

# **UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**

**Facultad de Ciencias de la Salud**

**Escuela Profesional de Psicología**



## **TESIS**

**TÍTULO : ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DEL TERCERO, CUARTO Y QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, LIMA 2020.**

**PARA OPTAR : Título Profesional de Psicólogo (a)**

**AUTORES : Bach. FRANCO REZZA, Christian**

**Bach. SANDOVAL CARPIO, Jackeline Pamela**

**ASESOR : Psi. Ortiz Roalcaba, Wendy Sheila**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: Salud y gestión de la salud**

**FECHA DE INICIO Y CULMINACIÓN: Octubre 2020 – Marzo 2021**

**LIMA – PERÚ**

**2021**

## **DEDICATORIA**

A mis padres por todo el apoyo brindado durante años, por sus cuidados y sus consejos, por su apoyo emocional y su confianza puesta en mí para lograr mis metas.

**Bach. Christian Franco Rezza**

A Dios, a mis padres y familiares pues sin ellos no lo habría logrado, gracias por su paciencia y apoyo emocional, han sido mi motivación para concluir con éxito mi tesis.

**Bach. Sandoval Carpio**

## **AGRADECIMIENTOS**

A las profesoras Gaby Manchego y Flor Castro por su apoyo y gestión para poder realizar esta investigación. A nuestra asesora Lic. Ps. Wendy Ortiz Roalcaba, que gracias a su apoyo y sabios consejos nos dirigió en la elaboración de la presente investigación.

## INTRODUCCIÓN

El mundo actual se encuentra en constante modernización y con ello las sociedades avanzan y se desarrollan de una manera vertiginosa, evento del cual la sociedad peruana no se encuentra aislado. Diariamente nuestra sociedad se enfrenta a nuevos retos y con ello las personas que la integran también se ven confrontados por nuevas habilidades que aprender, nuevos retos que lograr, o nuevos cambios que realizar para poder adaptarnos a la sociedad cambiante y dinámica. Este desarrollo no solo trae consigo nuevas tecnologías o técnicas que nos facilitan la vida, si no también es el causante del aumento de los casos de estrés en nuestro país. Esta situación no solo afecta a los adultos, los adolescentes también se ven inmersos en esta batalla diaria por estar a la par con el avance social, preocupaciones como: cursar exitosamente el año escolar, terminar el colegio, conseguir un trabajo o cumplir con su proyecto de vida se presentan ante ellos junto al cambio biopsicosocial propio de su etapa de desarrollo, además de enfrentarse a peligros sociales como la violencia, el consumo de drogas, comportamiento sexual de riesgo, etc. De cómo afronten las situaciones antes mencionadas dependerá su éxito en la vida.

Es por este motivo que la presente investigación estudió los Estilos de Afrontamiento en los estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de la institución educativa pública, con el objetivo de poder determinar el estilo de afrontamiento utilizado por los adolescentes frente a una situación adversa.

Este estudio empleó el método científico debido a que fue un proceso metódico, el método específico empleado fue descriptivo, con un enfoque de tipo cuantitativo de nivel descriptivo y diseño no experimental transversal. La población estuvo conformada por adolescentes de 14 a 17 años de edad de la institución educativa N° 1179 “Tomás Alva Edison” del distrito de San Juan de Lurigancho - Lima. El instrumento que se utilizó para esta investigación fue la prueba de escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS), adaptado

para el Perú por Canessa en el 2002. Esta versión adaptada está conformada por 80 ítems, bajo un sistema de calificación de cinco puntos: (A) Nunca lo hago, (B) Lo hago raras veces, (C) Lo hago algunas veces, (D) Lo hago a menudo y (E) Lo hago con mucha frecuencia.

El presente estudio está organizado de acuerdo a los siguientes capítulos planteados:

Capítulo I, está conformado por el planteamiento del problema, donde identificamos la importancia de investigar esta variable, con la realidad problemática, continuando con la formulación del problema general y específico, seguido de la justificación y el objetivo general y específico.

En el capítulo II, se desarrolla el marco teórico, donde se da a conocer las investigaciones realizadas con la variable de estudio, dentro de los antecedentes nacionales e internacionales, además del sustento teórico de la variable de estudio, como también conceptos científicos y definiciones.

Dentro del capítulo III, se presenta el planteamiento de la hipótesis, aunque en nuestro caso al tener una variable no es necesaria su contrastación en el informe final de la investigación.

En el capítulo IV, se desarrolla la metodología de la investigación, la población, la muestra, el tipo y diseño de la investigación, así como el instrumento de recolección de datos a utilizar.

Capítulo V, se presenta los resultados del estudio realizado y el análisis como la discusión de los resultados, las conclusiones y recomendaciones de la investigación.

Por último, se detalla las referencias bibliográficas y anexos del estudio.

## CONTENIDO

|   |      |
|---|------|
| PORTADA                                       |      |
| DEDICATORIA                                   | ii   |
| AGRADECIMIENTOS                               | iii  |
| INTRODUCCIÓN                                  | iv   |
| CONTENIDO                                     | vi   |
| CONTENIDO DE TABLAS                           | ix   |
| CONTENIDO DE FIGURAS                          | xi   |
| RESUMEN                                       | xii  |
| ABSTRACT                                      | xiii |
| <b>CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> |      |
| 1.1 Descripción de la realidad problemática   | 14   |
| 1.2 Delimitación del problema                 | 19   |
| 1.2.1 Delimitación Temporal                   | 19   |
| 1.2.2 Delimitación Temática                   | 20   |
| 1.3 Formulación del problema                  | 20   |
| 1.3.1 Problema General                        | 20   |
| 1.3.2 Problemas Específicos                   | 20   |
| 1.4 Justificación                             | 21   |
| 1.4.1 Social                                  | 21   |
| 1.4.2 Teórica                                 | 21   |
| 1.4.3 Metodológica                            | 21   |
| 1.5 Objetivos                                 | 22   |
| 1.5.1 Objetivo General                        | 22   |
| 1.5.2 Objetivos Específicos                   | 22   |

## **CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO**

|   |    |
|---|----|
| 2.1 Antecedentes  | 23 |
| 2.1.1 Antecedentes nacionales                           | 23 |
| 2.1.2 Antecedentes internacionales                      | 26 |
| 2.2 Bases Teóricas o Científicas                        | 29 |
| 2.2.1 Adolescencia                                      | 29 |
| 2.2.1.1 Características de la adolescencia              | 29 |
| 2.2.1.2 Factores de riesgo en adolescentes              | 34 |
| 2.2.2 El estrés   | 35 |
| 2.2.2.1 Orientaciones teóricas                          | 35 |
| 2.2.2.2 Modelos teóricos                                | 37 |
| 2.2.2.3 Conceptos de estrés                             | 40 |
| 2.2.2.4 Tipos de estrés                                 | 41 |
| 2.2.3 Afrontamiento                                     | 42 |
| 2.2.3.1 Afrontamiento como proceso                      | 43 |
| 2.2.3.2 Estilos de afrontamiento                        | 45 |
| 2.2.3.3 Estrategias de afrontamiento en la adolescencia | 47 |
| 2.3 Marco Conceptual de la variable y sus dimensiones   | 52 |

## **CAPÍTULO III. HIPÓTESIS Y VARIABLES**

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 3.1 Hipótesis                 | 53 |
| 3.2 Variable de investigación | 53 |
| 3.2.1 Definición conceptual   | 53 |
| 3.2.2 Definición operacional  | 54 |

## **CAPÍTULO IV METODOLOGÍA**

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 4.1 Método de Investigación | 55 |
|-----------------------------|----|

|   |     |
|---|-----|
| 4.2 Tipo de Investigación                           | 55  |
| 4.3 Nivel de Investigación                          | 56  |
| 4.4 Diseño de la Investigación                      | 56  |
| 4.5 Población y muestra                             | 56  |
| 4.6 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos | 57  |
| 4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos   | 61  |
| 4.8 Aspectos éticos de la Investigación             | 61  |
| <b>CAPÍTULO V RESULTADOS</b>                        |     |
| 5.1 Descripción de resultados                       | 64  |
| 5.2 Contrastación de hipótesis                      | 89  |
| <b>ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b>           | 90  |
| <b>CONCLUSIONES</b>                                 | 94  |
| <b>RECOMENDACIONES</b>                              | 96  |
| <b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>                   | 97  |
| <b>ANEXOS</b>                                       | 106 |
| Matriz de consistencia                              | 107 |
| Matriz de operacionalización de la variable         | 109 |
| Matriz de operacionalización del instrumento        | 111 |
| Instrumento de investigación                        | 113 |
| Validez del instrumento                             | 116 |
| Confiabilidad del instrumento                       | 118 |
| Constancia de Institución educativa                 | 119 |
| Data de procesamiento de datos                      | 120 |
| Consentimiento/ asentimiento informado              | 124 |
| Fotos de la aplicación del instrumento              | 129 |



## CONTENIDO DE TABLAS

|   |    |
|---|----|
| Tabla 1: Posturas teóricas del estrés                                       | 38 |
| Tabla 2: Genero de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison                    | 65 |
| Tabla 3: Edad de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison                      | 66 |
| Tabla 4: Grado de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison                     | 67 |
| Tabla 5: Frecuencia de los Estilos de afrontamiento                         | 68 |
| Tabla 6: Tabla de Frecuencia de los Estilos de Afrontamiento según el Grado | 69 |
| Tabla 7: Tabla de Frecuencia de los Estilos de Afrontamiento según el sexo  | 70 |
| Tabla 8: Tabla de frecuencia Concentrase en resolver el problema            | 71 |
| Tabla 9: Tabla de frecuencia Esforzarse y tener éxito                       | 72 |
| Tabla 10: Tabla de frecuencia Invertir en amigos íntimos                    | 73 |
| Tabla 11: Tabla de frecuencia Fijarse en lo positivo                        | 74 |
| Tabla 12: Tabla de frecuencia Buscar diversiones relajantes                 | 75 |
| Tabla 13: Tabla de frecuencia Distracción física                            | 76 |
| Tabla 14: Tabla de frecuencia Buscar apoyo social                           | 77 |
| Tabla 15: Tabla de frecuencia Acción social                                 | 78 |
| Tabla 16: Tabla de frecuencia Buscar apoyo espiritual                       | 79 |
| Tabla 17: Tabla de frecuencia Buscar apoyo profesional                      | 80 |
| Tabla 18: Tabla de frecuencia Preocuparse                                   | 81 |
| Tabla 19: Tabla de frecuencia Buscar pertenencia                            | 82 |
| Tabla 20: Tabla de frecuencia Hacerse ilusiones                             | 83 |
| Tabla 21: Tabla de frecuencia Falta de afrontamiento                        | 84 |
| Tabla 22: Tabla de frecuencia Ignorar el problema                           | 85 |

|   |    |
|---|----|
| Tabla 23: Tabla de frecuencia Reducción de la tensión | 86 |
| Tabla 24: Tabla de frecuencia Reservarlo para sí      | 87 |
| Tabla 25: Tabla de frecuencia Auto inculparse         | 88 |

## CONTENIDO DE FIGURAS

|   |    |
|---|----|
| Figura 1: Genero de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison | 65 |
| Figura 2: Edad de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison   | 66 |
| Figura 3: Grado de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison  | 67 |
| Figura 4: Estilos de afrontamiento                        | 68 |
| Figura 5: Estilos de Afrontamiento según el Grado         | 69 |
| Figura 6: Estilos de Afrontamiento según el sexo          | 70 |
| Figura 7: Estrategia Concentrase en resolver el problema  | 72 |
| Figura 8: Estrategia Esforzarse y tener éxito             | 73 |
| Figura 9: Estrategia Invertir en amigos íntimos           | 74 |
| Figura 10: Estrategia Fijarse en lo positivo              | 75 |
| Figura 11: Estrategia Buscar diversiones relajantes       | 76 |
| Figura 12: Estrategia Distracción física                  | 77 |
| Figura 13: Estrategia Buscar apoyo social                 | 78 |
| Figura 14: Estrategia Acción social                       | 79 |
| Figura 15: Estrategia Buscar apoyo espiritual             | 80 |
| Figura 16: Estrategia Buscar apoyo profesional            | 81 |
| Figura 17: Estrategia Preocuparse                         | 82 |
| Figura 18: Estrategia Buscar pertenencia                  | 83 |
| Figura 19: Estrategia Hacerse ilusiones                   | 84 |
| Figura 20: Estrategia Falta de afrontamiento              | 85 |
| Figura 21: Estrategia Ignorar el problema                 | 86 |
| Figura 22: Estrategia Reducción de la tensión             | 87 |
| Figura 23: Estrategia Reservarlo para sí                  | 88 |
| Figura 24: Estrategia Auto inculparse                     | 89 |

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como problema general determinar ¿Cuáles son los estilos de afrontamiento que tienen los estudiantes del tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?, de igual manera el objetivo general del mismo se orientó a conocer los estilos de afrontamiento en la misma población. El estudio realizado fue de enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo y el diseño fue no experimental transversal de tipo descriptivo simple, la muestra estuvo conformada por 115 estudiantes con el tipo de muestreo no probabilístico censal. Para el análisis se evaluó la distribución a través de estadística descriptiva. El instrumento utilizado fue la Escala de afrontamiento para adolescentes, Canessa (2002). Los resultados obtenidos muestran que el 62.6% de la población utiliza Resolución del problema como estilo de afrontamiento, el 29.6% utiliza Afrontamiento no productivo como segundo estilo de afrontamiento, y el estilo de afrontamiento menos utilizado es Referencia hacia otros con 7.8%. Estos resultados nos indican que la mayoría de la población se caracteriza por realizar esfuerzos, ante la aparición de un problema, dirigidos a resolverlos, manteniendo una actitud optimista y socialmente conectada. Se recomienda implementar talleres para los alumnos del plantel sobre los de estilos de afrontamiento, la importancia y como fomentar un uso adecuado de nuestros estilos de afrontamiento.

Palabras clave: Estilos de afrontamiento, Resolución del problema, Referencia hacia otros, Afrontamiento no Productivo.

## **ABSTRACT**

The present research had as a general problem to determine what are the coping styles that students of the third, fourth and fifth grade of secondary school of an educational institution, from the district of San Juan de Lurigancho, 2020 have, in the same way the general objective of the same one was oriented to know the styles of coping in the same population. The study carried out was of a quantitative approach, descriptive level and the design was non-experimental, transversal of a simple descriptive type, the sample consisted of 115 students with the type of census non-probabilistic. For the analysis, the distribution was evaluated through descriptive statistics. The instrument used was the Coping Scale for adolescents, Canessa (2002). The results obtained show that 62.6% of the population uses Problem Resolution as the coping style, 29.6% uses Non-productive coping as the second coping style, and the least used coping style is Reference to others with 7.8%. These results indicate that the majority of the population is characterized by making efforts, when faced with a problem, aimed at solving them, maintaining an optimistic and socially connected attitude. It is recommended to implement workshops for the students of the campus on coping styles, the importance and how to promote an appropriate use of our coping styles.

**Keywords:** Coping styles, Problem resolution, Reference to others, Non-Productive Coping.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **I.1. Descripción de la realidad problemática:**

En la adolescencia todas las personas atravesamos por una etapa de transición de la niñez a la adultez, esto genera cambios a nivel físico, cognitivo, social y emocional. Durante esta etapa es primordial el bienestar psicológico para que los adolescentes estén protegidos ante las conductas de riesgo o diversos problemas que puedan afectar su desarrollo a plenitud. Para ello es necesario que los jóvenes desarrollen hábitos saludables tanto en el ámbito físico (hacer ejercicios, dormir las horas adecuadas, buena alimentación, etc.) y psicológico, como mantener relaciones sociales estables y fructíferas, desarrollar estilos de afrontamientos funcionales que les permitan hacer frente a situaciones difíciles, teniendo la capacidad para la resolución de problemas y logrando gestionar sus emociones. Es importante también que cuenten con agentes protectores dentro de sus hogares, en la escuela y la comunidad donde habitan.

En relación a lo antes mencionado, Instituciones como el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) afirma que un enfoque basado en el desarrollo es eficaz en el abordaje de los problemas que suelen enfrentar los adolescentes, además de ser la más fuerte para asegurar su crecimiento y bienestar. Estos incluyen entender el contexto social

donde viven (hogares, colegios y comunidades), fomentar lazos de conexión entre los maestros y sus padres generando “factores de protección”, también necesitan vivir experiencias que constituyan un reto, que sean diversas e intensas para el desarrollo de mecanismos de afrontamiento, deben ser partícipes de las actividades de su comunidad y asegurar que cuenten con servicios de apoyo al igual que de oportunidades.

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) refiere que los adolescentes (entre las edades de 10 y 19 años) representan aproximadamente una sexta parte de la población mundial (1200 millones de personas). Calculando en el 2016, aproximadamente 1.1 millón de muertes en adolescentes, según esta estadística en un día fallecen 3000 adolescentes por razones que pueden evitarse o tratarse.

Con respecto a los principales problemas de salud que enfrentan los adolescentes la OMS (2018), indica que son; los traumatismos, falleciendo más de 115.000 adolescentes como resultado de accidentes de tránsito y cerca de 57.000 por causas de ahogamientos. Dentro de la salud mental, encontramos que la tercera causa principal de incapacidad y mortandad entre los adolescentes es la depresión, mientras que el suicidio es la tercera causa de fallecimiento entre adolescentes mayores de 15 y 19 años. La violencia hacia los adolescentes es también una de las causas de mortalidad, donde 1 de cada 3 adolescentes de 15 a 19 años (84 millones) ha sido víctima de violencia psicológica, sexual y/o física por parte de su pareja. Otro de los problemas a los que se enfrentan los adolescentes es el embarazo, donde las complicaciones y el parto son la principal causa de mortalidad entre las adolescentes de 15 a 19 años en todo el mundo. Como también el alcohol y las drogas son fuente de preocupación debido a que reduce el autocontrol y aumenta los comportamientos de riesgo en adolescentes de 15 a 19 años de edad.

Según Born, Minujín y Lombardía (2015) en América Latina y el Caribe, 3 de cada 5 adolescentes y jóvenes de 10 a 24 años residen en hogares con algún tipo de deficiencia en

sus condiciones habitacionales como privación de energía, ausencia de saneamiento, hacinamiento y problemas de acceso al agua. Una vivienda cómoda y decente es un derecho que tienen todos los humanos; esto no solo representa estabilidad y seguridad entre los miembros del hogar, sino también les proporciona cierto reconocimiento social y disfrute de privacidad e intimidad.

En relación al consumo de sustancias tóxicas como las drogas, alcohol y tabaco, 1 de cada 3 estudiantes de 13 a 15 años aceptaban haber consumido alcohol al menos una vez en el último mes, no se apreciaba diferencias entre hombres y mujeres, también el 17% de los jóvenes había consumido al menos un cigarrillo de tabaco durante el último mes, en esta muestra se evidencia un incremento en el consumo de los varones en relación al consumo de las mujeres, un dato importante es que el consumo de alcohol era notoriamente superior en los países de América del Sur. Asimismo, el 8.8% de estos estudiantes de 13 a 15 años había consumido drogas al menos una vez en su vida, siendo el porcentaje de consumo de drogas mayor en los hombres que en las mujeres (11.2%) y (6.7%) respectivamente. (Born et al., 2015).

