGACIÓN



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, **VILLANES CANCHO Jhanet Paola**, identificado con DNI N° 70466363, estudiante egresado de la escuela profesional de **PSICOLOGÍA**, vengo implementando el proyecto de tesis titulado **“Resiliencia y Afrontamiento del Estrés en estudiantes de Trabajo Social de una universidad estatal de Huancayo – 2019”**, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán usados únicamente con fines de investigación basado en los artículos 7 del reglamento del comité de ética de investigación y en el artículos 4 del código de ética para la investigación científica de la Universidad Peruana Los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 03 de octubre del 2019



Bach. **VILLANES CANCHO Jhanet Paola**
RESPONSABLE DE INVESTIGACIÓN

Anexo N° 9 - Validez del Instrumento por Criterio de Jueces

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Mariana del Rocío Arrué Cipuentes
TÍTULO PROFESIONAL : Psicóloga
GRADO OBTENIDO (PREGRADO) : Bachiller
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN : UPLA
GRADO OBTENIDO (POSGRADO) : Maestría
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN : UCV
ESPECIALIDAD : Psicología Educativa
AÑOS DE EXPERIENCIA : 5 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Universidad Nacional del Centro del Perú
CARGO LABORAL/ RESPONSABLE : Jefe de área de Psicopedagogía
TRABAJOS PUBLICADOS :
OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO
“CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS
FORMA DISPOSICIONAL - COPE”

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES:.....
.....
.....
.....
.....

Huancayo, 18 de Setiembre del 2019


Ψ Mariana Del Rocío Arrué Cipuentes.
PSICÓLOGA
C.Ps.P. N° 16828

Firma
Nombre y Apellidos: Mariana del Rocío Arrué Cipuentes
DNI N° 44441414

Nota: Instrumentos de recolección datos validado por criterio de Jueces – N° 01.

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: B. Mariana del Rocío Arriaga Ghantes Profesión: Psicóloga Cargo: Coordinadora de Psicología UCP Región: Junió

INSTRUCCIONES:

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Cuestionario de Afrontamiento al Estrés - COPE, respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final. Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS COPE

N°	ÍTEMS	JUICIO	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS
1	DIMENSIÓN 1: ENFOCADO EN EL PROBLEMA								
	PREGUNTAS								
01°	¿Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
14°	¿Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
27°	¿Hago paso a paso lo que tiene que hacerse?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
40°	¿Actúo directamente para controlar el problema?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
02°	¿Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
15°	¿Elaboro un plan de acción?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	

28°	¿Me pongo a pensar mas en los pasos a seguir para solucionar mi problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
41°	¿Pienso en la mejor manera de controlar el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
03°	¿Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
16°	¿Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario deja de lado otras actividades?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
29°	¿Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
42°	¿ Trato que otras personas no interfieren en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
04°	¿Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
17°	¿Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
30°	¿Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
43°	¿Me abstengo de hacer algo demasiado pronto?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
05°	¿Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
18°	¿Trato de obtener el consejo de otros para saber que hacer con el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
31°	¿Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
44°	¿Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2	DIMENSIÓN 2: ENFOCADO EN LA EMOCIÓN									
Nº DE ITEM	PREGUNTA									
06°	¿Hablo con alguien sobre mis sentimientos?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
19°	¿Busco el apoyo emocional de amigos o familiares?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Nota: Instrumentos de recolección datos validado por criterio de Jueces – N° 01.

37°	¿Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
50°	Me digo a mí mismo: "Esto no es real"	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
12°	¿Dejo de lado mis metas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
25°	¿Dejo de perseguir mis Metas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
38°	¿Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
51°	¿Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
13°	¿Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
26°	¿Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
9°	¿Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
52°	¿Duermo más de lo usual?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros):