Born et al. (2015), refieren según los estudios realizados en América Latina y el Caribe, entre el 2005 y 2013, que 7 de cada 10 mujeres de 15 a 19 años no tenían un amplio conocimiento sobre el VIH, esto significa que no habían escuchado sobre este virus o respondían de manera inadecuada a un cuestionario de preguntas en relación a la enfermedad. Al mismo tiempo según los datos de 14 países, el 68.3% de los adolescentes sexualmente activos de 15 a 19 años no se habían preocupado en realizarse la prueba del VIH y SIDA en los últimos 2 años.

Las adolescentes de América Latina y el Caribe mayor de 15 a 24 años que viven dentro de un matrimonio o en pareja no consideran tener más hijos o no lo desean en tiempo cercano. Sin embargo, en estos países 1 de cada 5 mujeres (22.1%) no utilizaba ningún



método anticonceptivo. Esto ha generado que la maternidad temprana sea un tema relevante, como bien sabemos ser padres a muy temprana edad los restringe del acceso a oportunidades educativas, sociales y laborales, además de resultar peligroso por las complicaciones al momento del parto. Según los datos, de 14 países el 16.9% de las mujeres de 20 a 24 años salieron embarazadas de su primer hijo antes de cumplir los 18 años. (Born et al., 2015).

En el Perú, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), el 33,7% que equivale a 3 millones 486 mil, son adolescentes de 12 a 17 años de edad. Albergando Lima la mayor población con 2 millones 937 mil pobladores de 0 a 17 años de edad (Perú 21, 2018).

Estos adolescentes del Perú enfrentan 5 principales problemas como: La no culminación escolar, desempleo, violencia (física, psicológica y social), problemas de salud mental (suicidio y depresión) y embarazo adolescente, si estos problemas no se afrontan adecuadamente, vuelven a los adolescentes vulnerables frente a factores de riesgos como las drogas, alcohol, pandillas, entre otros (UPCH, 2018).

Según el ministerio de educación (MINEDU), refiere que la deserción escolar en los adolescentes de 13 a 19 años disminuyó de 13,3% en el 2002, a un 6,3% en el 2016. Siendo las causales más importantes los problemas económicos o familiares (Baquerizo, 2017).

A nivel nacional el 17% de los adolescentes no trabajan ni estudian debido a las exigencias de la demanda laboral, rechazo del mercado y desaliento de los adolescentes, representando un retraso para su desarrollo social y personal, e implica riesgos de marginalidad y delincuencia. De igual manera la violencia en los adolescentes cuenta con repercusiones a nivel físicas, psicológicas y sociales. La encuesta nacional de la juventud (ENAJUV) estimó que para el 2011 el 62,5% de los jóvenes entre 15 a 19 años y el 65,2%, de adolescentes entre 20 a 24 años han perjudicados en algún momento de violencia

psicológica, física o sexual, siendo muchas veces los agresores parientes cercanos como padres, tutores, parejas o convivientes (UPCH, 2018).

Según el Ministerio de Salud (MINSA), se ha atendido en los centros de salud mental comunitarios casi 2 millones de pacientes, donde el 70% son niños y jóvenes menores de 18 años con trastornos frecuentes como la depresión con ideas suicidas o ansiedad vinculados a problemas familiares. Rolando Pomaliama, psiquiatra y director de investigación docencia y atención especializada en niños y adolescentes del Instituto Nacional de Salud mental refirió que la cifra de ideas suicidas es elevada en los adolescentes a causa de la violencia familiar. Los estudios epidemiológicos revelan que el 20 % a 25% de adolescentes tienen deseos de morir mientras que un 10% a 15% lo intenta llevar a cabo (Sausa, 2018).

En el ámbito de la salud, el 12,6% de las adolescentes de 15 a 19 años alguna vez salieron embarazadas, encontrando el mayor índice en la región selva, como Loreto con el 32% o san Martín con el 23%, según la Encuesta demográfica y de salud familiar (ENDES). Frente a esta problemática, la adjunta para la niñez y adolescencia de la defensoría del pueblo, Matilde Cobeña, indicó que el embarazo a temprana edad limita los derechos fundamentales de las adolescentes poniendo en riesgo su salud y hasta la vida de este grupo de población que en la mayoría son de bajos recursos y fueron víctimas de la violencia sexual o la falta de información (Cisneros, 2019).

A nivel local, San Juan de Lurigancho es el distrito más poblado con 1 millón mil 495 habitantes, según lo informó el INEI, siendo uno de los distritos más vulnerables debido a la alta tasa de delincuencia y violencia, pero el mayor riesgo en los adolescentes lo encontramos en el embarazo precoz, debido a que desde el 2016 al 2018 se ha registrado 1,866 embarazos, teniendo solo en el último año 343 embarazos de acuerdo con la cifra del sector salud (López, 2018).

Finalmente, llegamos a la conclusión que los adolescentes vienen enfrentando año tras año diversas problemáticas hasta la actualidad como son: la deserción escolar, desempleo, violencia, depresión y suicidio como también el embarazo precoz.

Por lo tanto, mediante esta investigación pretendemos conocer cuál es el estilo de afrontamiento que utilizan los estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado del nivel secundario. Al conocerse la existencia de tres estilos de afrontamientos, siendo dos de estos funcionales, un estilo enfocado en la solución del problema y el otro implica la búsqueda de un soporte en los demás, mientras que el último estilo de afrontamiento es disfuncional, debido a que está orientado a la evitación del problema. Este último genera que los adolescentes se encuentren más vulnerables a los distintos factores de riesgos y aún más si carecen de agentes protectores necesarios en esta etapa de su vida.

## **1.2 Delimitación del problema:**

El fin de este trabajo radica en el hecho de conocer cuáles son los estilos de afrontamiento en los adolescentes, de la ciudad de Lima - Perú.

Nuestra población de investigación fueron los estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado del nivel secundaria de una institución educativa pública, ubicado en el distrito de San Juan de Lurigancho, siendo este distrito uno de los más poblados del Perú según el último censo realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) contando en el 2017 con 1,038.495 pobladores. El instrumento que se utilizó para el debido estudio fue la prueba denominada escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS) que ha sido adaptada por Canessa en el 2002.

### **1.2.1 Delimitación Temporal**

La presente investigación tuvo una duración de 06 meses, desde el mes de octubre del 2020, dándose por concluido en marzo del 2021.

## **1.2.2 Delimitación Temática**

La presente investigación partió desde los planteamientos sobre el Afrontamiento Adolescentes, de Frydenberg & Lewis, los cuales los definen como: el conjunto de acciones afectivas y cognitivas que aparecen como respuesta a un problema o preocupación particular. Representan el intento de restablecer el equilibrio o reducir la tensión del individuo. Además, presentan tres estilos de afrontamiento: Resolver el Problema, Referencia a otros, y Afrontamiento no productivo.

## **1.3 Formulación del problema:**

### **1.3.1 Problema General:**

¿Cuáles son los estilos de afrontamientos en estudiantes del tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?

### **1.3.2 Problemas Específicos**

¿Qué estilo de afrontamiento utilizan, según la dimensión resolución del problema, los estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?

¿Qué estilo de afrontamiento utilizan, según la dimensión referencia a otros, los estudiantes del 3er, 4to y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?

¿Qué estilo de afrontamiento utilizan, según la dimensión afrontamiento no productivo, los estudiantes del 3er, 4to y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?

## **1.4 Justificación**

### **1.4.1 Social**

La presente investigación es relevante porque permitió conocer y comprender los estilos de afrontamiento en los estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa privada, en el distrito de San Juan de Lurigancho - Lima.

Con los resultados de esta investigación pretendemos lograr que exista mayor interés y conciencia de los estilos de afrontamiento en los adolescentes, para identificar casos significativos que puedan perjudicar el proyecto de vida del estudiante y poder preverlo mediante la intervención de campañas u futuros proyectos educativos en la institución. Asimismo, la información que se pretende obtener de esta investigación favorecerá de manera indirecta a otras instituciones educativas del distrito de San Juan de Lurigancho, debido a que servirá como guía para posteriores estudios.

### **1.4.2 Teórica**

Esta investigación se realizó con el objetivo de investigar los estilos de afrontamiento en los adolescentes, cuyo concepto planteado por Lazarus y Folkman (1986), mencionan que son esfuerzos cognitivos y conductuales formado para enfrentar demandas externas e internas que sobrepasan recursos del individuo.

Dicha información científica, confiable y objetiva contribuirá a futuras investigaciones, como antecedentes para revisar, desarrollar o apoyar investigaciones que se realicen con la población perteneciente a este estudio.

### **1.4.3 Metodológica**

La presente investigación tuvo como justificación metodológica el poder contribuir a una revisión de los instrumentos utilizados para recolectar o analizar los datos, debido a que han sido aplicados en el distrito más poblado a nivel nacional.

Además, esta investigación en conjunto con otras investigaciones permitirá crear programas de prevención y promoción psicológica para los adolescentes que residan dentro del distrito de San Juan de Lurigancho, con el fin de mejorar los estilos de afrontamiento en los adolescentes frente a situaciones estresantes, evitando así que sean propensos a tener alguna conducta de riesgo como las drogas, pandillaje, embarazo precoz, entre otros que ponga en riesgo su salud integral y futuro.

## **1.5 Objetivos**

### **1.5.1 Objetivo General:**

Describir los estilos de afrontamiento en los estudiantes del tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020.

### **1.5.2 Objetivos específicos:**

Identificar el estilo de afrontamiento, según la dimensión resolución del problema, utilizado por los estudiantes del tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020.

Identificar el estilo de afrontamiento, según la dimensión referencia a otros, utilizado por los estudiantes del tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020.

Identificar el estilo de afrontamiento, según la dimensión afrontamiento no productivo, utilizado por los estudiantes del tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes:**

##### **2.1.1 Antecedentes Nacionales:**

Rivero (2020), realizó su tesis en Lima, titulado; *Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana*, el objetivo de esta investigación fue examinar los estilos de afrontamiento al estrés de los estudiantes del primer año de secundaria de un colegio en Lima metropolitana. Con una metodología descriptiva cuantitativa, la muestra estuvo conformada por 36 alumnos del primer año de secundaria con edad entre 12 y 13 años. Para este estudio se utilizó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) adaptada en el 2002 por Canessa en el 2002. En los resultados se encontró que el estilo de afrontamiento al estrés más utilizado por los adolescentes es resolver el problema con un 64.9% del total. Asimismo, el estilo de afrontamiento utilizado en menor medida fue el de referencia a los demás con un 5.6%. Además, se encontró que la estrategia de afrontamiento más utilizada por los adolescentes en general fue la de distracción física con un 38.9%, seguida de preocuparse 19.4% y buscar

diversiones relajantes con un 16.7% del total. En conclusión, el estilo de afrontamiento al estrés más utilizado es el de resolver el problema.

Urbano (2019), realizó su tesis: *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la escuela de líderes escolares de Lima Norte-2017*, con el objetivo de conocer la relación entre los estilos de afrontamiento y el bienestar psicológico en un grupo de adolescentes. La muestra estuvo conformada por 237 estudiantes de ambos sexos entre 16 a 17 años de edad, quienes cursaban el 5to año de educación secundaria. La investigación fue de tipo transversal, con diseño descriptivo correlacional, el instrumento utilizado fue el cuestionario de estilos de afrontamiento al Estrés COPE, realizado por Carver y adaptado por Casuso (1996), y la escala Bienestar Psicológico BIEPS-J de Casullo y Castro adaptada por Casullo, Martínez y Morote (2002). Los resultados obtenidos indican que existe una correlación alta en los estilos de afrontamiento al estrés y el bienestar psicológico, como también una correlación alta en el estilo enfocado en el problema y la emoción con el bienestar psicológico, mientras que se encontraron correlaciones moderadas en los estilos de afrontamiento adicionales y bienestar psicológico.

Gutiérrez (2018), realizó en Lima-Perú su tesis; *Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de Lima metropolitana*, teniendo como el objetivo de determinar cuáles son las estrategias más utilizadas por los estudiantes de quinto grado de secundaria de Lima metropolitana. La muestra estuvo conformada por 173 estudiantes de 14 a 20 años, que cursan el quinto año de dos instituciones educativas. La investigación fue de nivel descriptivo, con su diseño no experimental, comparativo, el instrumento utilizado fue la Escala de afrontamiento para adolescentes ACS adaptada por Canessa (2002). Los resultados obtenidos muestran que los adolescentes utilizan más las estrategias funcionales como fijarse en lo positivo, esforzarse y tener éxito que corresponde al estilo de resolver el problema, en relación al estilo con referencia a otros, utilizan las estrategias acción social y



apoyo profesional, mientras que en el estilo afrontamiento no productivo, emplean las estrategias ignorar el problema y no afrontamiento. En conclusión, las estrategias más utilizadas por los adolescentes son fijarse en lo positivo, esforzarse y tener éxito, que están incluidos en el estilo de resolver el problema.

Cabrera (2017), realizó su tesis en Lima- Perú titulado; *Estilos de afrontamiento y agresividad en los adolescentes del nivel secundario de las instituciones educativas estatales del distrito de Comas en el 2017*, con el objetivo de determinar la relación y las diferencias entre los estilos de afrontamiento y agresividad en los adolescentes, la muestra estuvo conformada por 378 estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria. Esta investigación fue de tipo correlacional y diseño no experimental de corte transversal. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de afrontamiento de estrés ACS Creado por Frydemberg y Ramos (1993), y el cuestionario de agresividad elaborado por Buss y Perry (1992). Los resultados obtenidos muestran que existe relación directa entre los estilos de afrontamiento no productivo y de referencia a otros con la agresividad, mientras que no se encontró relación entre la agresividad y el estilo de resolver el problema en los adolescentes.

Cordero & Hernández (2016), realizaron su investigación; *Socialización parental y estilos de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima-este-Perú*, el objetivo de este estudio fue buscar la relación entre los estilos de socialización parental y estilos de afrontamiento en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa privada de Lima- este. La muestra estuvo conformada por 150 adolescentes entre 12 a 16 años de edad, el diseño del estudio es no experimental, de corte transversal y tipo descriptivo-correlacional, utilizaron el instrumento Escala de socialización Parental ESPA, elaborada por Musitu y García (2004) y adaptada por Jara (2013), también usaron la Escala de estilos de afrontamiento para adolescentes ACS adaptada por Canessa (2002). En los resultados se evidencia la relación significativa entre los estilos de

socialización parental de la madre y las estrategias como concentrarse en resolver el problema, auto inculparse, fijarse en lo positivo y buscar diversiones relajantes. Mientras que en los estilos de socialización parental en el padre existe relación significativa con las estrategias de auto inculparse, apoyo espiritual y diversiones relajantes.

### **2.1.2 Antecedentes Internacionales:**

Bahamón, Uribe & Trejos (2018), elaboraron en Colombia el artículo de investigación denominado: *Estilos de afrontamiento como predictores del riesgo suicida en estudiantes adolescentes*. Con el objetivo de determinar la relación existente entre los estilos de afrontamiento y el riesgo suicida en los adolescentes y evaluar si el afrontamiento predice el riesgo suicida en adolescentes. Siendo un estudio cuantitativo de tipo correlacional de corte transversal, con una muestra constituido por 617 jóvenes entre los 14 y 18 años de edad. Los instrumentos utilizados fueron: el Inventario de Orientación Suicida ISO-30 de King y Kowalchuk (1994) y el Inventario de Estimación de Afrontamiento COPE elaborado por Carver, Scheier y Weintraub (1989). En los resultados expresan que el 19,2 % de los participantes presentan riesgo de suicidio alto, descubriendo diferencias en hombres y mujeres. Se encontraron también correlaciones significativas entre riesgo suicida y estrategias de afrontamiento evitativas, entre riesgo suicida e ideación suicida y riesgo suicida con baja autoestima. Concluyendo que las estrategias de afrontamiento centradas en la solución del problema son un factor protector en los adolescentes, y el uso de estrategias de afrontamiento evitativas son un factor de riesgo para la conducta suicida.

Mendoza (2018), estableció su tesis en México, titulada: *Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior de la UAEM*. Con el objetivo principal de describir los estilos y estrategias de afrontamiento en los adolescentes de la preparatoria de la Universidad Autónoma del estado de México. Este estudio fue de tipo no

experimental, descriptivo y transversal, La muestra estuvo conformada por 635 alumnos de la preparatoria UAEM de 15 a 16 años, de los cuales 268 eran hombres y 367 mujeres. El instrumento aplicado fue la escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) creada por Frydenberg y Lewis (1993), y adaptada por Canessa (2002), además se incluyó una pregunta abierta para descubrir los problemas más frecuentes en los adolescentes. Los resultados mostraron que hombres como mujeres utilizan el estilo de afrontamiento enfocado en resolver el problema. Sin embargo, en algunas ocasiones usan el tipo de afrontamiento con referencia a los demás y al no productivo. En cuanto a la pregunta abierta se encontró distintas situaciones estresantes, pero coinciden que los problemas más cotidianos son con respecto a la escuela, familia y cambios en la adolescencia.

Cruz & De la Rocha (2018), realizaron su tesis en Ecuador, titulado: *Estilos de afrontamiento al estrés ante el divorcio de los padres en los adolescentes de 13 a 15 años que asisten a la consulta de la unidad de apoyo emocional de pro familia, san francisco de Macorís, enero - agosto 2018*. Este estudio tuvo como objetivo describir los estilos de Afrontamientos al estrés ante el divorcio de los padres en los adolescentes de 13 a 15 años que asisten a la consulta de la Unidad de Apoyo Emocional de Pro familia. La metodología de esta investigación fue de diseño no experimental de corte transversal, con un enfoque cuantitativo, la muestra estuvo conformada por 54 adolescentes, se utilizaron dos instrumentos de investigación, la primera es la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (EAA) y la segunda es la Escala de estrés percibido (PSS). Obteniendo como resultado que el 64.81% de los adolescentes muestran un nivel de estrés alto. Asimismo, el estilo de afrontamiento más utilizado es el dirigido al problema y las estrategias más utilizadas fueron Fijarse en lo positivo (Po), Distracción física (Fi) y Esforzarse y tener éxito (Es).

Uribe, Ramos, Villamil & Palacio (2018), en la ciudad de Colombia, realizaron la investigación: *La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar*

*psicológico en una muestra escolaridad de adolescentes.* El objetivo fue identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en estudiantes. La muestra estuvo conformada por 104 estudiantes, entre 15 y 18 años de cuatro colegios públicos de la ciudad de Montería. Su método de estudio fue de diseño transversal correlacional. Los instrumentos utilizados fueron la escala de afrontamiento para adolescentes desarrollada por Frydenberg y Lewis (1997), y la Escala de Bienestar Psicológico propuesta originalmente por Ryff (1989). En los resultados se encontró una asociación significativa entre las variables de afrontamiento y bienestar psicológico. Concluyendo que los adolescentes que presentan mayor bienestar psicológico utilizan estrategias de afrontamiento conducido a la resolución del problema y búsqueda de apoyo social.

Molina & Muevecela (2016), realizaron en Ecuador la investigación: *Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes.* Teniendo como objetivo analizar y describir las estrategias de afrontamiento que se usan frecuentemente por los estudiantes. La muestra estuvo conformada por 77 adolescentes de 16 a 18 años de edad, de la institución educativa San José de la Salle de la ciudad de Cuenca. Para la investigación se utilizó la escala de afrontamientos para adolescentes (ACS) elaborada por Frydenberg y Lewis (1993). Este estudio tuvo un enfoque cuantitativo, y de carácter transversal a nivel descriptivo. Los resultados señalan que la estrategia más usada por los estudiantes es buscar diversiones relajantes, seguido con la estrategia de preocuparse y fijarse en lo positivo, mientras que la menos utilizada es la de acción social, concluyendo que los estudiantes utilizan el estilo de afrontamiento focalizado en la resolución de problemas que les ayuda a sentirse mejor para luego analizar con calma las diferentes soluciones.

## **2.2 Bases Teóricas o Científicas:**

### **2.2.1 La Adolescencia**

Los aspectos biológicos ligados a la adolescencia son universales, no obstante, la duración de la etapa de la adolescencia como todas las características (no biológicas) pueden variar según la cultura, el tiempo y los aspectos socioeconómicos en el que se encuentran los adolescentes. A lo largo del tiempo el comienzo de esta etapa de la vida ha ido cambiando, sobre todo en un inicio más temprano de la pubertad, la postergación del matrimonio, el comienzo de la etapa laboral, la evolución de las actitudes y las prácticas ligadas a la sexualidad (Organización Mundial de la salud 2019).

La OMS (2019), establece la adolescencia como un periodo de crecimiento y desarrollo en la vida humana, el cual se produce después de la niñez y termina con la edad adulta, esta etapa se encuentra comprendida entre los 10 y 19 años. Para la OMS la adolescencia se trata de una de las etapas de transición más importante de los seres humanos, está caracterizada por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios, esta fase de crecimiento está condicionada por diversos procesos biológicos, la pubertad es la etapa que marca el pasaje de la adultez a la adolescencia.

#### **2.2.1.1. Características de la adolescencia:**

Según Viejo y Ortega (2015), la adolescencia es un periodo marcado por notables cambios, estos cambios se dan tanto a nivel físico como actitudinal, es en esta etapa que el adolescente logra una consolidación como individuo y en sus relaciones con la familia y con su sociedad, propia de esta etapa también es el hecho que los adolescentes están propensos a más riesgos sociales debido a una participación más activa en su sociedad. Estos cambios están reunidos en:

- **Cambios biológicos:** En la adolescencia se da un aumento de peso, estatura y un cambio en las dimensiones corporales. Esto se genera de manera más rápida que en etapas

anteriores del desarrollo, siendo común que sea acompañado por una incoordinación motora, torpeza, fatiga, trastornos del sueño que muchas veces generan trastornos emocionales y conductuales de manera transitoria. Uno de los cambios más significativos es la maduración de los órganos sexuales, la aparición de caracteres sexuales secundarios y el comienzo de la capacidad reproductiva (Güemes et al., 2017).

- **Cambios psicológicos:** Para Papalia et. al (citado por Rodríguez, 2019), los cambios biológicos que se dan en la adolescencia vienen acompañados de cambios psicológicos, en este aspecto se dan cambios tanto a nivel cognitivo como a nivel comportamental, es en esta etapa cuando aparece el pensamiento abstracto y los adolescentes suelen cambiar la manera en la que se ven a sí mismos, suelen ser más introspectivos lo que genera que entren en contacto con un “yo” interior talvez antes ignorado, se vuelven más autocríticos y desarrollan una mayor capacidad de análisis. La aparición de la inteligencia formal permite a los adolescentes el paso a la actividad de la reflexión espontánea y esto a su vez les permite tomar una postura egocéntrica intelectual.

Mussen et. al (citado por Rodríguez, 2019) definen que los cambios psicológicos que se dan en la adolescencia van más allá de la aparición de las operaciones formales del pensamiento, los adolescentes muestran una mayor independencia de los padres, empiezan a manifestarse las conductas sexuales con desarrollo de la identidad sexual, las relaciones sociales se vuelven más estables y suelen ser más cooperativos con sus pares. Es en esta etapa donde el proyecto de vida suele importarles más, todo esto conlleva a que logren adquirir las características psicológicas más sobresalientes en un adulto: la autonomía e independencia.

- **Cambios sociales:** Los cambios y las dinámicas sociales que se llevan a cabo durante esta etapa se convierte en parte de los aspectos claves para el desarrollo del adolescente. Es en este periodo donde se lleva a cabo la reorganización sináptica en la corteza

prefrontal que no se forma ajena a las experiencias vividas por los adolescentes, sino por el contrario, todas las actividades que realicen ayudarán e influirán en el modelado de la arquitectura cerebral, como no sucede en cualquier otro momento del desarrollo humano. Delgado (citado por Viejo & Ortega, 2015).

De esta manera, para Gorrese y Ruggieri (citado por Viejo y Ortega, 2015) el papel que desarrollan las relaciones sociales en el entorno colectivo de los adolescentes, está influido en parte por el desarrollo de la corteza prefrontal, como también la importancia que toma en esta etapa la amistad y otros tipos de relaciones con sus pares. Los adolescentes suelen pasar más tiempo con amigos, lo cual se convierte en el contexto de socialización más importante en esta etapa del desarrollo, por lo que se espera que suelen formar un círculo social con un apego más cercano.

Es en este periodo del desarrollo adolescente, que en una etapa anterior buscaba la aceptación y aprobación de sus progenitores, vuelque sus esfuerzos en agradar a sus pares y respuesta a la necesidad de apoyo. (Viejo y Ortega, 2015).

#### **2.2.1.2 Factores de riesgo en adolescentes:**

Como se ha mencionado anteriormente en este estudio, en la etapa de la adolescencia se presentan diversos cambios, los adolescentes muestran un incremento de la inestabilidad frente a los cambios, motivo por el cual se encuentran frente a una mayor exposición al riesgo, en esta etapa de su desarrollo suelen involucrarse con distintas conductas de peligro, como embarazos no planificados, consumo de drogas, etc. (Almario, 2016).

Hay que destacar que para Castillo (2016), en la actualidad los adolescentes vienen siendo afectados por el “instantaneismo hedonista”, el cual explica que los adolescentes muestran una consideración extrema por el presente, dejando atrás e ignorando todo evento pasado, que para ellos ya no existe y un futuro que aún no ven venir. Esta percepción los hace vivir apresuradamente, querer o tomar todo apresuradamente, querer vivir diversas

experiencias, tratando de satisfacer sus caprichos rápidamente porque piensan que es un derecho. Las consecuencias directas de esto son adolescentes sin ningún tipo de proyecto de vida, ya que su pensamiento y acción se centra en la satisfacción del placer, la diversión y goce inmediato aumentando las posibilidades de tener una conducta de riesgo.

Para Cardona, los factores de riesgo en la adolescencia, son características individuales de los adolescentes y del medio donde vive, estos pueden contener y exponer al adolescente a riesgos que pueden afectarlo a nivel biológico, físico y social, como también que el adolescente presente dificultades al momento de afrontar situaciones estresantes. El riesgo suele ser asociado con la presencia de factores que pueden aumentar o disminuir la eventualidad de una enfermedad o déficits que suelen afectar la vida de las personas ante tales eventos (Moreta et. al, 2017).

Según Moreta et. al (2017), Son llamados “factores o indicadores de riesgo” las situaciones o eventos que se desprenden de cualquier tipo de circunstancia o eventos, estos pueden ser de naturaleza biológica, psicológica, social o medioambiental, los cuales debido a su presencia o ausencia incrementan o disminuyen la posibilidad de que se presente un problema tanto a nivel individual, como grupal.

Los factores o indicadores de riesgo, están compuestos por la “amenaza y vulnerabilidad”. Para la Oficina de las Naciones Unidas en la Reducción del Riesgo de Desastres (2009) la amenaza suele estar relacionada con una actividad humana, un fenómeno o una condición social peligrosa que puede generar lesiones u ocasionar la muerte de la persona. De acuerdo con Becoña (citado por Moreta et al, 2017) en los adolescentes las amenazas más frecuentes suelen presentarse en el ambiente familiar, escolar y social. Aunque para algunos autores como Coleman, Hendry & Kloeb (citado por Moreta et al, 2017) sostienen que la etapa de la adolescencia sería una etapa amenazante cuando se le imponen exigencias o tareas, para las cuales no se encuentra preparados para resolver, pues



carecen de una madures física y psíquica. De ahí que pueda incrementar la posibilidad de una conducta de riesgo, ya que el adolescente podría tomar una actitud de autoafirmación de la voluntad que incrementa su vulnerabilidad (Moreta et. al, 2017).

En cuanto al factor “vulnerabilidad”, Sánchez-González & Egea-Jiménez (citado por Moreta et al, 2017) hacen referencia a la capacidad disminuida que puede presentar una persona para anticipar, afrontar o tolerar los posibles efectos de un daño y su posterior recuperación. Los factores internos que incrementan una mayor vulnerabilidad para Bardagi, Arteche & Neiva-Silva (citado por Moreta et al, 2017) son la baja autoestima, la baja autoeficacia y la depresión. Mientras que para la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (citado por Moreta et al, 2017), los factores externos que aumentan el grado de vulnerabilidad son las características relacionadas con los aspectos sociodemográficos.

Para Cardozo y Alderete (citado por Moreta et al. 2017) las condiciones socioeconómicas precarias y lo que conlleva esta situación (mala alimentación, abandono escolar, inadecuados sistemas de salud, etc.) influirían en la aparición de conductas de desadaptación social y la aparición de problemas psicológicos (Moreta et. al, 2017).

### **Conductas de riesgo:**

Según Toro (citado por Moreta et. al 2017) las conductas de riesgo o comportamientos de riesgo, se pueden definir como una serie de conductas que suelen proveer a los adolescentes gratificaciones moderadas o importantes, estas gratificaciones pueden ser de corto plazo, pero las consecuencias son a largo plazo. Los comportamientos de riesgo de los adolescentes pueden ser identificados según los siguientes indicadores de riesgo psicosocial:

Insatisfacción de las necesidades psicológicas básicas: Durante la adolescencia aparecen necesidades psicológicas como el deseo de explorar y adquirir experiencias, estas al manifestarse se convierten en necesidades y deben ser satisfechas. Es necesario que

consideremos los riesgos asociados a la satisfacción de estas necesidades como posibles agentes de perjuicio para el adolescente. Toro (citado por Moreta et. al 2017).

1. Patrones no adecuados en torno a la crianza y a la educación: Estos patrones no adecuados incluyen sobreprotección, autoritarismo, agresión verbal y/o físico, también pueden ser considerados como patrones no adecuados el incumplimiento de reglas debido al inadecuado manejo de los roles familiares y sociales lo que ocasiona y dificulta un adecuado desarrollo de la personalidad en los adolescentes. Toro (citado por Moreta et. al 2017).

2. Ambiente frustrante: La carencia o déficit de manifestaciones de afecto, la intromisión en la vida privada, las amenazas de castigo, o las acciones de censura sin motivo, pueden incidir en la aparición de trastornos afectivos, depresivos e incluso intentos de suicidio. Las apariciones de desórdenes alimenticios suelen estar ligados a este tipo de ambiente familiar. Fergusson (citado por Moreta et. al 2017).

3. Sexualidad mal orientada: Se refiere a la ausencia o al bloqueo dentro de ambiente familiar, escolar o social del acceso a información adecuada sobre la sexualidad. El despertar sexual, la curiosidad o el deseo de experimentar con su sexualidad es natural y una conducta esperada en los adolescentes, esta búsqueda y curiosidad se vuelve un comportamiento de riesgo cuando los intentos de buscar información adecuada se ven interrumpidos por una orientación inadecuada. Sinha (citado por Moreta et. al 2017).

4. Pertenencia a grupos antisociales: La necesidad de autoafirmación individual, la necesidad de pertenencia que aparece en la adolescencia y la ausencia de un entorno de desarrollo adecuado incrementa la posibilidad del adolescente en la búsqueda de pertenencia en grupos antisociales, logrando asimilar sus conductas socialmente no aceptadas. Suele aumentar esta probabilidad la vulnerabilidad socioeconómica en la que vive el adolescente. Sinha (citado por Moreta et. al 2017).

5. Escasas oportunidades escolares, culturales y económicas: La carencia o el déficit de condiciones u oportunidades que aseguren el adecuado desarrollo o la posibilidad de que los adolescentes puedan potenciar habilidades necesarias para su desempeño social, son identificadas como la principal fuente de riesgo sociocultural. Esto trae consigo una incapacidad en la resolución de problemas o inconvenientes para cumplir con sus responsabilidades. (Moreta et. al 2017).

Para Pedrero, Pérez y Morón (2016), los comportamientos de riesgo se pueden presentar en tres sistemas relacionados entre sí, en primer lugar, se encuentra el sistema social, el entorno donde vive y se desarrolla el adolescente, el segundo sistema son las consecuencias directas e indirectas de su comportamiento el cual puede reforzar o extinguir las conductas de riesgo, el ultimo sistema son los procesos cognitivos que regulan la interacción del sujeto con su entorno social.

## **2.2.2 El estrés**

### **2.2.2.1 Orientaciones Teóricas**

Hans Selye en 1936, define el estrés como una respuesta generada por el organismo ante situaciones o estímulos que suelen producir alteraciones en el equilibrio interno del individuo, por lo que se asume que el estrés se genera como el resultado del conjunto de procesos y reacciones de índole biológicos antes estímulos no específicos. Selye agrupo las diferentes reacciones fisiológicas al Síndrome de Adaptación General, cuyo nombre fue acuñado por el mismo, a las diferentes respuestas que se generan en el organismo ante la aparición de eventos estresantes (Cubas y Parra, 2019).

Selye lo divide en 3 fases:

1. Fase inicial o de alarma: Cuando el sujeto percibe estímulos estresantes, suele aparecer alteraciones en distintos niveles como psicológico y fisiológico en el organismo,

algunas alteraciones suelen ser disminución o pérdida del tono muscular, presión sanguínea baja, elevación o disminución de la temperatura y taquicardia (Cubas y Parra, 2019).

2. Fase de resistencia: Consta del proceso de adaptación que se genera en el organismo cuando aparece un agente estresor, los cambios generados en el organismo de la primera fase persisten, con la finalidad de restablecer el equilibrio interno del sujeto. A la par a nivel psicológico suelen operar alteraciones orientadas al afrontamiento del evento estresor (Cubas y Parra, 2019).

3. Fase de afrontamiento: Esta fase se presenta cuando suelen fallar los intentos de restablecer el equilibrio interno y el sujeto continúa expuesto al evento estresante. Según el grado o severidad del agente estresor y el tiempo que el sujeto lleva expuesto a este, los cambios orgánicos pueden adquirir niveles crónicos que se pueden transformar en trastornos mentales y enfermedades a nivel físico (Cubas y Parra, 2019).

– **Teorías basadas en el estímulo.**

Holmes & Rahe (citado por Dueñas, 2017) han sido los teóricos responsables y que mayor estudio han realizado entorno a la teoría del estrés basada en el estímulo. Ellos interpretan y comprenden el estrés en su relación con los estímulos ambientales, pues consideran que son estos estímulos los cuales pueden llegar a alterar o desorganizar las funciones del organismo.

Sostienen que los acontecimientos o las situaciones vitales que experimentan las personas a lo largo de su vida, como el inicio de estudios superiores, el nacimiento de un hijo, el matrimonio, la muerte de un ser querido, la jubilación, etc., constituirán una fuente de estrés significativa porque son cambios que exigirán la adaptación del sujeto. Holmes & Rahe (citado por Dueñas, 2017).

La investigación de Sandín (citado por Dueñas, 2017) sobre el estrés que está centrada en los factores externos (psicosociales), ha orientado y organizado la teoría hacia

las consecuencias que tienen las experiencias estresantes sobre la salud de las personas, más que hacia el evento que origina dichas experiencias (condiciones sociales). Esto ha generado un problema en el estudio del estrés ya que las condiciones sociales como los aspectos socioeconómicos, laboral familiar, etc., pueden estar en el origen como en las consecuencias de los eventos estresantes.

Debemos considerar las diferencias individuales que tienen las personas frente a los estímulos estresores, algunas de las situaciones más comunes que generan estrés, como estímulos ambientales nocivos, alteración de funciones fisiológicas, intolerancia a la frustración, etc., son percibidas por los sujetos de manera distinta. En esta teoría se le da gran importancia a los estímulos del ambiente y a las situaciones sociales, por lo que podemos circunscribirla en lo que se denomina perspectiva psicosocial del estrés (Dueñas, 2017).

#### **2.2.2.2 Modelos teóricos**

##### **- El modelo transaccional del estrés**

Para Lazarus y Folkman (1986), el estrés viene a ser el resultado de las interacciones que tiene el individuo con el medio ambiente circundante, empezando con la evaluación cognitiva que las personas realizan de los estímulos que perciben. (Rosales, 2016). En todo este proceso relacional el sujeto desarrolla una aproximación o evaluación primaria de todos los estímulos que ha percibido, los cuales los procede a calificar como:

- **Amenaza:** el sujeto anticipa un evento que pueda generarle algún daño.
- **Daño-perdida:** el o los daños ya se ha producido en el sujeto.
- **Desafío:** para el sujeto, los eventos estresantes involucran un beneficio o una pérdida.
- **Beneficio:** si los eventos resultan positivos no genera una respuesta de estrés.

| TEORÍAS                           | REPRESENTANTES                 | FUNDAMENTOS TEORICOS   |
|-----------------------------------|--------------------------------|--|
| <b>A.- TEORIA DEL ESTIMULO</b>    | T.H. Holmes y R.H. Rahe (1967) | Proponen que los acontecimientos vitales importantes, como el casamiento, el nacimiento de un hijo, la jubilación, la muerte de un ser querido, el embarazo, etc., son siempre una fuente de estrés porque producen grandes cambios y exigen la adaptación del sujeto.<br>El estrés lo interpretan y comprenden de acuerdo con las características que se asocian con los estímulos ambientales, pues consideran que éstos pueden desorganizar o alterar las funciones del organismo |
| <b>B.- TEORIA DE LA RESPUESTA</b> | Hans Selye (1974)              | Concibe el estrés como una respuesta no específica del organismo, ante las demandas que se le hacen.<br>El estrés es el estado que se manifiesta por un síndrome específico, consistente en todos los cambios inespecíficos inducidos dentro de un sistema biológico   |
| <b>C.- TEORIA TRANSACCIONAL</b>   | Lazarus y Folkman (1986)       | Enfatizan la relevancia de los factores psicológicos (principalmente cognitivos) que median entre los estímulos estresantes y las respuestas de estrés, dando al individuo un rol activo en la génesis del estrés.<br>El estrés tiene su origen en las relaciones entre el individuo y el entorno, que el sujeto evalúa como amenazante, y de difícil afrontamiento, por consiguiente, el concepto fundamental de la teoría interaccional es el de evaluación cognitiva.             |

*Tabla 1:* Posturas teóricas del estrés

Fuente: Dueñas (2017)

Después de que el sujeto ha realizado las evaluaciones primarias de los eventos estresantes se realiza una segunda evaluación, que está dirigida a que el sujeto haga una valoración de los recursos disponibles y situaciones a favor que posee para enfrentar el evento estresante, lo cual incluye los recursos de afrontamiento que tiene. El resultado de la relación de estas evaluaciones y valoraciones, establecen el nivel de estrés y la intensidad de este, como también el nivel de calidad de las respuestas emocionales (Rosales, 2016).