Huancayo, 18 de noviembre del 2019


Ψ Mariana Delgado Armas Cifuentes
 PSICÓLOGA
 C.Ps.P. N° 16828

Firma
 Nombre y Apellidos: Mariana del Rocio Armas Cifuentes
 DNI N° 4444414

CRITERIO DE JUECES


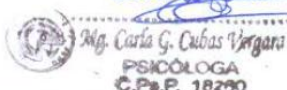
NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Carla Gisela Cubas Vergara
TÍTULO PROFESIONAL : Licenciado en Psicología
GRADO OBTENIDO (PREGRADO) : Bachiller en Psicología
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: UIEV
GRADO OBTENIDO (POSGRADO) : Maestría
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: UCV
ESPECIALIDAD : Psicología Clínica - Organización
AÑOS DE EXPERIENCIA : 10 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Universidad Continental Clínica Jentli
CARGO LABORAL/ RESPONSABLE : Selección y Redutamiento docente/
TRABAJOS PUBLICADOS : Tesis de Maestría
OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO
"ESCALA DE RESILIENCIA"

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES: Aclarar 2 ítems, usar sinónimos
.....
.....
.....
.....
.....

Huancayo, 01 de Octubre del 2019

Firma
Nombre y Apellidos: Carla Cubas Vergara
DNI N° 70730522

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: Carla Cobas Vergara Profesión: Psicología Cargo: Selección y Rediseño de Docentes Región: Jumín.

INSTRUCCIONES:

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas de la **Escala de Resiliencia de Wagnild y Young**, respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta. La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final. Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG

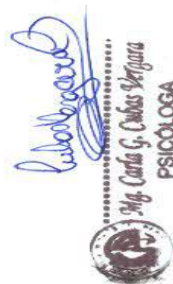
N°	JUICIO ÍTEMS	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es adecuado?	¿La redacción es entenable coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es adecuado?	OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS
01	DIMENSIÓN 1 : CONFIANZA Y SENTIRTE BIEN SOLO							
	N° DE ÍTEM							
	PREGUNTAS							
	02°	¿Dependo más de mí mismo que de otras personas?	✓	✓	✓	✓	✓	
	03°	¿Me mantengo interesado en las cosas?	✓	✓	✓	✓	✓	
	04°	¿Generalmente me las arreglo de una manera u otra?	✓	✓	✓	✓	✓	
	05°	¿Puedo estar solo si tengo que hacerlo?	✓	✓	✓	✓	✓	
	06°	¿El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles?	✓	✓	✓	✓	✓	
08°	¿Cuándo estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida?	✓	✓	✓	✓	✓		

Nota: Instrumentos de recolección datos validado por criterio de Jueces – N° 02.

22°	¿Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente?	/	/	/	/	/	/	/	/
25°	¿En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar?	/	/	/	/	/	/	/	/

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros): _____

Huancayo, 01 de Octubre del 2019



Firma

Nombre y Apellidos: _____

DNI N° 70430522

CRITERIO DE JUECES

NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Marcy Elara Quiroz
TÍTULO PROFESIONAL : Psicóloga
GRADO OBTENIDO (PREGRADO) : Bachiller
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN: UNHEVAL
GRADO OBTENIDO (POSGRADO) :
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN:
ESPECIALIDAD :
AÑOS DE EXPERIENCIA : 10 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : I.E. Ricardo Menéndez
CARGO LABORAL/ RESPONSABLE : Psicóloga
TRABAJOS PUBLICADOS :
OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO
"CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS
FORMA DISPOSICIONAL - COPE"

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES: En el ítem Enfocado en el
problema se sugiere mejorar en la
redacción con mayor claridad y
precisión.
.....
.....

Huancayo, 26 de setiembre del 2019


Firma
Nombre y Apellidos: Marcy Elara Quiroz
DNI N° 7805917
C.Ps.P. 16930

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: Maily Elara Quiroz Profesión: Psicóloga Cargo: Psicóloga Región: Junín

INSTRUCCIONES:

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Cuestionario de Afrontamiento al Estrés - COPE, respectivamente en seis columnas con criterios diferentes:

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final. Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS COPE

N°	ÍTEMS	JUICIO	¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS
			¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	
1									
		DIMENSIÓN 1: ENFOCADO EN EL PROBLEMA							
		PREGUNTAS							
01°	¿Ejecute acciones adicionales para deshacerme del problema?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
14°	¿Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
27°	¿Hago paso a paso lo que tiene que hacerse?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
40°	¿Actúo directamente para controlar el problema?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
02°	¿Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	
15°	¿Elaboro un plan de acción?		✓	✓	✓	✓	✓	✓	