Según Solís & Vidal (citado por Vásquez, 2018), hay un último proceso después de los dos mencionados que es el de retroalimentación o feedback, en este proceso la persona

realiza modificaciones de las valoraciones que asigno al evento estresante a la par que la persona emplea mecanismos de afrontamiento.

### **Modelo procesual del estrés.**

Oblitas (2017), define al estrés como el resultado de las diversas interacciones entre el sujeto y su medio ambiente, él considera que no solo son los procesos cognitivos sino también las demandas psicosociales, los diferentes tipos de personalidad, las estrategias de afrontamiento y las respuestas del sujeto en los distintos niveles, también incluye en esta interacción los recursos que posee la persona como, materiales, personales y sociales.

Este modelo percibe al estrés como un conjunto de variables complejas, las cuales suelen actuar y afectar en distintos niveles, interactuando entre sí, también involucra distintos elementos tales como: proceso de evaluación cognitiva, estrategias de afrontamiento, agentes externos e internos y aquellas respuestas psicofisiológicas denominadas como “reacción al estrés” (Oblitas, 2017).

Sandín, presenta el modelo procesual del estrés, él organiza distintas variables básicas que se relacionan con el estrés y a la vez con la psicopatología del estrés. Revisa y modifica su modelo original, donde estructura el modelo final en 7 etapas: (citado por Angulo, 2019)

- Demandas psicosociales: Esta etapa incluye todos los elementos externos que generan el estrés, estos pueden ser de índole mayor (la pérdida de un ser querido), sucesos vitales o de menor índole (cosas de la vida diaria), así como también que el sujeto pertenezca a un nivel socioeconómico bajo. Sandín (citado por Angulo, 2019).

- Evaluación Cognitiva: Esta etapa está relacionada con la apreciación cognitiva que el sujeto realiza en relación a las demandas psicosociales, dentro de esta etapa se presentan tres tipos, el primer tipo es el de amenaza (que el sujeto percibe como pérdida), el segundo tipo es de peligro donde se evalúa el nivel de peligro inminente (el sujeto evalúa

un posible deterioro contra su integridad), y el último tipo es el de desafío personal. Sandín (citado por Angulo, 2019).

- **Respuesta al estrés:** Son las reacciones fisiológicas (sistema endocrino y los del sistema nervioso autónomo), incluyen también las respuestas psicológicas que el sujeto elabora a nivel emocional, motor y cognitivo. Sandín (citado por Angulo, 2019).

- **Afrontamiento:** En esta etapa se encuentran las acciones cognitivas y conductuales utilizadas por el sujeto que están orientadas al afrontamiento de los eventos estresantes externos como también al estado emocional. Sandín (citado por Angulo, 2019).

- **Características personales:** En esta etapa se incluyen los diferentes tipos de personalidad, los factores como temperamento y carácter, la raza, el sexo, que varían en cada persona y son los que definen la mayor parte de la evaluación que las personas realizan ante la demanda psicosocial y las estrategias de afrontamiento. Sandín (citado por Angulo, 2019).

- **Características sociales:** Son los soportes sociales donde se apoyan los individuos, los diversos lazos sociales que forman las personas, las redes de apoyo familiares y comunales, apoyo personal, etc. Sandín (citado por Angulo, 2019).

- **Estatus de salud:** Esta etapa depende de todas las antes mencionadas ya que las condiciones de salud fisiológicas como psicológicas pueden tornarse dañinas por un afrontamiento inapropiado, lo cual facilita los cuadros de estrés (por ejemplo, consumir bebidas alcohólicas, fumar) o por el contrario el afrontamiento apropiado puede inhibir los efectos del estrés (hacer ejercicios físicos, cambios a una alimentación saludable, etc.) Sandín (citado por Angulo, 2019).

### **2.2.2.3 Conceptos de estrés:**

El vocablo estrés ha sido adaptado de la física y la arquitectura, una estructura es sometida a estrés cuando soporta una fuerza o peso que puede llegar a deformar o destruir la estructura (Aranda, 2020).



Cannon en 1911 (citado por Aranda, 2020) fue quien por primera vez utilizó el término estrés y se refirió a este como cualquier estímulo-respuesta que al ejercerse sobre el individuo provoca cualquier tipo de reacción ya sea beneficiosa o perjudicial para la salud.

La conceptualización de la palabra estrés la podemos encontrar en los trabajos de Hans Selye, este incluyó las respuestas fisiológicas que genera nuestro organismo ante situaciones estresantes y como resultado negativo se podría generar el estrés excesivo y prologando. Martin (citado por Aranda, 2020).

Reodar (2015), indica que el estrés se manifiesta cuando aparecen agentes o situaciones de diversa índole, físicas, psicológicas o sociales que suelen provocar alteraciones en diferentes sistemas del sujeto, estos se pueden dar en la parte orgánica, cognitiva y perceptiva, lo cual hace que el individuo trate de recuperar el equilibrio y adaptarse a las situaciones estresante.

Organización Mundial de la Salud (OMS) define al estrés como “el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción” (Aranda, 2020).

Por último, podemos definir al estrés como un estado de carencia de tranquilidad y perturbación del equilibrio interno, esto genera un sinnúmero de respuestas fisiológicas y comportamientos que llegan a producir alteraciones que pueden ser positivas o negativas según las situaciones que fueron afrontadas en el momento (Aranda., 2020).

#### **2.2.2.4 Tipos de estrés:**

Selye (1960), después de formular el Síndrome de Adaptación General (SGA), se da cuenta de las diferencias que existen en la manera que los sujetos perciben el estrés, motivo por el cual plantea que hay dos tipos de estrés; el eútres que es el estrés bueno, que contribuye al desarrollo de la persona, y el distres, que es el estrés malo, el cual es perjudicial para la salud y disminuye o retrasa el desarrollo de la persona (citado por Oblitas, 2017).

Gutiérrez (citado por Oblitas, 2017), afirma que el estrés se puede diferenciar por el resultado, estos resultados pueden catalogarse como “agradables” o “desagradables”. El estrés cuyo resultado es agradable lo denomino “buen estrés” y al segundo de resultado desagradable lo denomino “mal estrés”.

Robbins y Judge (2017), plantea que el concepto de estrés suele vincularse con aspectos negativos para la vida de las personas, lo cual no siempre suele ser malo, ya que por lo general nos referimos al estrés desde un contexto mórbido y nocivo, el estrés también tiene aspectos positivos, suele haber personas que canalizan el estrés como medio para exigirse y brindar todo de sí.

Cuando el sujeto tiene buena capacidad para enfrentar el estímulo estresante, logra percibir la amenaza como retos a superar, puede producir un estado de alerta que mejora su desempeño o tareas que se haya propuesto, y una vez que haya cumplido sus objetivos puede recuperar el equilibrio interno produciendo incluso un sentimiento de bienestar, se le denomina estrés positivo o eútres. (De la Cruz, 2011).

El estrés negativo o distres se genera cuando el sujeto percibe como desagradable al estímulo estresor, esto suele generar síntomas físicos o psicológicos, como agotamiento, cefalea, angustia, temor, atención disminuida, etc. Si el evento estresante se prolonga en el tiempo se generará un estado de agotamiento, lo cual puede provocar posibles dolencias funcionales u orgánicas (De la Cruz, 2011).

Robbins y Judge (2017), plantea que el concepto de estrés suele vincularse con aspectos negativos para la vida de las personas, lo cual no siempre suele ser malo, ya que por lo general nos referimos al estrés desde un contexto mórbido y nocivo, el estrés también tiene aspectos positivos, suele haber personas que canalizan el estrés como medio para exigirse y brindar todo de sí.

### **2.2.3 Afrontamiento**

El afrontamiento ha sido estudiado desde diversos contextos psicológicos, en un comienzo se abordó desde la fisiología, que investigo los efectos del estrés en el organismo, algunos años después la corriente psicoanalítica se interesó en explorar el afrontamiento desde el uso de los “mecanismo de defensa”, que son los mecanismos que protegen al yo de las exigencias de la sociedad y de la vida propia, a niveles consientes y subconsientes. Con el auge de la corriente cognitivista el estudio del afrontamiento fue ampliamente estudiado y aceptado. Fierro (citado por Vásquez, 2018).

### **2.2.3.1 El afrontamiento como proceso**

Lazarus y Folkman (1984) plantean un modelo alternativo al modelo centrado en los estilos de afrontamiento, este fue denominado en términos de proceso. Desde la perspectiva procesual, se define al afrontamiento como el esfuerzo cognitivo y conductual para manejar las demandas externas e internas que el sujeto percibe y evalúa como amenaza o que sobrepasa sus recursos que dispone. Podríamos resumir la definición como los esfuerzos cognitivos y conductuales que el sujeto emplea para manejar el estrés psicológico (Peña y Castaño, 2017).

Para Lazarus hay que considerar el afrontamiento como un proceso que requiere de aceptar los siguientes principios:

- El afrontamiento se emplea dejando de lado si el proceso es adaptativo o desadaptativo, si da buenos resultados o es ineficaz, por lo tanto, se debe separar su concepción de los resultados obtenidos (Peña y Castaño, 2017).
- El afrontamiento depende del contexto. Es una aproximación orientada en el contexto más que en una disposición estable. El afrontamiento que se emplea en diversas amenazas, varía en función de la adaptación y los requerimientos de otras amenazas (Peña y Castaño, 2017).

- Algunas estrategias, son más estables que otras, esto se genera durante la situación estresante.

- Desde la perspectiva del afrontamiento como proceso, se enfatiza la existencia de dos dimensiones principales, el afrontamiento focalizado en el problema y el afrontamiento focalizado en la emoción, el primero se basa en modificar la relación ambiente-persona, generando un cambio sobre el ambiente o sobre la misma persona, su principal función es manejar o alterar el origen del estrés (Peña y Castaño, 2017).

- Hay que enfatizar que ambas dimensiones pueden colaborar mutuamente, por ejemplo, al reducir los niveles de ansiedad (emoción), facilita e incrementa la capacidad de solución de problemas, como también pueden interferirse, por ejemplo, al minimizar la relevancia de un suceso (emoción) puede disminuir las actividades que estén dirigidas al afrontamiento (Peña y Castaño, 2017).

- El afrontamiento depende de la evaluación que el sujeto realiza sobre si puede o no puede actuar sobre la situación estresante. Si después de realizar la valoración el sujeto determina que puede actuar sobre el estresor y cambiarlo predominará el afrontamiento focalizado en el problema, si por el contrario la evaluación realizada por el sujeto le indica que no puede cambiar la situación estresante, predominará, el afrontamiento focalizado en la emoción (Peña y Castaño, 2017).

Con todo lo mencionado Lazarus y Folkman (citado por Peña & Castaño, 2017), basándose en entrevistas realizadas y el uso de auto informes que utilizaron para evaluar el afrontamiento crearon el instrumento *Ways of Coping Questionnaire* (WCQ), donde establecen las 8 dimensiones o estilos de afrontamiento.

1. Confrontación: Se basa en las acciones que se dirigen a afrontar la situación estresante.

2. Distanciamiento: Involucra un comportamiento cuya finalidad son olvidar el problema, alejarse o negar lo ocurrido.
3. Autocontrol: Conductas orientadas a guardar los problemas para uno mismo.
4. Búsqueda de apoyo social: Solicitar ayuda o consejo a un amigo, familiar, etc.
5. Aceptación de la responsabilidad: El sujeto suele culparse o criticarse a sí mismo, o se reconoce como el que ocasiono el problema.
6. Escape-evitación: El sujeto suele esperar que el problema se solucione, por sí mismo, suceda un milagro o puede refugiarse en el alcohol o drogas, etc.
7. Planificación de solución de problemas: El sujeto organiza y ejecuta un plan de acción para solucionar el problema o manejar la situación.
8. Reevaluación positiva: El sujeto saca conclusiones y enseñanzas del problema, se conoce un poca más, madura, etc.

Como podemos ver, existen dimensiones de las formuladas por Lazarus y Folkman (1988) que corresponden al afrontamiento de tipo focalizado en el problema (planificación de solución de problemas, confrontación) y los tipos focalizados en la emoción (autocontrol, aceptación de la responsabilidad, distanciamiento, reevaluación positiva y escape-evitación). Las dimensiones de búsqueda de apoyo social involucran las dos dimensiones de focalización en el problema y en la emoción, por lo que se le considera un tipo de afrontamiento intermedio. Bermejo (citado por Peña y Castaño, 2017).

### **2.2.3.2 Estilos de Afrontamiento**

Los estilos de afrontamiento son formulados desde la perspectiva que los considera como disposiciones personales que ayudan a enfrentar los eventos estresantes. Byrne (1964), plantea un modelo bipolar de estilo de afrontamiento, el modelo represor/sensibilizador. En el caso de la dimensión represora el sujeto tiende a la negación y a la evitación de la situación

amenazante, en cambio en la dimensión sensibilizadora el sujeto se muestra más vigilante y expansivo, Belloch (citado por Vásquez, 2018).

Las respuestas fisiológicas en los sujetos que se ubican en las dimensiones represión/sensibilización son distintas, los primeros suelen experimentar baja ansiedad, pero una respuesta fisiológica elevada, mientras que los segundos, experimentan niveles altos de ansiedad que no se reflejan a nivel fisiológico. En ambos casos los sujetos responden de manera estereotipada a los eventos estresantes, los primeros (dimensión represión) suelen negar los estresores, mientras que los segundos (dimensión sensibilización) suelen exagerar los estresores. Belloch (citado por Vásquez, 2018).

Miller (1987) plantea los estilos de afrontamiento basado en los estilos cognitivos *Monitoring* y *Blunting*. Sostiene que en el estilo *Monitoring* el sujeto se encuentra alerta y sensibilizado frente a una posible situación de amenaza o estresante. En el estilo *Blunting*, hace énfasis en el grado que el sujeto evita o transforma la posible situación amenazante o de estrés. El modelo de Miller se basa en la forma cognitiva en que las personas procesan la información que perciben como amenazante, para reducir el estrés que se genera. Los estilos *Monitoring* y *Blunting* también pueden ser traducidos como incrementador y atenuador. Belloch (citado por Vásquez, 2018).

Ambos procesos incrementador y atenuador han evidenciado que pueden predecir algunos fenómenos psicopatológicos, existe evidencia que las personas “incrementadoras” suelen dar mayor valoración a situaciones ambiguas, se ha podido observar que estas personas se fijan más en las situaciones negativas, lo cual influye sobre el proceso cognitivo de la evaluación de la situación estresante. Belloch (citado por Vásquez, 2018).

Kohlmann (1993) utilizando como base los constructos de deseabilidad social (Crowne y Marlow, 1964), incrementador/atenuador (Miller, 1987) y

represión/sensibilizador (Byrne, 1964), propuso cuatro formas o patrones de estilos de afrontamiento (Vicente, 2018).

- **Modo vigilante rígido:** Suele darse en sujetos con alta vigilancia y baja evitación, son personas con tendencia a buscar información sobre la posible situación estresante para anticipar la confrontación (Vicente, 2018).

- **Modo evitador rígido:** Suele darse en sujetos con baja vigilancia y alta evitación (represores), se genera debido a la activación emocional que producen las señales anticipatorias de confrontación, la cual genera en el sujeto una señal de amenaza que no suele soportar (Vicente, 2018).

- **Modo flexible:** Utilizan de forma flexible las estrategias que emplearan para afrontar la situación, suele evidenciar una baja vigilancia y baja evitación “personas no defensivas”. Suelen tolerar las amenazas, la incertidumbre y las posibles activaciones emocionales (Vicente, 2018).

- **Modo inconsistente:** Se suele apreciar un afrontamiento ineficaz, se evidencia alta vigilancia y alta evitación (personas ansiosas), suelen presentar elevados niveles de estrés antes de que se presente la situación estresante. Suele aparecer una conducta de afrontamiento inestable, el sujeto se aleja de la situación amenazante, se reduce la ansiedad, pero se incrementa la incertidumbre hacia la situación, lo que hace que aparezca estrés, y viceversa (Vicente, 2018).

### **2.2.3.3 Estrategias de afrontamiento en la Adolescencia**

Al momento de realizar el estudio de las características de afrontamiento en la etapa de la adolescencia, debemos tener en cuenta que es una de las etapas en el desarrollo humano donde se generan cambios drásticos, donde los adolescentes empiezan a experimentar cambios físicos, se encuentran a merced de los peligros sociales, a dejar la sobreprotección de los padres, se enfrentan a nuevas exigencias sociales, o cumplir las metas de su proyecto

de vida, las situaciones mencionadas pueden llegar a ser estresantes o amenazantes y crear un desequilibrio en el comportamiento de los adolescentes (Vásquez, 2018).

Frydenberg (1997) considera que las preocupaciones de los adolescentes suelen concentrarse en el desempeño escolar, sus relaciones interpersonales y las actividades que debe realizar cuando termine la etapa escolar. La incapacidad que los adolescentes tienen para enfrentar las amenazas y problemas, suelen convertirse en conductas de riesgo como, pandillaje, robo, consumo de bebidas alcohólicas, uso de drogas, embarazo precoz, problemas en la alimentación, conductas sexuales de riesgo, etc. Solís & Vidal (citado por Vásquez, 2018).

Según Hoffman et al (1992), en los años sesenta aparecieron los primeros estudios y conceptos en relación al afrontamiento en los adolescentes, basándose en los estudios de los estilos de afrontamiento en adultos. Estos trabajos proveyeron de la información y modelos conceptuales encontrados para el desarrollo de la investigación en adolescentes. Sin embargo, años después los investigadores centraron la investigación en los estilos de afrontamiento propio de los jóvenes, y ya no basándose en generalizaciones hechas del estudio de los adultos. Canessa (citado por Gutiérrez, 2018).

Los métodos utilizados para la creación de los instrumentos de medición del afrontamiento en los adolescentes han sido diversos, uno de los instrumentos más utilizados es el de Frydenberg y Lewis (1993), instrumentos que se detallara junto con el planteamiento sobre el afrontamiento adolescente propuesto por Frydenberg. Canessa (citado por Gutiérrez, 2018).

Para Frydenberg y Lewis (1993) el afrontamiento en los adolescentes es el: “conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular. Con la finalidad de restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia para el individuo”, (p. 52).



Esto puede hacerse resolviendo el problema, es decir, cambiando el estímulo, o acomodándose a la preocupación sin necesariamente dar una solución (Orihuela, 2018).

Podemos resumirlo, considerando a los estilos de afrontamiento en los adolescentes, como las conductas y acciones orientadas a afrontar la situación amenazante. Las acciones y conductas pueden estar dirigidas a cambiar o mitigar la fuente amenazante, otras están dirigidas a que el individuo pueda adaptarse a la situación, y otras demuestran la incapacidad del sujeto al momento de afrontar una amenaza. (Gutiérrez, 2018).

Frydenberg y Lewis (1993), desarrollaron el instrumento Adolescent Coping Scale (ACS) que consta de 79 ítems de respuesta cerrada y uno de respuesta abierta, los cuales nos permiten identificar los estilos de afrontamiento más empleados por los adolescentes. Están distribuidos en 18 escalas que han sido formuladas para reflejar los constructos inherentes de los ítems. Canessa (citado por Orihuela, 2018).

- Buscar apoyo social: Estrategia que consiste en contar los problemas a otras personas como amigos o familiares para buscar una solución.
- Concentrarse en resolver el problema: Esta estrategia está dirigida a enfrentar y buscar la solución del problema, lo estudia y lo sistematiza creando un plan de acción.
- Esforzarse y tener éxito: Son conductas dirigidas por la ambición y dedicación en tener éxito en la solución del problema.
- Preocuparse: Involucra a los elementos que generan preocupación o temor, sobre todo por la situación futura.
- Invertir en amigos íntimos: Son las conductas orientadas a formar relaciones interpersonales íntimas.
- Buscar pertenencia: Involucra la preocupación de los sujetos por el tipo de relación que tiene con las demás personas, o que es lo que piensan de él.

- Hacerse ilusiones: Se caracteriza porque el sujeto espera que la situación termine por sí sola, que tenga un final feliz o positivo.
- Falta de afrontamiento: El sujeto es incapaz de afrontar el problema y tiene tendencia a desarrollar síntomas psicosomáticos.
- Reducción de la tensión: El sujeto realiza acciones para sentirse mejor o disminuir la tensión.
- Acción social: Consiste en la búsqueda de referentes que tengan el mismo problema y lo ayuden a buscar una solución.
- Ignorar el problema: Existe un esfuerzo consciente en negar el problema.
- Auto inculparse: Aparecen conductas que hacen que el sujeto se vea como el causante.
- Reservarlo para sí: El sujeto se rehúsa a contar sus problemas, los guarda para sí mismo.
- Buscar apoyo espiritual: Involucra las conductas orientadas a rezar, orar o buscar apoyo o una guía espiritual.
- Fijarse en lo positivo: El sujeto busca lo positivo de la situación estresante, se muestra optimista y suele ver el lado bueno de las cosas.
- Buscar ayuda profesional: El sujeto busca la guía de profesionales.
- Buscar diversiones relajantes: Involucra conductas orientadas a relajar al sujeto, como actividades de ocio, juego, etc.
- Distracción física: Conductas orientadas a realizar, esfuerzo físico, deportes, etc.

#### **2.2.3.4 Estilos y estrategias de Afrontamiento**

Las estrategias de afrontamiento antes mencionadas están agrupadas en tres estilos de afrontamiento, cabe mencionar que los “estilos de afrontamiento” y las “estrategias o

dimensiones del afrontamiento” no son lo mismo, debido a que los primeros (estilos de afrontamiento), nos ayudan a identificar de manera general como los individuos suelen afrontar sus problemas o preocupaciones, mientras que las segundas (estrategias de afrontamiento), son una forma más precisa y específica de evaluar aquellas respuestas de afrontamiento que utilizan los sujetos cuando se enfrentan a un problema determinado. Canessa (citado por Llallahui,2019)

- El primer estilo es llamado “Resolver el problema”, está caracterizado por aquellos esfuerzos que son dirigidos a solucionar la situación problemática, donde el sujeto se vale de una actitud optimista y socialmente adecuada, este estilo comprende las estrategias de: Concentrarse en resolver el problema, Esforzarse y tener éxito, Invertir en amigos íntimos, Fijarse en lo positivo, Buscar diversiones relajantes y Distracción Física. Canessa (citado por Llallahui,2019)

- El segundo estilo es llamado “Referencia a otros”, este implica los esfuerzo o intentos que realiza el sujeto para poder hacer frente al problema, valiéndose del apoyo y recursos de personas como sus amigos, profesiones o de índole espiritual. Este estilo comprende las estrategias de: Buscar apoyo social, Acción social, Buscar apoyo espiritual, y Buscar ayuda profesional. Canessa (citado por Llallahui,2019)

- El tercer estilo es denominado “Afrontamiento no productivo”, se asocia con la incapacidad que tiene el sujeto para poder afrontar los problemas los cuales incluyen estrategias de evitación, abarcando aquellas acciones que no están orientadas a la solución de problema. Este comprende las estrategias de: Preocuparse, Buscar pertenencia, Hacerse ilusiones, Falta de afrontamiento, Ignorar el problema, Reducción de la tensión, Reservarlo para sí y Auto inculparse. Canessa (citado por Orihuela, 2018).

### **2.3 Marco Conceptual de la variable y sus dimensiones:**

#### **- Afrontamiento**

Frydenberg y Lewis (1993) definen al afrontamiento adolescente como “un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia para el individuo” (pp. 24). Por lo tanto, las personas no necesitan necesariamente dar solución al problema, sino acomodarse o cambiar la situación. Canessa (citado por Celiz, 2017).

#### **- Dimensiones de los estilos de afrontamiento en los adolescentes:**

- **Resolver el problema**, está caracterizado por los esfuerzos que se dirigen a resolver el problema manteniendo una actividad optimista y socialmente conectada (Celiz, 2017).

- **Referencia hacia otros**, caracterizado por los intentos para enfrentar el problema acudiendo al apoyo y a los recursos de las demás personas, como pares, profesionales o deidades (Celiz, 2017).

- **Afrontamiento no Productivo**, este estilo se caracteriza por la incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. Tal estilo no lleva a la evitación del problema, pero al menos lo alivia (Celiz, 2017).

## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS Y VARIABLES.**

#### **3.1 Hipótesis:**

En el presente estudio no se realizó el planteamiento de la hipótesis, debido a que con su realización no pretendemos pronosticar un fenómeno, nuestra investigación estaba enfocada a ver el nivel de estilos de afrontamiento, teniendo en cuenta que se ha observado sin alterar el ritmo de vida de la población que participo del estudio. Hernández (citado por Zuasnabar, 2020).

#### **3.2 Variable de investigación:**

##### **3.2.1 Definición conceptual**

Frydenberg y Lewis (1993) definen al afrontamiento adolescente como “un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia para el individuo” (pp. 24). Por lo tanto, las personas no necesitan necesariamente dar solución al problema, sino acomodarse o cambiar la situación. (Canessa 2002; citado en Celiz, 2017).

### **3.2.2 Definición Operacional**

Estilos de afrontamiento de los alumnos del 3ro, 4to y quinto de secundaria, a través del instrumento de la escala de afrontamiento para adolescentes ADS de Frydenberg y Lewis en (1993), adaptada por Canessa (2002).

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGÍA**

#### **4.1 Método de Investigación**

**Método General:** Como método general esta investigación empleó el método científico debido a que fue un proceso metódico que utilizara diversos procedimientos sistematizados con la finalidad de explicar fenómenos, permitiendo obtener conocimientos útiles. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

**Método Específico:** Como método específico de la presente investigación, se utilizó el método descriptivo, el cual consiste en la descripción, el análisis y la interpretación, de un conjunto de hechos y sus respectivas variables, cuya característica es que se presentan tal como en el presente. Sánchez & Reyes (citado por Tacuri, 2021)

#### **4.2 Tipo de Investigación**

Para Hernández, et al. (2014), según la naturaleza de esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo debido a que se pretendió medir con precisión la variable y analizarlo estadísticamente. Así mismo, según su finalidad fue una investigación básica, debido a que buscará ampliar los conocimientos acerca de los estilos de afrontamiento (Landeau, 2007, p.55).

### 4.3 Nivel de Investigación

El nivel de esta investigación fue descriptivo, porque se buscó describir la variable a investigar tal y como sucede en el momento de realizar dicho estudio. Para ello se utilizará la observación con la finalidad de especificar las propiedades importantes para medir la variable afrontamiento y sus dimensiones (Hernández et al. 2014).

### 4.4 Diseño de la investigación

La presente investigación fue de diseño no experimental transversal de tipo descriptivo simple, debido a que se observaron a los individuos en su ambiente natural sin tener la intención de manipular la variable. Transversal, porque se realizó una sola medición a la misma población en un momento dado. De diseño descriptivo simple, debido a que se buscó y recolectó información con el objetivo de estudio. (Hernández et al, 2014).

El diagrama de la investigación que se realizó tiene el siguiente esquema:



Donde:

**M:** Estudiantes de la institución educativa pública.

**O:** Observación de la variable estilos de afrontamiento.

### 4.5 Población y muestra:

#### Población

La población estuvo conformada por 115 estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria, de ambos sexos, varones y mujeres, entre 14 a 17 años de edad, de la



institución educativa pública “Tomás Alba Edison”, del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2020.

### **Muestra**

El tipo de muestra para este estudio fue no probabilístico censal, ya que no dependió de la probabilidad, sino que estuvo orientada en base a las características de la investigación (Hernández, et al, 2014). Por lo cual, al ser una población pequeña, se trabajó con la totalidad de los estudiantes, conformado por 115 alumnos que se encuentran cursando el tercero, cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa pública “Tomás Alba Edison”, del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2020.

### **Criterios de inclusión de la muestra**

- Estudiantes que se encuentren cursando el 3ro, 4to y 5to de secundaria de la institución educativa pública.
- Se considerará a estudiantes de ambos sexos.
- Se considerará a los estudiantes de 14 a 17 años de edad.

### **Criterios de exclusión de la muestra**

- A los adolescentes que no cursen el 3ro, 4to o 5to de secundaria.
- A estudiantes que no estudien dentro de la Institución Educativa Pública “Tomás Alva Edison”.
- A los adolescentes menores de 14 años y mayores de 17 años.

## **4.6 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos**

### **Técnicas**

Las técnicas son un conjunto de reglas dentro del método científico que sirve para guiar las actividades a realizar en las diversas etapas. Por lo cual, la técnica que se utilizó para este estudio fue la encuesta para obtener información requerida de una realidad en función a los objetivos del estudio. Sánchez & Reyes (citado por Tacuri, 2021)

En la actualidad, estamos afrontando la pandemia del COVID 19. Por lo que, con el fin de preservar la salud de los estudiantes, profesores, directores y demás agentes de la institución educativa “Tomas Alva Edison”, se viene llevando a cabo las clases en la modalidad remota.

Por lo cual, para la recolección de datos se digitó el instrumento haciendo uso del aplicativo Google Drive, esta encuesta fue auto administrado por los estudiantes de manera virtual, antes de ello, nos presentaremos en el grupo de WhatsApp, medio por el cual los alumnos vienen realizando las clases virtuales, con el fin de explicar de qué trata la encuesta y estar predispuestos a resolver dudas o alguna pregunta mientras realizan la encuesta. Asimismo, las coordinaciones que se realizaron con el director y los tutores del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria fue por llamadas o usando el aplicativo de WhatsApp que han sido viables para la institución.

### **Instrumentos**

El instrumento que se utilizó para el debido estudio fue la prueba de escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS), constituido por 18 escalas que se encuentran agrupadas en tres categorías, estando validada con un nivel de confiabilidad ítem-test mayor a 20. (Canessa, 2002).

#### **FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO**

- Nombre : Escala de afrontamiento para adolescentes
- Nombre original : Adolescent Coping Scale (ACS).
- Autores : Frydenberg Érica y Lewis Ramón (1993)
- Procedencia : Australia
- Adaptación psicométrica : Beatriz Canessa (2002) - Lima metropolitana
- Administración : Individual o colectiva
- Duración : Aproximadamente 10 a 15 mnts.

- Aplicación : Jóvenes de 12 a 18 años.
- Objetivo : Evaluar las estrategias de afrontamiento al estrés en jóvenes de 12 a 18 años.
- Sub escalas : La prueba consta de 18 escalas.
- Calificación : Los resultados de esta prueba fueron calificados mediante una escala de tipo Likert según la reiteración con las que son utilizadas, considerando que cada respuesta pertenece a una puntuación: A=1, B=2, C= 3, D=4 y E= 5, como indica en la hoja de respuesta.

**Descripción del cuestionario:** La escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) fue elaborado por los psicólogos Érica Frydenberg y Ramón Lewis, quienes como base para la creación del instrumento trabajaron con 2041 adolescentes australianos. Obteniendo en los resultados 18 estrategias de afrontamiento diferentes, para realizar esta medida, tuvieron que producir 79 ítems cerrados de escala Likert y una pregunta abierta adicional, en cada ítem se especifica una respuesta diferente de afrontamiento (Canessa, 2002). Estas 18 escalas han sido agrupadas en 3 estilos de afrontamiento: Resolución del problema, Referencia a otros, Afrontamiento no productivo.

Luego se realizó una adaptación española en forma general y específica, en el año 1995 por Jaime Pereña y Nicolás Seisdedos, donde contaron con 452 adolescentes con edades entre 12 y 20 años. Esta adaptación cuenta con 79 ítems de respuesta cerrada y una abierta al igual que la versión original, correspondiendo cada uno a una conducta de afrontamiento. (Canessa, 2002).

En el 2002, Canessa realizó en Lima metropolitana la adaptación de la prueba con traducción española en su forma general, donde trabajó con 1236 jóvenes de 14 a 17 años, estudiantes de ambos sexos, que se encontraban en el tercero, cuarto y quinto grado de secundaria, distribuidos en 12 instituciones educativas privadas y nacionales, pertenecientes

a un nivel socioeconómico alto medio y bajo. En esta adaptación se realizó una revisión gramática de la prueba, para realizar cambios de redacción pasando por la revisión de 10 jueces, además la eliminación de la pregunta abierta y la inclusión de una nueva conducta de afrontamiento; “Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema”, para los ítems Apoyo social (Llallahui, 2020).

### **Confiabilidad y validez de la prueba de afrontamiento para adolescentes en la adaptación peruana.**

En el Perú, Canessa (2002) argumentó la validez de la prueba a través del estudio realizado por los autores de la escala (Frydenberg y Lewis) mediante 3 análisis factoriales exploratorios de los ítems, distribuyendo las 18 escalas en 6 factores que explicaron el 50.2% de la varianza total para el primer análisis, 50.3% para el segundo y 49.7% para el tercero afianzando la validez del constructo. En cuanto a las escalas, se realizó el análisis factorial por la rotación oblicua Oblimin, donde se estableció la presencia de 6 factores que explican el 67.6% de la varianza total, determinando de este modo la validez del constructo (Llallahui, 2020).

Asimismo, Gonzales y Quiroga (2016) realizaron su criterio de expertos para la validación de los ítems de la escala de afrontamiento adaptado por Canessa, donde participaron cinco psicólogos, luego de ello se empleó la fórmula del coeficiente V de Aiken, de igual forma se usó el método ítem – test, teniendo como resultado un coeficiente de correlación superior a 0.30.

Con respecto a su confiabilidad, Canessa (2002) demostró una favorable confiabilidad tanto a nivel de ítem-test, siendo mayores a 0.20 para 79 de los 80 ítems de la prueba. Así mismo, se obtuvieron valores alfa de 0.48 para la escala “buscar diversiones relajantes” y 0.52 para “hacerse ilusiones”, y máximos de 0.84 para “distracción Física y

Buscar ayuda profesional” de 0.76, reafirmando la fiabilidad de las escalas. (Llallahui, 2020).

Además, Gonzales y Quiroga (2016) realizaron la confiabilidad de la escala de afrontamiento a través del método de alfa de Cronbach, observándose un coeficiente superior de 0.70 demostrando la confiabilidad del instrumento.

A sí mismo, para el presente estudio se llevó a cabo el análisis de confiabilidad del instrumento mediante el alfa de Cronbach, donde se obtiene según la dimensión Resolver el Problema una confiabilidad de 0.886, según la dimensión Referencia a otros, se obtuvo 0.897 y según la dimensión Afrontamiento no Productivo, se obtuvo 0.842, lo cual nos indica que la prueba obtiene un nivel de confiabilidad alto.

#### **4.7 Técnicas de procesamiento y análisis de datos:**

Para esta investigación se utilizó el método cuantitativo, debido a que se utilizó la recolección de datos, la medición numérica y el análisis estadístico descriptivo, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías (Hernández; et al. 2014).

Con respecto al análisis estadístico se utilizó el programa Windows Excel para realizar el vaciado de los datos obtenidos de las evaluaciones, luego se procedió a realizar las sumatorias de cada dimensión y la suma del puntaje total para obtener la totalidad de los datos. Se utilizó el programa SPSS versión 25, para poder desarrollar con certeza las tablas de frecuencias y los resultados descriptivos, también se realizó la confiabilidad de la escala, para su correcto uso en la presente investigación. Los resultados que se obtuvieron, mostrarán la investigación en medida de valores mínimo y máximo, asimetría de la variable general.

#### **4.8 Aspectos éticos de la Investigación:**

Con la finalidad de cumplir los aspectos éticos de toda investigación se tuvo en cuenta el reglamento de investigación de la Universidad Peruana los Andes. Donde en el

artículo 27 y 28 informan que una vez se inicie el trabajo de investigación se protegerá a la persona y el grupo a estudiar. Por lo que se mantuvo la privacidad y confidencialidad de las personas implicadas en la investigación. Antes de que se lleve a cabo la evaluación, se elaboró el correspondiente consentimiento informado, en el cual se detalló la finalidad de la investigación y la manera en que se ejecutaría, este documento fue llenado antes de comenzar con la evaluación, debemos mencionar que la participación de los estudiantes en la investigación que se ejecutó fue plenamente voluntaria y con el conocimiento de que en cualquier momento podrán retirarse.

Asimismo, aceptamos cumplir con las normas establecidas del comportamiento ético en los investigadores, que se estipula en el artículo 28 del reglamento general de investigación, las cuales son: (UPLA 2019)

- a. Ejecutar investigaciones pertinentes, originales y coherentes con las líneas de investigación Institucional.
- b. Proceder con rigor científico asegurando la validez, la fiabilidad y credibilidad de sus métodos, fuentes y datos.
- c. Asumir en todo momento la responsabilidad de la investigación, siendo conscientes de las consecuencias individuales, sociales y académicas que se derivan de la misma.
- d. Garantizar la confidencialidad y anonimato de las personas involucradas en la investigación, excepto cuando se acuerde lo contrario.
- e. Reportar los hallazgos de la investigación de manera abierta, completa y oportuna a la comunidad científica; así mismo devolver los resultados a las personas, grupos y comunidades participantes en la investigación cuando el caso lo amerita.
- f. Tratar con sigilo la información obtenida y no utilizarla para el lucro personal, ilícito o para otros propósitos distintos de los fines de la investigación.

g. Cumplir con las normas institucionales, nacionales e internacionales que regulen la investigación, como las que velan por la protección de los sujetos humanos, sujetos animales y la protección del ambiente.

h. Revelar los conflictos de intereses que puedan presentarse en sus distintos roles como autor, evaluador y asesor.

i. En las publicaciones científicas, deben evitar incurrir en las siguientes faltas deontológicas:

- Falsificar o inventar datos total o parcialmente con fines de ajuste, tergiversar o sesgar los resultados de la investigación.
- Plagiar lo publicado por otros autores de manera total o parcial.
- Incluir como autor a quien no ha contribuido sustancialmente al diseño y realización del trabajo
- Publicar repetidamente los mismos hallazgos.

j. No aceptar subvenciones o contratos de investigaciones que especifiquen condiciones inconsistentes con su juicio científico, con la Visión y Misión de la Universidad Peruana Los Andes, o que permitan a los patrocinadores vetar o retrasar la publicación académica, porque no están de acuerdo con los resultados.

k. Publicar los trabajos de investigación en estricto cumplimiento al Reglamento de Propiedad Intelectual de la Universidad Peruana Los Andes y normas referidas a derecho de autor.