32°	¿Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
45°	¿Busco la simpatía y la comprensión de alguien?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
07°	¿Busco algo bueno de lo que está pasando?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
20°	¿Trato de ver el problema en forma positiva?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
33°	¿Aprendo algo de la Experiencia?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
46°	¿Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
08°	¿Aprendo a convivir con el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
21°	¿Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
34°	¿Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
47°	¿Acepto que el problema ha sucedido?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
09°	¿Busco la ayuda de Dios?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
22°	¿Depositó mi confianza en Dios?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
35°	¿Trato de encontrar consuelo en mi religión?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
48°	¿Rezo más de lo usual?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
10°	¿Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
23°	¿Libero mis emociones?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
36°	¿Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
49°	¿Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3	DIMENSION 3: ENFOCADO EN LA EVITACIÓN								
	N° DE ITEM								
	PREGUNTA								
11°	¿Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
24°	¿Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Nota: Instrumentos de recolección datos validado por criterio de Jueces – N° 03.

37°	¿Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
50°	Me digo a mí mismo: "Esto no es real"	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
12°	¿Dejo de lado mis metas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
25°	¿Dejo de perseguir mis Metas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
38°	¿Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
51°	¿Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
13°	¿Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
26°	¿Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
9°	¿Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
52°	¿Duelmo más de lo usual?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros):

Huancayo, 26 de Septiembre del 2019



Nombre y Apellidos: MARY ELIZABETH OUIROZ
 DNI N° 10205917

CRITERIO DE JUECES


NOMBRE Y APELLIDO DEL EXPERTO : Elizabeth Aselin Alago Matamoras
TÍTULO PROFESIONAL : Psicólogo
GRADO OBTENIDO (PREGRADO) : Bachiller
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN : Universidad Peruana Los Andes
GRADO OBTENIDO (POSGRADO) :
CENTRO ACADÉMICO DE FORMACIÓN :
ESPECIALIDAD :
AÑOS DE EXPERIENCIA : 03 años
INSTITUCIÓN EN LA QUE LABORA : Cid de Salud van der matten
CARGO LABORAL/ RESPONSABLE : Psicólogo
TRABAJOS PUBLICADOS :
OTROS MERITOS :

EN RESUMEN, CUAL ES SU OPINIÓN SOBRE EL INSTRUMENTO
"CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS
FORMA DISPOSICIONAL - COPE"

ADECUADO 1 MEDIANAMENTE ADECUADO 2 INADECUADO 3

OBSERVACIONES: Etimo 01 - Dimensión 4. Enfoque en el problema.
Si alguna mejoran en la valoración, un mayor
daños y precisión.

Huancayo, 26 de Setiembre del 2019

 Elizabeth Aselin Alago Matamoras
PSICÓLOGA
C.P.S. 20098
Firma

Nombre y Apellidos: Elizabeth Aselin Alago Matamoras
DNI N° 433414161

JUICIO DE EXPERTOS

Experto: Elizabeth Paola Muñoz Profesión: Psicólogo Cargo: Psicólogo Región: Junió

INSTRUCCIONES:

A continuación, usted tiene columnas enumeradas por cuadros para evaluar cada una de las preguntas del Cuestionario de Afrontamiento al Estrés - COPE, respectivamente en seis columnas con criterios diferentes.

Marque en el espacio en blanco para cada pregunta con un check (✓) si no le encuentra ninguna objeción, o una (X) si tiene que modificarse en ese aspecto la pregunta.

La modificación de algunos términos o agregados que deba realizarse podrá ser detallada en la columna de observaciones o al final. Por favor utilice letra legible y sea ordenado, a fin de hacer más fácil la interpretación del mismo.