Además, los resultados obtenidos de esta investigación tienen carácter de confidencialidad, para luego comunicarlo a las autoridades de la institución, con la finalidad de que tengan conocimiento de los datos encontrados y puedan tener un plan de acción para con los estudiantes de su institución.

## **CAPITULO V**

### **RESULTADOS**

#### **5.1 Descripción de los resultados:**

##### **Procesamiento de los resultados**

Para realizar el análisis de datos respectivo, una vez reunida la información se procedió a elaborar una base de datos en la que se trasladaron los datos y codificaron las respuestas obtenidas mediante el programa Microsoft Excel 2019.

Posteriormente se transfirió la base datos al programa estadístico IBM SPSS versión 25 y se generaron las puntuaciones de cada escala. El análisis de frecuencias fue realizado para cada una de las 3 dimensiones y por escala, aplicándose las técnicas estadísticas valor mínimo, máximo y media aritmética.

##### **Presentación de resultados**

A continuación, se muestran los resultados obtenidos, partiendo por los estadísticos descriptivos de los niveles de estilos de afrontamiento a una muestra de 115 estudiantes perteneciente que cursan el 3ro., 4to. y 5to. Grado de secundaria dentro de la Institución Educativa Pública “Tomás Alva Edison” ubicada en el distrito de San Juan de Lurigancho.



Tabla 2: *Genero de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison*

|        | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|--------|------------|------------|----------------------|
| Hombre | 48         | 41,7       | 41,7                 |
| Mujer  | 67         | 58,3       | 100,0                |
| Total  | 115        | 100,0      |                      |

*Fuente:* Elaboración propia

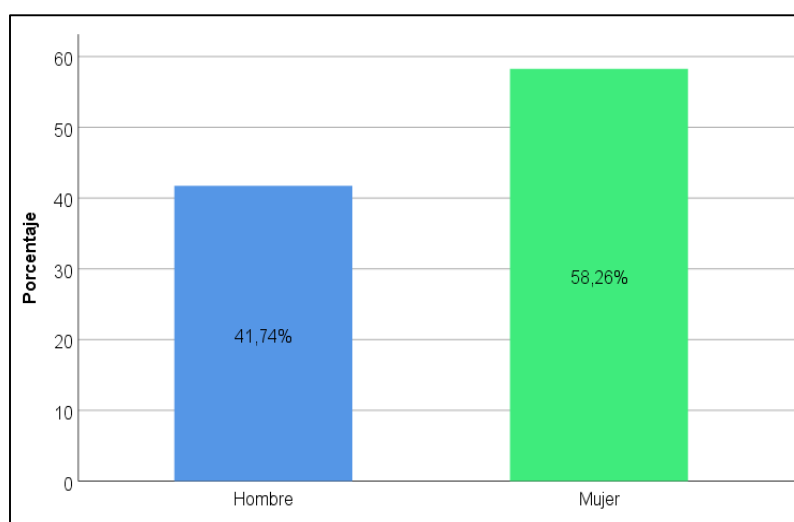


Figura 1: *Genero de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison*

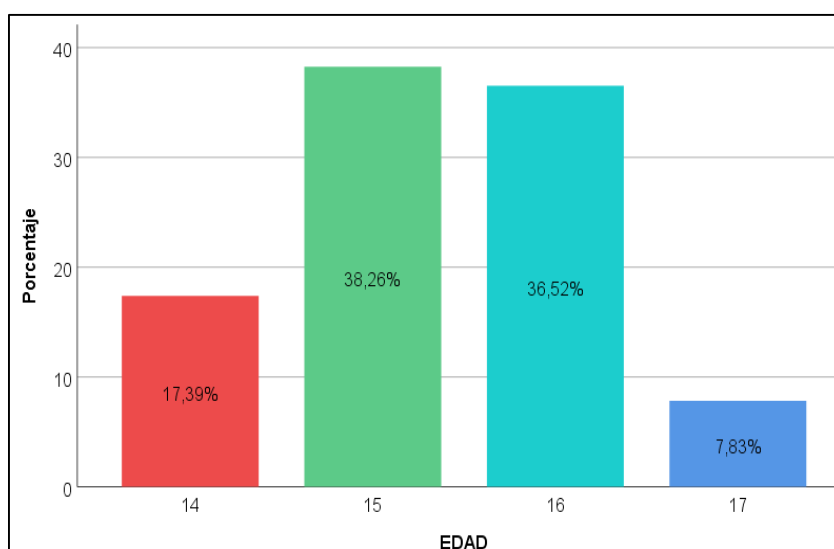
*Fuente:* Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 2 y figura 1 donde se muestran el género de los estudiantes de 3er., 4to. y 5to. Grado de secundaria en la Institución Educativa Pública “Tomás Alva Edison” en el distrito de San Juan de Lurigancho, en donde se observa que el 41.78% (48) de estudiantes pertenecen al género: masculino y el 58.26% (67) pertenece al género femenino, de este modo, se deduce que el género femenino tiene mayor participación en la presente investigación.

*Tabla 3: Edad de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison*

| Edad  | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|-------|------------|------------|----------------------|
| 14    | 20         | 17,4       | 17,4                 |
| 15    | 44         | 38,3       | 55,7                 |
| 16    | 42         | 36,5       | 92,2                 |
| 17    | 9          | 7,8        | 100,0                |
| Total | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración Propia



*Figura 2: Edad de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** En la tabla 3 y figura 2 donde se muestran las edades de los estudiantes en la Institución Educativa Publica “Tomás Alva Edison”, en el distrito de San Juan de Lurigancho que participaron en la encuesta, en donde se observa que el 38.26% (44) de los estudiantes tienen 15 años, 36.52% (42) de los estudiantes tienen 16 años, 17.39% (20) de los estudiantes tienen 14 años, por último, 7.83% (9) de los estudiantes tienen 17 años de edad.

Tabla 4: Grado de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison

| Edad    | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|---------|------------|------------|----------------------|
| Tercero | 47         | 40.87      | 40.87                |
| Cuarto  | 44         | 38.26      | 79.1                 |
| Quinto  | 24         | 20.87      | 100,0                |
| Total   | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

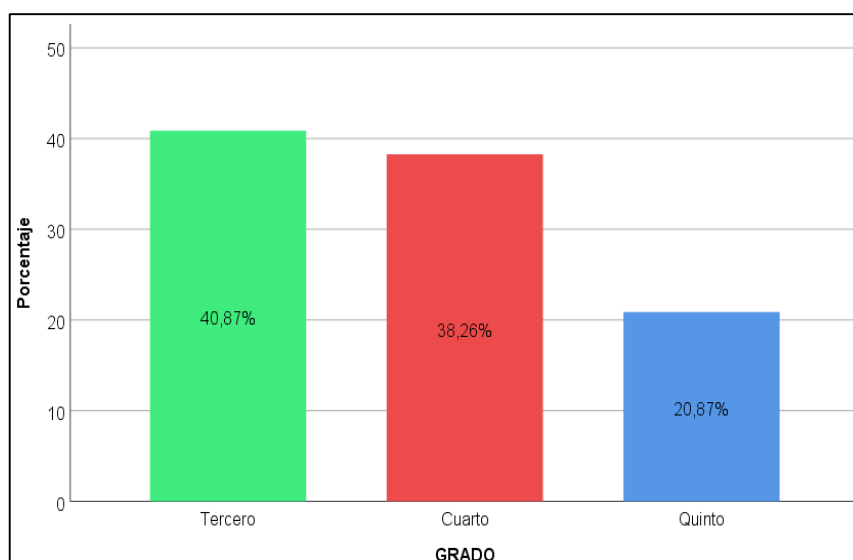


Figura 3: Grado de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** En la tabla 4 y figura 3 donde se muestran el grado de los estudiantes IEP Tomás Alva Edison que participaron en la encuesta, en donde se observa que el 40.87% (47) de los estudiantes cursan el 3er. grado de Secundaria, 38.26% (44) de los estudiantes cursan el 4to. grado de Secundaria, por último, 20.87% (24) de los estudiantes cursan el 5to. grado de Secundaria.

Tabla 5: Tabla de frecuencia Estilos de afrontamiento

|                             | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|-----------------------------|------------|------------|----------------------|
| Resolución de Problemas     | 72         | 62,6       | 62,6                 |
| Referencia a otros          | 9          | 7,8        | 70,4                 |
| Afrontamiento no productivo | 34         | 29,6       | 100,0                |
| Total                       | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

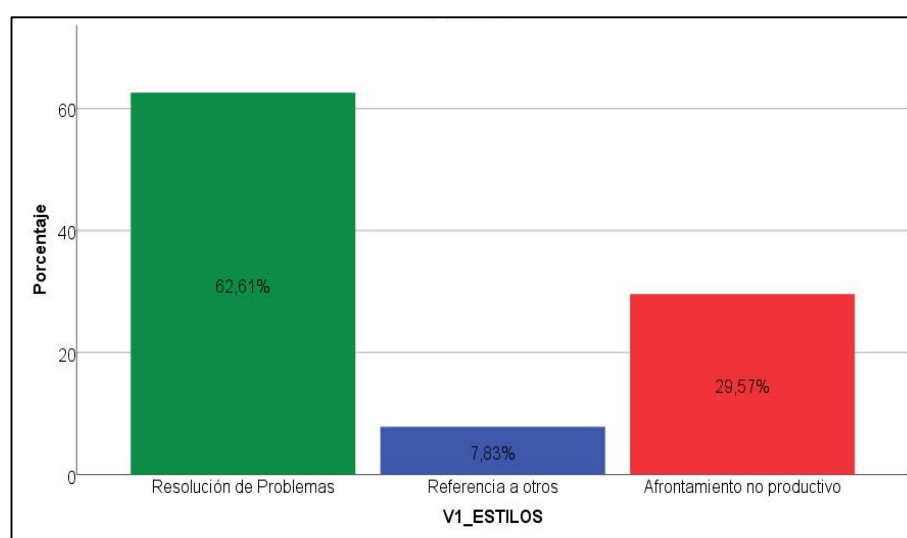


Figura 4: Estilos de afrontamiento

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la Tabla 5 y figura 4, se observa que el estilo Resolución de Problemas obtuvo el valor más alto (62.61%), seguido del estilo Afrontamiento no Productivo (29.57%), por último, con una diferencia muy significativa el estilo Referencia a otros obtuvo un valor mínimo de (7.83%), de este modo, se deduce que el estilo Resolución de Problemas es el estilo que mayor prevalencia tiene en los estudiantes de 3ro., 4to. y 5to. grado de secundaria en la Institución Educativa Pública Tomás Alva Edison en el distrito de San Juan de Lurigancho.

Tabla 6: Tabla de Frecuencia de los Estilos de Afrontamiento según el Grado

|                             | Frecuencia<br>3ro | Porcentaje | Frecuencia<br>4to | Porcentaje | Frecuencia<br>5to | Porcentaje | Porcentaje<br>acumulado |
|-----------------------------|-------------------|------------|-------------------|------------|-------------------|------------|-------------------------|
| Resolución del Problema     | 27                | 23.48      | 30                | 26.09      | 15                | 13.04      | 40.87                   |
| Referencia a otros          | 7                 | 6.09       |                   | N/R        | 2                 | 1.74       | 79.13                   |
| Afrontamiento no Productivo | 13                | 11.30      | 14                | 12.17      | 7                 | 6.09       | 100                     |
| Total                       | 47                | 40.87      | 44                | 38.26      | 24                | 20.87      |                         |

Fuente: Elaboración propia

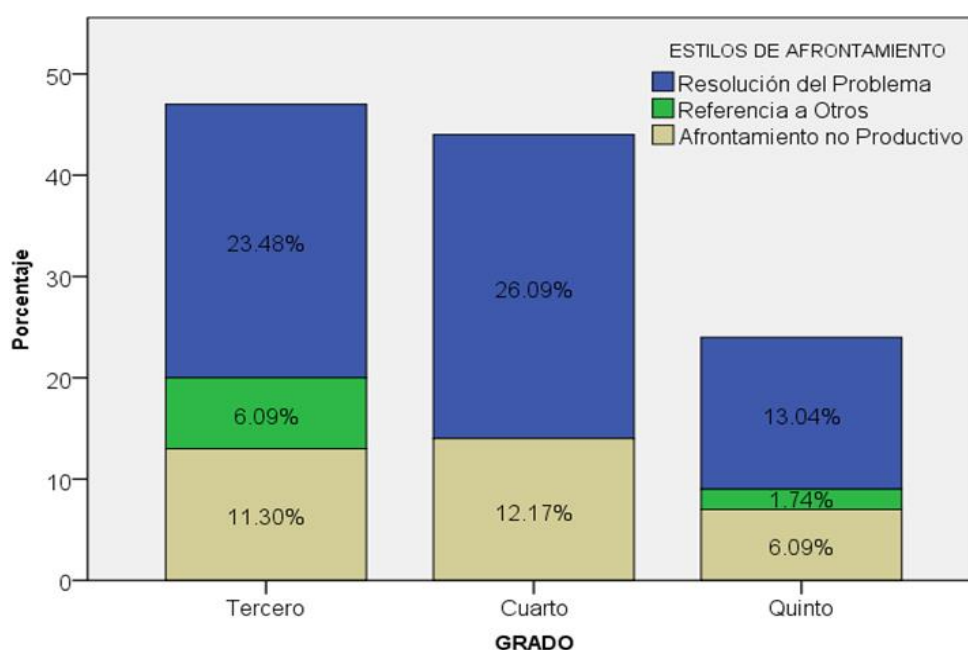


Figura 5: Estilos de Afrontamiento según el Grado

Fuente Elaboración propia

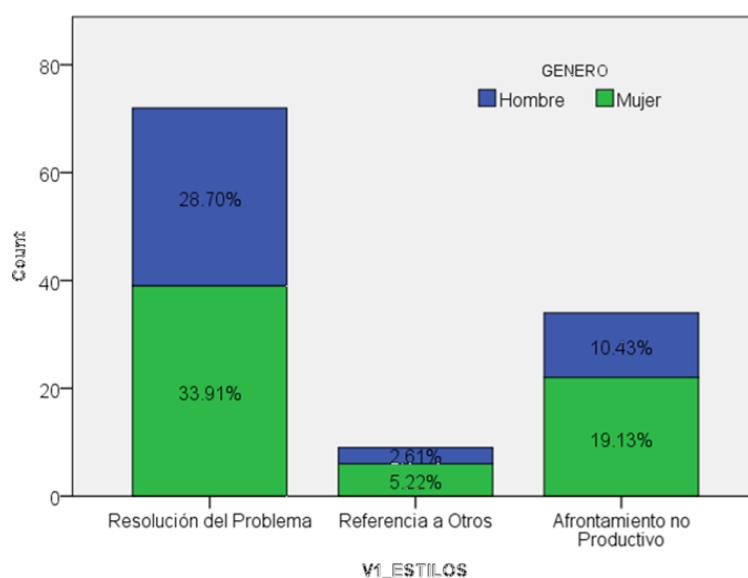
**Interpretación:** En la tabla 6 y figura 5 se muestran los resultados obtenidos de los Estilos de Afrontamiento según el Grado que cursan los estudiantes participantes de la investigación, en el 3ro grado de secundaria, la dimensión Resolución del Problema obtuvo el valor más alto (23.48%), seguido de la dimensión Afrontamiento no productivo (11.30%), y por último la dimensión Referencia a otros (6.09%), en el 4to grado de secundaria, se obtiene que la dimensión que obtuvo más valor es Resolución del Problema (26.09%),

seguido de Afrontamiento no Productivo (12.17%), en este grado la dimensión Referencia a otros no obtuvo resultados, por último en el 5to grado de secundaria la dimensión Resolución del Problema obtuvo el valor más alto (13.04%), seguido de Afrontamiento no Productivo (6.09%) y la dimensión que menos valor obtuvo fue Referencia a otros (1.74%), de este modo se deduce, que la dimensión Resolución del Problema es la que mayor prevalencia tiene en los estudiantes de 3ro., 4to. y 5to. grado de secundaria en la Institución Educativa Pública Tomás Alva Edison en el distrito de San Juan de Lurigancho.

*Tabla 7: Tabla de Frecuencia de los Estilos de Afrontamiento según el sexo*

|                             | Frecuencia<br>Hombre | Porcentaje | Frecuencia<br>Mujer | Porcentaje | Porcentaje<br>acumulado |
|-----------------------------|----------------------|------------|---------------------|------------|-------------------------|
| Resolución del Problema     | 33                   | 28.70      | 39                  | 33.91      | 41.74                   |
| Referencia a otros          | 3                    | 2.61       | 6                   | 5.22       | 58.26                   |
| Afrontamiento no Productivo | 12                   | 10.43      | 22                  | 19.13      |                         |
| Total                       | 48                   | 41.74      | 67                  | 58.26      | 100                     |

Fuente: Elaboración propia



*Figura 6: Estilos de Afrontamiento según el sexo*

Fuente: Elaboración Propia

**Interpretación:** En la tabla 7 figura 6, se muestran los resultados obtenidos de los Estilos de Afrontamiento según el sexo de los estudiantes participantes del estudio, los estudiantes hombres obtienen el valor más elevado (28.70%) en el estilo Resolución del Problema, seguido por el estilo Afrontamiento no Productivo (10.43%) y por último el estilo Referencia a otros (2.61%), en el caso de las participantes mujeres, el valor más elevado lo obtienen en el estilo Resolución del Problema (33.91%), seguido por el estilo Afrontamiento no Productivo (19.13%) y por último el que menos valor obtuvo fue el estilo Referencia a otros (5.22%), de esto se deduce que son las mujeres las que obtienen mayor prevalencia en el estilo Resolución del Problema con 33.91% en los estudiantes de 3ro., 4to. y 5to. grado de secundaria en la Institución Educativa Pública Tomás Alva Edison en el distrito de San Juan de Lurigancho.