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS COPE

N°	ITEMS	JUICIO						OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS
		¿Esta pregunta permitirá alcanzar el objetivo planteado en el estudio?	¿La pregunta está formulada en forma clara y precisa?	¿El orden de esta pregunta es adecuado?	¿La redacción es entendible o coherente con el propósito del estudio?	¿El contenido corresponde con el propósito del estudio?	¿El vocabulario de esta pregunta es el adecuado?	
1	DIMENSIÓN 1: ENFOCADO EN EL PROBLEMA							
	PREGUNTAS							
01°	¿Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
14°	¿Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
27°	¿Hago paso a paso lo que tiene que hacerse?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
40°	¿Actúo directamente para controlar el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
02°	¿Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
15°	¿Elaboro un plan de acción?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	

Nota: Instrumentos de recolección datos validado por criterio de Jueces – N° 04.


32°	¿Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
45°	¿Busco la simpatía y la comprensión de alguien?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
07°	¿Busco algo bueno de lo que está pasando?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
20°	¿Trato de ver el problema en forma positiva?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
33°	¿Aprendo algo de la Experiencia?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
46°	¿Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
08°	¿Aprendo a convivir con el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
21°	¿Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
34°	¿Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
47°	¿Acepto que el problema ha sucedido?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
09°	¿Busco la ayuda de Dios?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
22°	¿Deposito mi confianza en Dios?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
35°	¿Trato de encontrar consuelo en mi religión?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
48°	¿Rezo más de lo usual?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
10°	¿Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
23°	¿Libero mis emociones?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
36°	¿Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
49°	¿Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
DIMENSION 3: ENFOCADO EN LA EVITACIÓN									
PREGUNTA									
11°	¿Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
24°	¿Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Nota: Instrumentos de recolección datos validado por criterio de Jueces – N° 04.

37°	¿Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
50°	Me digo a mi mismo "Esto no es real"	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
12°	¿Dejo de lado mis metas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
25°	¿Dejo de perseguir mis Metas?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
38°	¿Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
51°	¿Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
13°	¿Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
26°	¿Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
9°	¿Suelto despierto con otras cosas que no se relacionen al problema?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
52°	¿Duermo más de lo usual?	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

OTROS APORTES QUE CONSIDERA PUEDE SER VALIOSO PARA LA INVESTIGACIÓN (formulación de preguntas, alguna dimensión no ha sido considerada en el instrumento y que es de relevancia para ser considerado, otros)

Huancayo, 26 de Septiembre del 2019


 Eudimar
 Facultad de Ingeniería y Arquitectura
 Universidad Nacional del Altiplano
 DNI N° 73.419.41

Nota: Instrumentos de recolección datos validado por criterio de Jueces – N° 04.

Anexo N° 10 – Documento de Autorización



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CENTRO DEL PERÚ
FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL
Av. Mariscal Castilla N° 3909 – El Tambo
Teléfono 481062 – Anexo 3212



CARRERA PROFESIONAL ACREDITADA (RESOLUCIÓN N° 069-2015-CONSUSINEACE/CDAH-P)

EL QUE SUSCRIBE, DECANO DE LA FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL DE LA UNCP, EXPIDE LA PRESENTE:

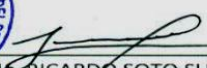
AUTORIZACIÓN

A el señor GERSON CARLOS CHUQUILLANQUI VERASTEGUI con DNI N° 70124567 y la señorita VILLANES CANCHO JHANET PAOLA con DNI N° 70466363, para que puedan realizar su trabajo de investigación, evaluación y aplicación de instrumentos para el trabajo titulado “RESILIENCIA Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE TRABAJO SOCIAL DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE HUANCAYO – 2019”

Se expide la presente, a solicitud de los interesados para los fines que estime conveniente.

Huancayo, 30 de setiembre de 2019




MG. RICARDO SOTO SULCA
DECANO

“TRABAJANDO PARA TOD@S L@S peruan@s”

Nota: Se contó con la autorización de la Institución donde se realizó el estudio.

Anexo N° 11 - Fotos de la Aplicación del Instrumento



ESCALA DE RESILIENCIA

Autores: Wagnild y Young (1993)
 Adaptación peruana: Castilla et al. (2014)

Nombre: Marycarmen...

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de frases que te permitirán pensar acerca de su forma de ser. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones y marque la respuesta con un aspa (X), que describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

Totalmente en desacuerdo	(TD)
Desacuerdo	(D)
Algo en desacuerdo	(AD)
Ni en desacuerdo ni de acuerdo	(¿?)
Algo de acuerdo	(AA)
Acuerdo	(A)
Totalmente de acuerdo	(TA)

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar...