### Estilos de afrontamiento según la dimensión resolución del problema

Tabla 8: *Tabla de frecuencia Concentrase en resolver el problema*

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 4          | 3,5        | 3,5                  |
| Lo hago raras veces          | 19         | 16,5       | 20,0                 |
| Lo hago algunas veces        | 51         | 44,3       | 64,3                 |
| Lo hago a menudo             | 35         | 30,4       | 94,8                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 6          | 5,2        | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

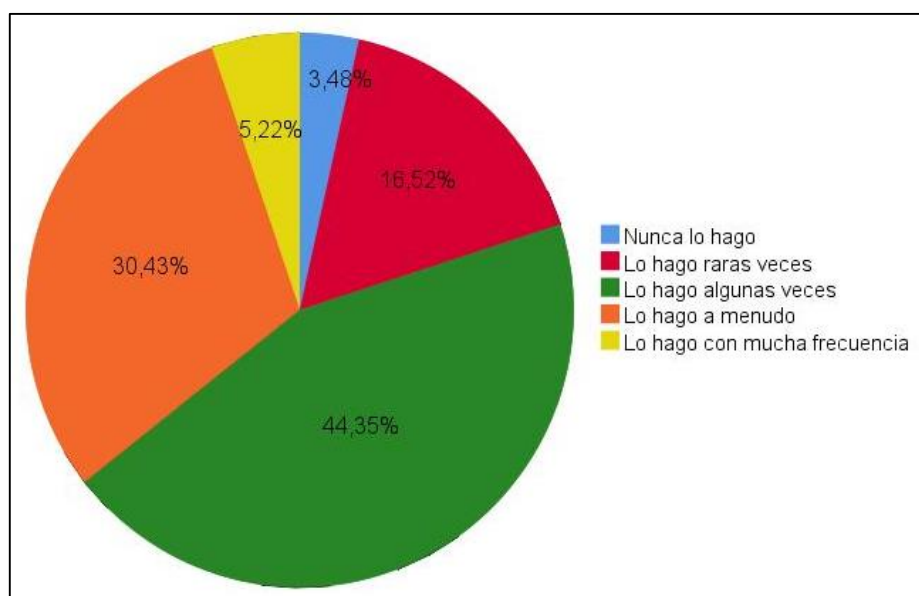


Figura 7: *Estrategia Concentrarse en resolver el problema*  
Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 8 y figura 7, se puede observar que 44.35% de los estudiantes evaluados utilizan algunas veces la estrategia concentrarse en resolver el problema como estilo de afrontamiento, mientras que un 30.43% lo hacen a menudo, 16.52% lo hacen raras veces, 5.22% lo hacen con mucha frecuencia, por último, un menor porcentaje de 3.48% indicaron que no utilizan la estrategia concentrarse en resolver el problema

Tabla 9: *Tabla de frecuencia Esforzarse y tener éxito*

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 2          | 1,7        | 1,7                  |
| Lo hago raras veces          | 19         | 7,8        | 9,6                  |
| Lo hago algunas veces        | 28         | 24,3       | 33,9                 |
| Lo hago a menudo             | 73         | 63,5       | 97,4                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 3          | 2,6        | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia



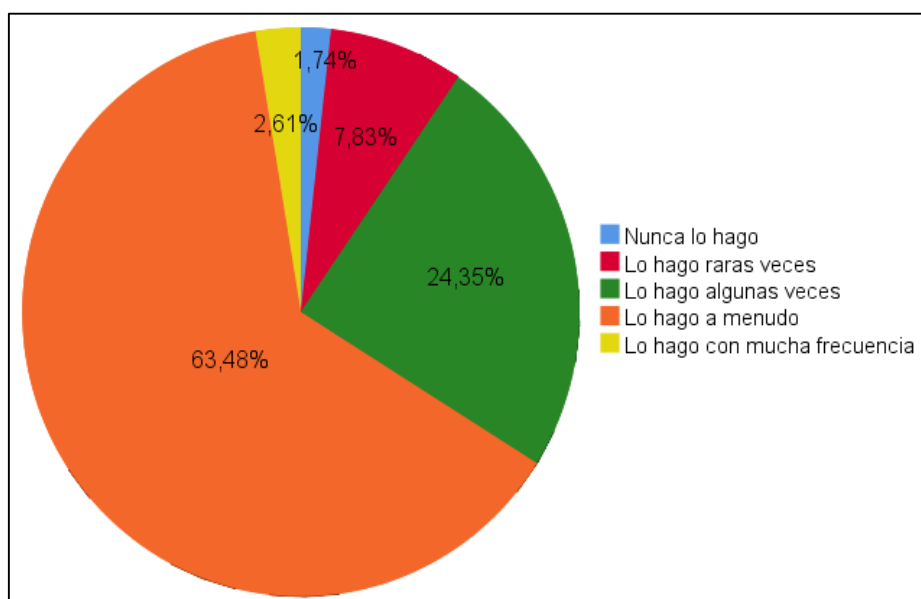


Figura 8: Estrategia Esforzarse y tener éxito

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 9 y figura 8, se puede observar que 63.48% de los estudiantes evaluados utilizan a menudo la estrategia esforzarse y tener éxito como estilo de afrontamiento, mientras que 24.35% lo hacen algunas veces, 7.83% lo hacen raras veces, 2.61% lo hacen con mucha frecuencia, por último, un menor porcentaje de 1.74% indicaron que no utilizan la estrategia esforzarse y tener éxito.

Tabla 10: Tabla de frecuencia Invertir en amigos íntimos

|                       | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|-----------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago         | 37         | 32,2       | 32,2                 |
| Lo hago raras veces   | 37         | 32,2       | 64,3                 |
| Lo hago algunas veces | 32         | 27,8       | 92,2                 |
| Lo hago a menudo      | 9          | 7,8        | 100,0                |
| Total                 | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

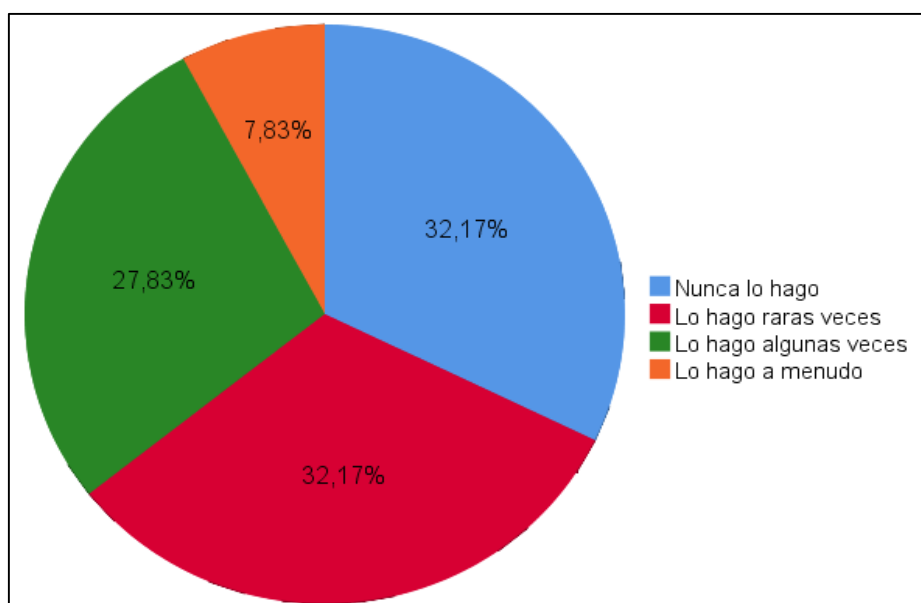


Figura 9: *Estrategia Invertir en amigos íntimo*

Fuente: Elaboración

**Interpretación:** Según la tabla 10 y figura 9, se puede observar que 32.17% de los estudiantes evaluados utilizan raras veces como estilo de afrontamiento la estrategia invertir en amigos íntimos, el mismo porcentaje indicaron que nunca aplican dicha estrategia, 27.83% indicaron que algunas veces lo aplican, por último, 7.83 indicaron que lo hacen a menudo.

Tabla 11: *Tabla de frecuencia Fijarse en lo positivo*

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 6          | 5,2        | 5,2                  |
| Lo hago raras veces          | 16         | 13,9       | 19,1                 |
| Lo hago algunas veces        | 48         | 41,7       | 60,9                 |
| Lo hago a menudo             | 40         | 34,78      | 95,7                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 5          | 4,3        | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

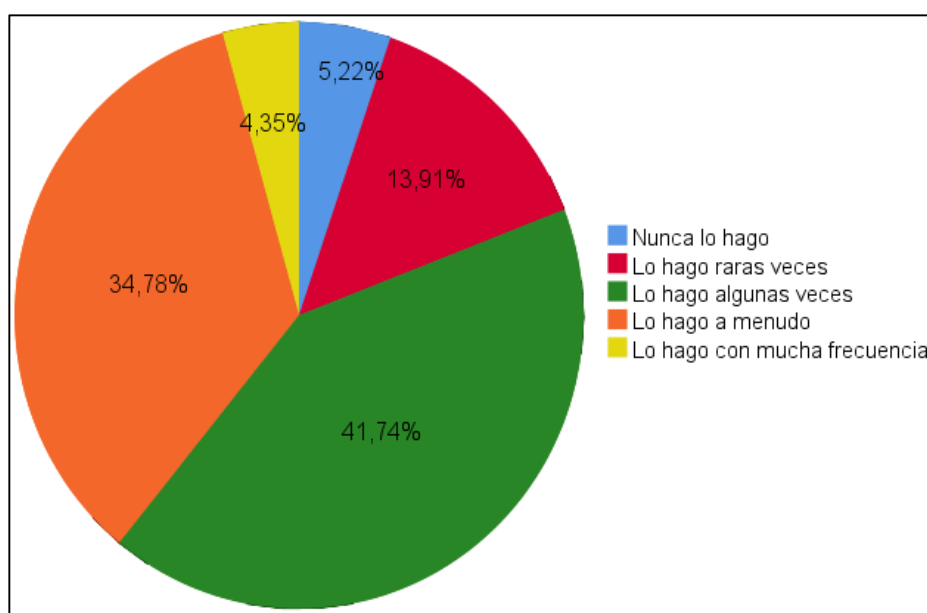


Figura 10: *Estrategia Fijarse en lo positivo*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 11 y figura 10, se puede observar que 41.74% de los estudiantes evaluados utilizan algunas veces la estrategia fijarse en lo positivo como estilo de afrontamiento, mientras que 34.78% lo hacen a menudo, 13.91% lo hacen raras veces, 5.22% nunca lo hacen, por último, con un menor pero similar porcentaje al anterior valor 4.35% indicaron que con mucha frecuencia utilizan la estrategia fijarse en lo positivo.

Tabla 12: *Tabla de frecuencia Buscar diversiones relajantes*

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 4          | 3,5        | 3,5                  |
| Lo hago raras veces          | 16         | 13,9       | 17,4                 |
| Lo hago algunas veces        | 59         | 51,3       | 68,7                 |
| Lo hago a menudo             | 29         | 25,2       | 93,9                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 7          | 6,1        | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

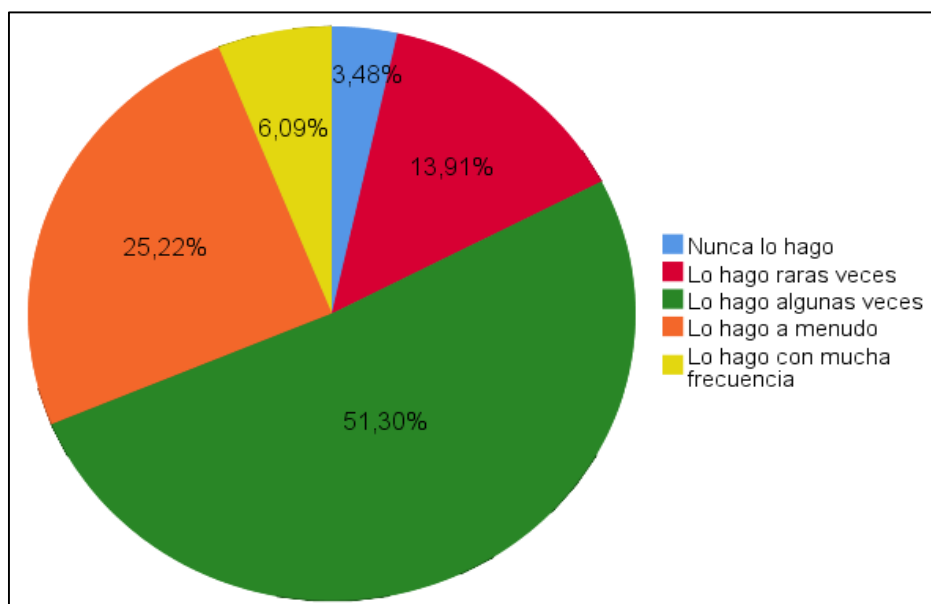


Figura 11: *Estrategia Buscar diversiones relajantes*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 12 y figura 11, se puede observar que 51.30% de los estudiantes evaluados utilizan algunas veces la estrategia buscar diversiones relajantes como estilo de afrontamiento, mientras que 25.22% lo hacen a menudo, 13.91% lo hacen raras veces, 6.09% lo hacen con mucha frecuencia, por último, 3.48% indicaron que nunca utilizan la estrategia de buscar diversiones relajantes.

Tabla 13: *Tabla de frecuencia Distracción física*

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 18         | 15,7       | 15,7                 |
| Lo hago raras veces          | 31         | 27,0       | 42,6                 |
| Lo hago algunas veces        | 28         | 24,3       | 67,0                 |
| Lo hago a menudo             | 25         | 21,7       | 88,7                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 13         | 11,3       | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

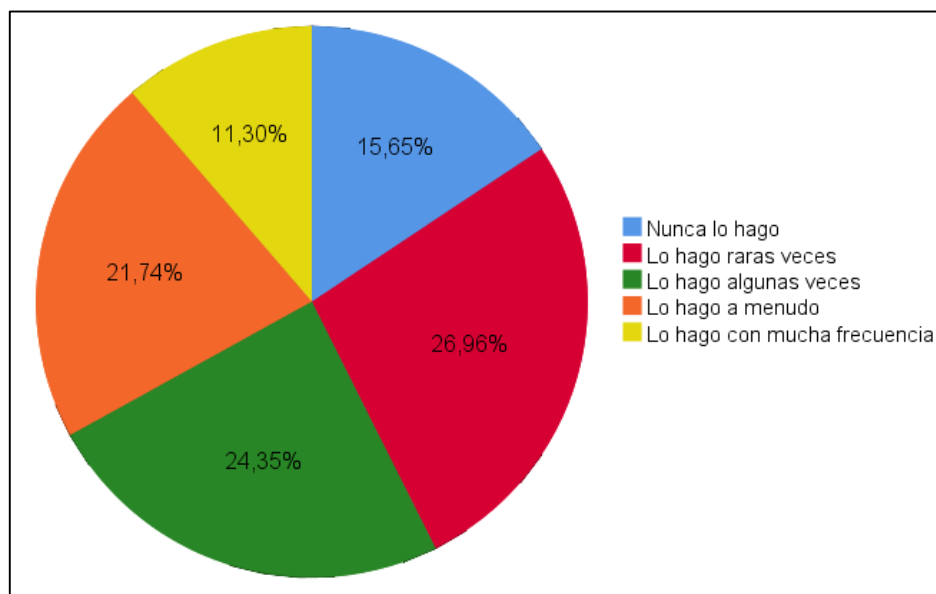


Figura 12: Estrategia Distracción física

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 13 y figura 12, se puede observar que 26.96% de los estudiantes evaluados utilizan raras veces la estrategia distracción física como estilo de afrontamiento, mientras que 24.35% lo utilizan algunas veces, seguido de 21.74% que lo utilizan a menudo, 15.65% indicaron que nunca utiliza dicha estrategia, por último, 11.30% indicaron que utilizan la estrategia con mucha frecuencia.

### Estilos de afrontamiento según la dimensión referencia a otros

Tabla 14: Tabla de frecuencia Buscar apoyo social

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 22         | 19,1       | 19,1                 |
| Lo hago raras veces          | 38         | 33,0       | 52,2                 |
| Lo hago algunas veces        | 41         | 35,7       | 87,8                 |
| Lo hago a menudo             | 13         | 11,3       | 99,1                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 1          | ,9         | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

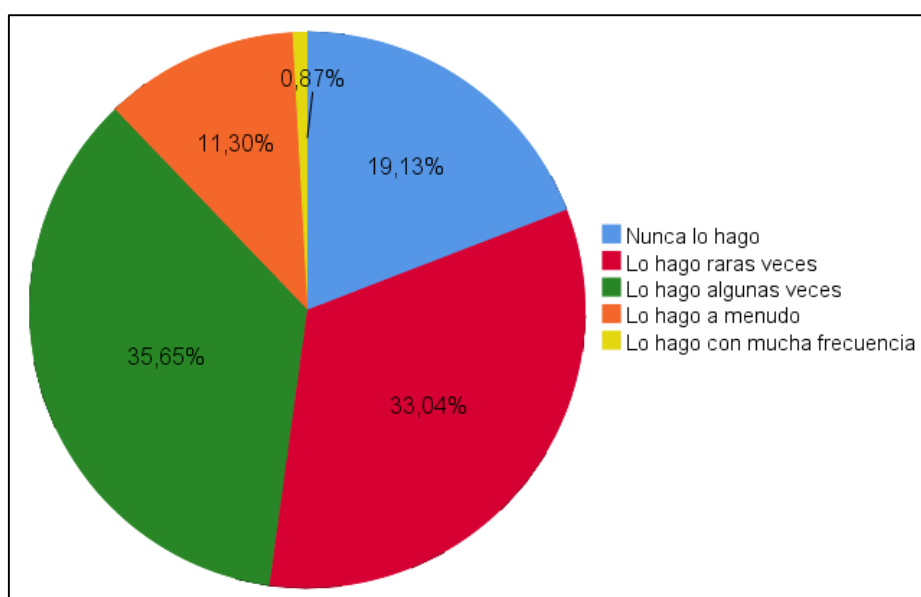


Figura 13: Estrategia Buscar apoyo social

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 14 y figura 13, se puede observar que 35.65% de los estudiantes evaluados aplican a veces como estilo de afrontamiento la estrategia buscar apoyo social, 33.04% lo hacen raras veces, 19.13% nunca lo hacen, 11.30% lo hacen a menudo, por último, 0.87% con mucha frecuencia utilizan la estrategia de buscar apoyo social como estilo de afrontamiento.

Tabla 15: Tabla de frecuencia Acción social

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 59         | 51,3       | 51,3                 |
| Lo hago raras veces          | 44         | 38,3       | 89,6                 |
| Lo hago algunas veces        | 11         | 9,6        | 99,1                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 1          | ,9         | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

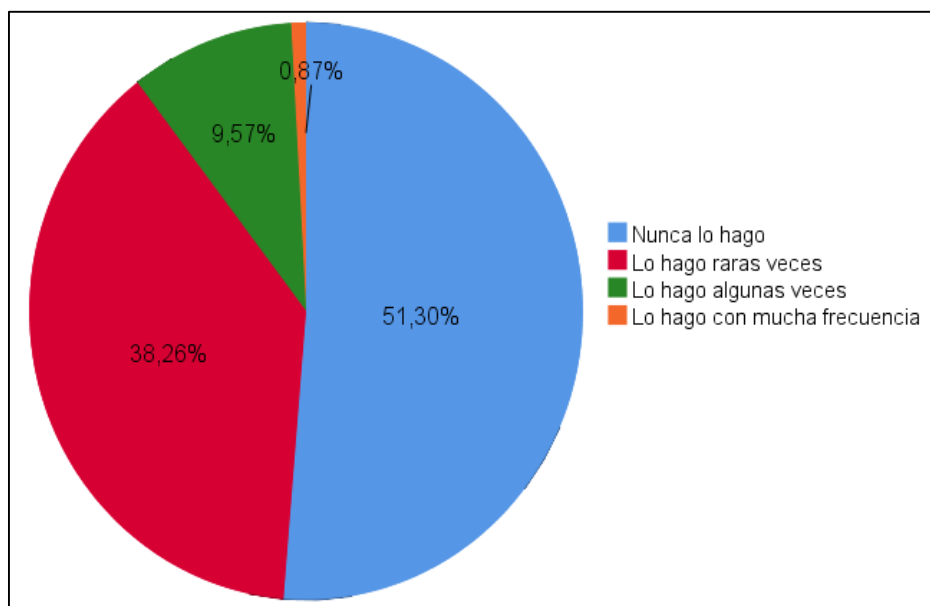


Figura 14: *Estrategia Acción social*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 15 y figura 14, se puede observar que 51.30% de los estudiantes evaluados nunca utilizan como estilo de afrontamiento la estrategia de acción social, 38.26% indicaron que lo hacen raras veces, 9.57% algunas veces ha recurrido a dicha estrategia, por último, 0.87% indicaron que lo hacen con mucha frecuencia.