CUESTIONARIO Y HOJA DE RESPUESTA

		TD	D	AD	¿?	AA	A	TA
1	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.						X	
2	Dependo más de mí mismo que de otras personas					X		
3	Me mantengo interesado en las cosas.						X	
4	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.						X	
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.							X
6	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.			X				
7	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.						X	
8	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.							X
9	Mi vida tiene significado.							X
10	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.							X
11	Cuando planeo algo lo realizo.							X
12	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.			X				
13	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.				X			
14	Soy amigo de mí mismo.						X	
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.		X					
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.							X
17	Tomo las cosas una por una.						X	
18	Usualmente veo las cosas a largo plazo.			X				
19	Tengo autodisciplina.						X	
20	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							X
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.			X				
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.						X	
23	Soy decidido (a).					X		
24	Por lo general, encuentro algo en que reírme.							X
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.							X

Gracias por su colaboración...

Pase a la siguiente página...

Nota: Instrumento de recolección de datos desarrollado por un estudiante de Trabajo Social – UNCP.



CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS FORMA DISPOSICIONAL

INSTRUCCIONES

Nombre: Marcosmen...

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos QUE MAS USA. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

SIEMPRE (SI) NUNCA (NO)

	PREGUNTAS	SI	NO
01	¿Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02	¿Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
03	¿Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
04	¿Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
05	¿Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
06	¿Hablo con alguien sobre mis sentimientos?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
07	¿Busco algo bueno de lo que está pasando?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
08	¿Aprendo a convivir con el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
09	¿Busco la ayuda de Dios?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	¿Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	¿Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
12	¿Dejo de lado mis metas?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	¿Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	¿Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	¿Elaboro un plan de acción?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	¿Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	¿Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	¿Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	¿Busco el apoyo emocional de amigos o familiares?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	¿Trato de ver el problema en forma positiva?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21	¿Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	¿Deposito mi confianza en Dios?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	¿Libero mis emociones?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	¿Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	¿Dejo de perseguir mis metas?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	¿Voy al cine o veo la TV, para pensar menos en el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27	¿Hago paso a paso lo que tiene que hacerse?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28	¿Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29	¿Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30	¿Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31	¿Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32	¿Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33	¿Aprendo de la experiencia?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34	¿Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35	¿Trato de encontrar consuelo en mi religión?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36	¿Siento desorganización emocional y expreso esos sentimientos a otros?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37	¿Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38	¿Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39	¿Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40	¿Actúo directamente para controlar el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41	¿Pienso en la mejor manera de controlar el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42	¿Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43	¿Me abstengo de hacer algo demasiado pronto?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44	¿Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45	¿Busco el interés y la comprensión de alguien?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46	¿Trato de desarrollarme como una mejor persona a consecuencia de la experiencia?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47	¿Acepto que el problema ha sucedido?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48	¿Rezo más de lo usual?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49	¿Me confundo emocionalmente y estoy atento al problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50	¿Me digo a mí mismo : "Esto no es real"?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51	¿Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52	¿Duermo más de lo usual?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

.... A terminado.

Gracias

Nota: Instrumento de recolección de datos desarrollado por un estudiante de Trabajo Social – UNCP.



10

ESCALA DE RESILIENCIA

Autores: Wagnild y Young (1993)
Adaptación peruana: Castilla et al. (2014)

Nombre: Anali 17

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de frases que te permitirán pensar acerca de su forma de ser. Deseamos que conteste a cada una de las siguientes afirmaciones y marque la respuesta con un aspa (X), que describa mejor cuál es su forma habitual de actuar y pensar. Siendo las alternativas de respuesta:

Totalmente en desacuerdo	(TD)
Desacuerdo	(D)
Algo en desacuerdo	(AD)
Ni en desacuerdo ni de acuerdo	(¿?)
Algo de acuerdo	(AA)
Acuerdo	(A)
Totalmente de acuerdo	(TA)

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder a todas las frases. Recuerde responder con espontaneidad, sin pensar mucho. Puede empezar...

CUESTIONARIO Y HOJA DE RESPUESTA

		TD	D	AD	¿?	AA	A	TA
1	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.					X		
2	Dependo más de mí mismo que de otras personas						X	
3	Me mantengo interesado en las cosas.					X		
4	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.						X	
5	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.							X
6	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.					X		
7	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.			X				
8	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.				X			
9	Mi vida tiene significado.					X		
10	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.			X			X	
11	Cuando planeo algo lo realizo.					X		
12	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.						X	
13	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.					X		
14	Soy amigo de mí mismo.							X
15	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.				X			
16	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.						X	
17	Tomo las cosas una por una.					X		
18	Usualmente veo las cosas a largo plazo.					X		
19	Tengo autodisciplina.			X				
20	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.			X				
21	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.			X				
22	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.				X			
23	Soy decidido (a).				X			
24	Por lo general, encuentro algo en que reírme.						X	
25	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.							X

Gracias por su colaboración....

Pase a la siguiente página...

Nota: Instrumento de recolección de datos desarrollado por un estudiante de Trabajo Social – UNCP.



CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS FORMA DISPOSICIONAL

INSTRUCCIONES

Nombre: Anali 17

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos QUE MAS USA. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

		SIEMPRE (SI)	NUNCA (NO)
	PREGUNTAS	SI	NO
01	¿Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema?		X
02	¿Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema?	X	
03	¿Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema?	X	
04	¿Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema?		X
05	¿Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron?	X	
06	¿Hablo con alguien sobre mis sentimientos?		X
07	¿Busco algo bueno de lo que está pasando?		X
08	¿Aprendo a convivir con el problema?	X	
09	¿Busco la ayuda de Dios?		X
10	¿Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones?		X
11	¿Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido?		X
12	¿Dejo de lado mis metas?		X
13	¿Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente?		X
14	¿Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema?		X
15	¿Elaboro un plan de acción?	X	
16	¿Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades?		X
17	¿Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita?	X	
18	¿Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema?	X	
19	¿Busco el apoyo emocional de amigos o familiares?		X
20	¿Trato de ver el problema en forma positiva?		X
21	¿Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado?	X	
22	¿Deposito mi confianza en Dios?		X
23	¿Libero mis emociones?		X
24	¿Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente?	X	
25	¿Dejo de perseguir mis metas?		X
26	¿Voy al cine o veo la TV, para pensar menos en el problema?		X
27	¿Hago paso a paso lo que tiene que hacerse?	X	
28	¿Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema?	X	
29	¿Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema?		X
30	¿Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto?		X
31	¿Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema?		X
32	¿Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo?		X
33	¿Aprendo de la experiencia?	X	
34	¿Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido?	X	
35	¿Trato de encontrar consuelo en mi religión?		X
36	¿Siento desorganización emocional y expreso esos sentimientos a otros?		X
37	¿Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema?		X
38	¿Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado?		X
39	¿Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema?		X
40	¿Actúo directamente para controlar el problema?		X
41	¿Pienso en la mejor manera de controlar el problema?	X	
42	¿Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema?	X	
43	¿Me abstengo de hacer algo demasiado pronto?		X
44	¿Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema?		X
45	¿Busco el interés y la comprensión de alguien?	X	
46	¿Trato de desarrollarme como una mejor persona a consecuencia de la experiencia?	X	
47	¿Acepto que el problema ha sucedido?	X	
48	¿Rezo más de lo usual?		X
49	¿Me confundo emocionalmente y estoy atento al problema?		X
50	¿Me digo a mí mismo : "Esto no es real"?		X
51	¿Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema?		X
52	¿Duermo más de lo usual?	X	

... A terminado.
Gracias

Nota: Instrumento de recolección de datos desarrollado por un estudiante de Trabajo Social – UNCP.

FOTOGRAFIAS EN EL PROCESO DE RECOLECCIÓN DE DATOS



Nota: Entrega de instrumentos de recolección de datos a los estudiantes de Trabajo Social - UNCP



Nota: Estudiantes de Trabajo Social de la UNCP en proceso de evaluación.



Nota: Estudiantes de I a V semestre en proceso de desarrollo de Instrumentos de recolección de datos.