Tabla 16: *Tabla de frecuencia Buscar apoyo espiritual*

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 12         | 10,4       | 10,4                 |
| Lo hago raras veces          | 27         | 23,5       | 33,9                 |
| Lo hago algunas veces        | 46         | 40,0       | 73,9                 |
| Lo hago a menudo             | 29         | 25,2       | 99,1                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 1          | ,9         | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

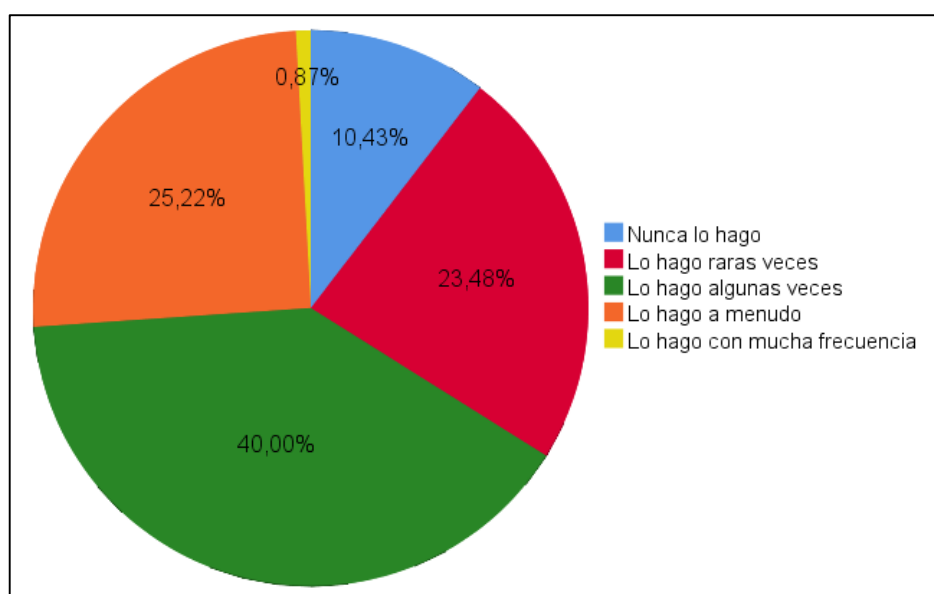


Figura 15: *Estrategia Buscar apoyo espiritual*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 16 y figura 15, se puede observar que 40.00% de estudiantes evaluados, algunas veces utilizan como estilo de afrontamiento la estrategia de buscar apoyo social, 25.22% lo hacen a menudo, 23.48% lo hacen raras veces, un menor porcentaje 10.43% indicaron que nunca lo hacen, por último, 0.87% de estudiantes indicaron que lo utilizan con mucha frecuencia.

Tabla 17: *Tabla de frecuencia Buscar apoyo profesional*

|                              | Frecuencia | Porcentaje   | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|--------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 40         | 34,8         | 34,8                 |
| Lo hago raras veces          | 38         | 33,0         | 67,8                 |
| Lo hago algunas veces        | 22         | 19,1         | 87,0                 |
| Lo hago a menudo             | 14         | 12,2         | 99,1                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 1          | ,9           | 100,0                |
| <b>Total</b>                 | <b>115</b> | <b>100,0</b> |                      |

Fuente: Elaboración propia



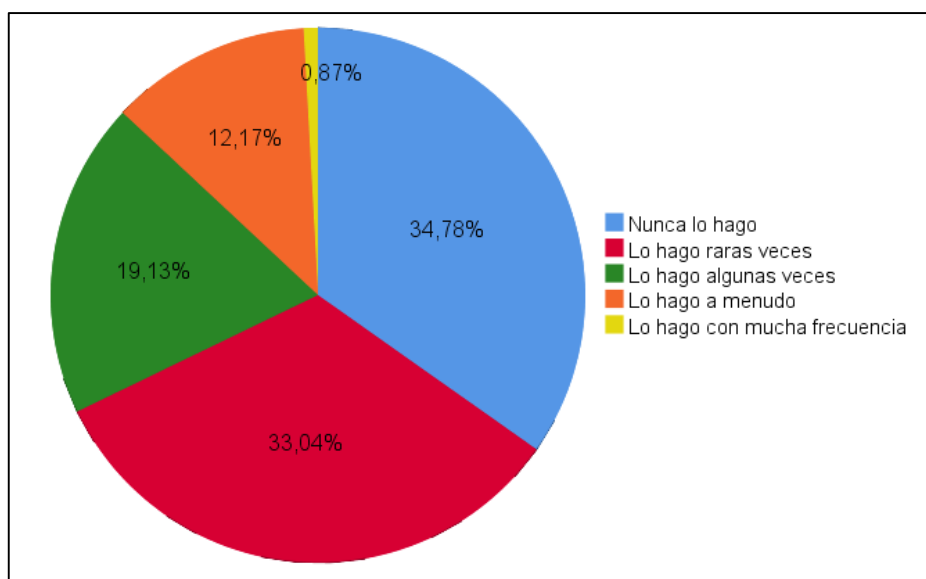


Figura 16: *Estrategia Buscar apoyo profesional*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 17 y figura 16, se puede observar que 34.78% de los estudiantes evaluados, nunca han utilizado la estrategia buscar apoyo profesional como estilo de afrontamiento al problema, 33.04% lo hacen raras veces, 19.13% lo hacen algunas veces, 12.17% lo hacen a menudo, por último, 0.87% indicaron que lo aplican con mucha frecuencia.

### Estilos de afrontamiento según la dimensión afrontamiento no productivo

Tabla 18: *Tabla de frecuencia Preocuparse*

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 2          | 1,7        | 1,7                  |
| Lo hago raras veces          | 6          | 5,2        | 7,0                  |
| Lo hago algunas veces        | 33         | 28,7       | 35,7                 |
| Lo hago a menudo             | 58         | 50,4       | 86,1                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 16         | 13,9       | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

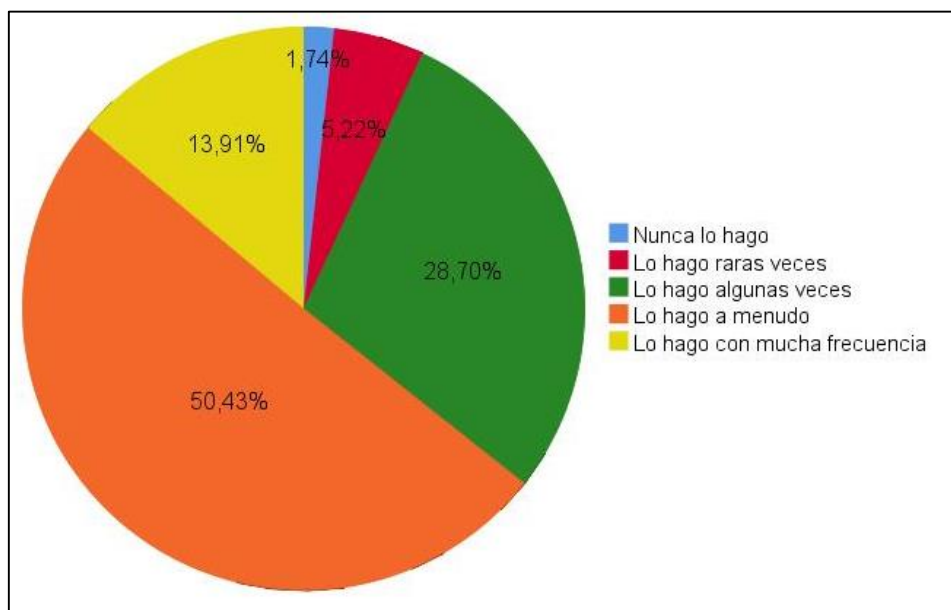


Figura 17: *Estrategia Preocuparse*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 18 y figura 17, se puede observar que 50.43% de los estudiantes evaluados, utilizan a menudo la estrategia preocuparse como estilo de afrontamiento, 28.70% lo emplean algunas veces, 13.91% indicaron que utilizan la estrategia con mucha frecuencia, 5.22% lo hacen raras veces, por último, 1.74% indicaron que nunca utilizan dicha estrategia.

Tabla 19: Tabla de frecuencia Buscar pertenencia

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 13         | 11,3       | 11,3                 |
| Lo hago raras veces          | 32         | 27,8       | 39,1                 |
| Lo hago algunas veces        | 54         | 47,0       | 86,1                 |
| Lo hago a menudo             | 15         | 13,0       | 99,1                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 1          | ,9         | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

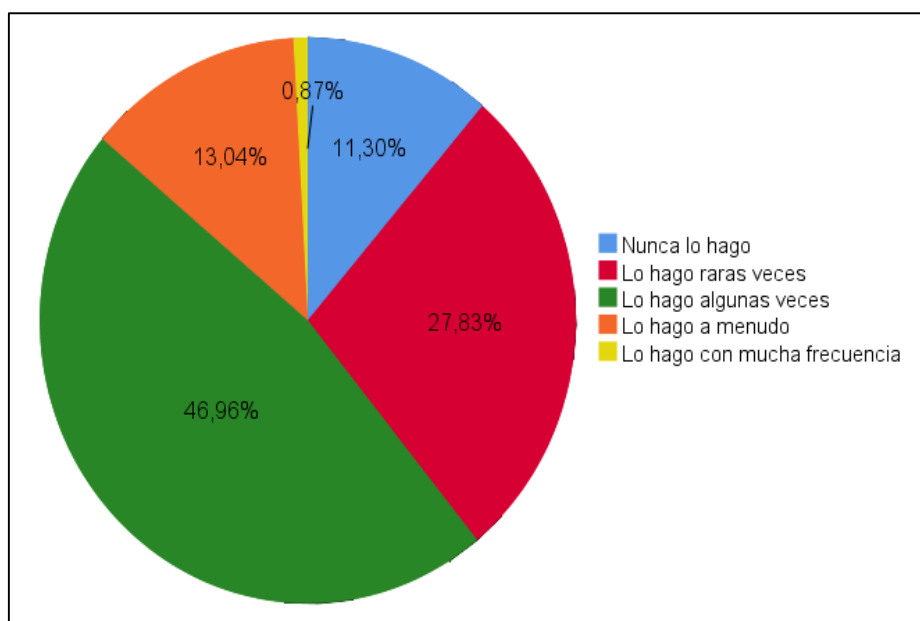


Figura 18: *Estrategia Buscar pertenencia*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 19 y figura 18, se puede observar que 46.96% de los estudiantes evaluados, utilizan algunas veces la estrategia buscar pertenencia como estilo de afrontamiento, 27.83% lo aplican raras veces, 13.04% lo hacen a menudo, 11.30% indicaron que nunca lo utilizan, por último, en menor porcentaje 0.87% lo hacen con mucha frecuencia.

Tabla 20: *Tabla de frecuencia Hacerse ilusiones*

|                       | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|-----------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago         | 13         | 7,83       | 7,83                 |
| Lo hago raras veces   | 32         | 28,7       | 36,53                |
| Lo hago algunas veces | 54         | 52,17      | 88,7                 |
| Lo hago a menudo      | 15         | 11,30      | 100,0                |
| Total                 | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

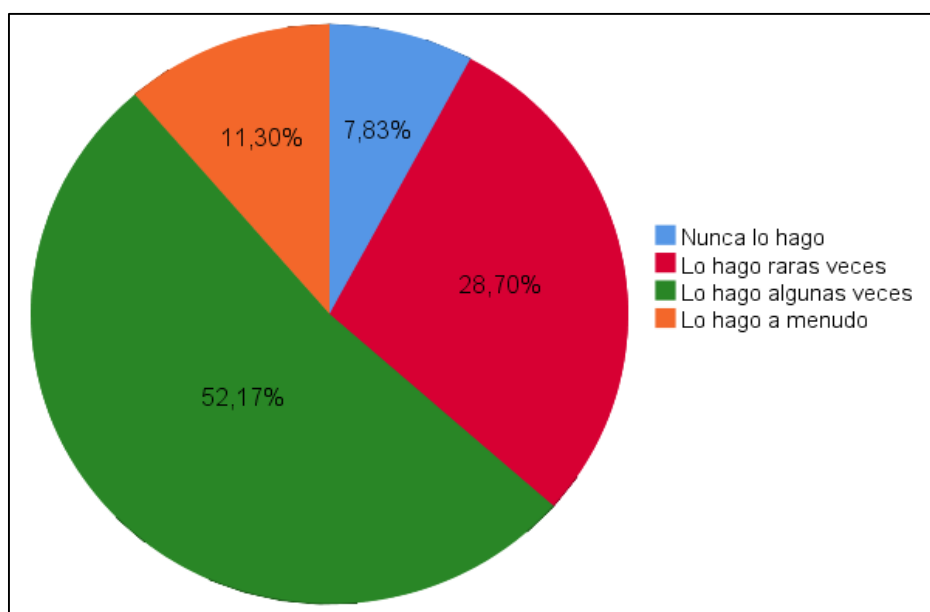


Figura 19: *Estrategia Hacerse ilusiones*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 20 y figura 19, se puede observar que 52.17% de los estudiantes evaluados, utilizan algunas veces la estrategia hacerse ilusiones como estilo de afrontamiento, 28.70% lo hacen raras veces, 11.30% lo aplican a menudo, por último, 7.83% indicaron que nunca utilizan dicha estrategia.

Tabla 21: *Tabla de frecuencia Falta de afrontamiento*

|                       | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|-----------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago         | 31         | 27,0       | 27,0                 |
| Lo hago raras veces   | 65         | 56,5       | 83,5                 |
| Lo hago algunas veces | 13         | 11,3       | 94,8                 |
| Lo hago a menudo      | 6          | 5,2        | 100,0                |
| Total                 | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

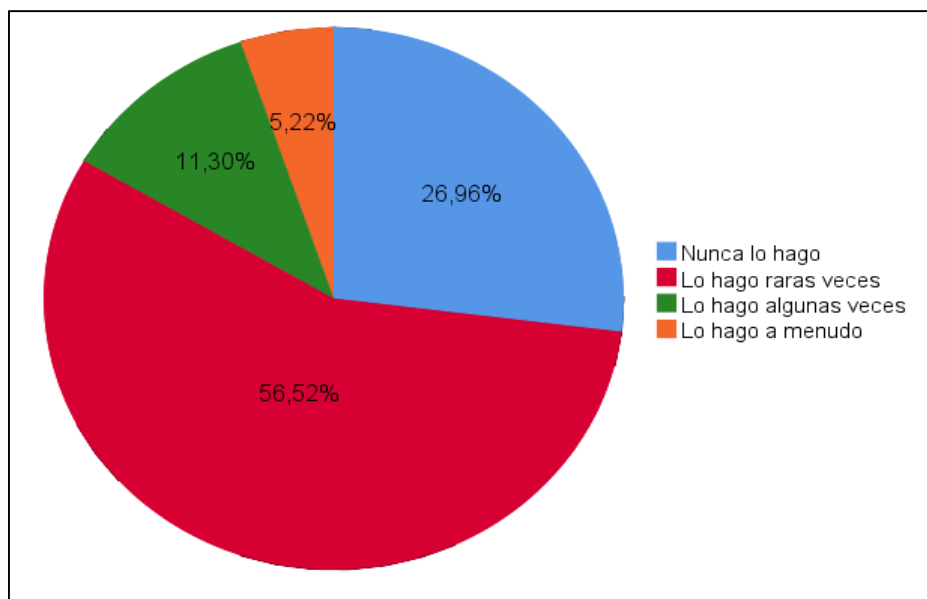


Figura 20: *Estrategia Falta de afrontamiento*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 21 y figura 20, se puede observar que 56.52% de los estudiantes evaluados, raras veces utilizan la estrategia falta de afrontamiento como estilo de afrontamiento, 26.96% nunca lo hacen, 11.30% algunas veces lo realizan, por último, 5.22% lo hacen a menudo.

Tabla 22: *Tabla de frecuencia Ignorar el problema*

|                       | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|-----------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago         | 47         | 40,9       | 40,9                 |
| Lo hago raras veces   | 53         | 46,1       | 87,0                 |
| Lo hago algunas veces | 13         | 11,3       | 98,3                 |
| Lo hago a menudo      | 2          | 1,7        | 100,0                |
| Total                 | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

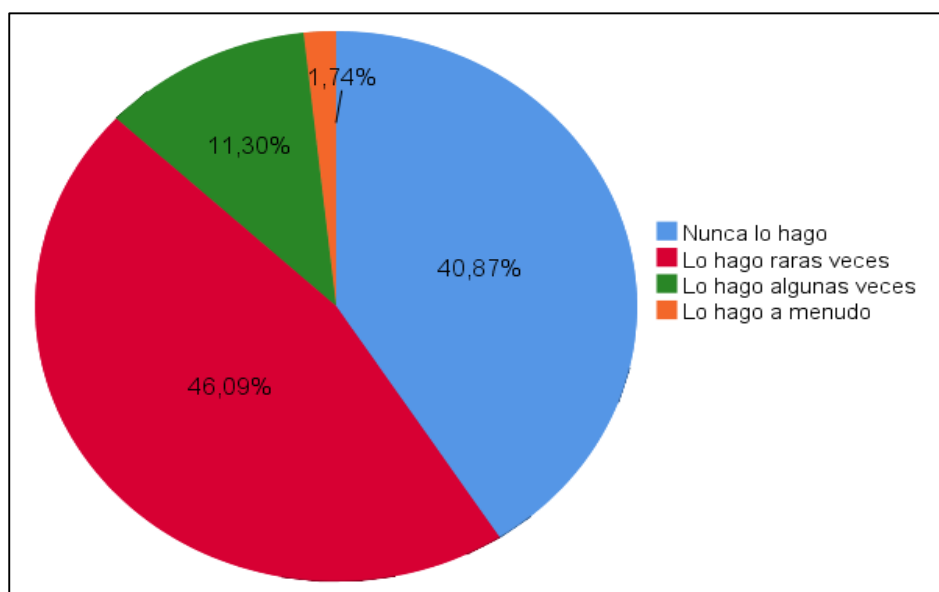


Figura 21: *Estrategia Ignorar el problema*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 22 y figura 21, se puede observar que 46,01% de los estudiantes evaluados, utilizan raras veces la estrategia ignorar el problema como estilo de afrontamiento, 40.87% nunca aplican dicha estrategia, 11.30% indicaron que algunas veces lo hacen, por último, 1.74% afirmaron que aplican la estrategia a menudo.

Tabla 23: Tabla de frecuencia *Reducción de la tensión*

|                       | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|-----------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago         | 65         | 56,5       | 56,5                 |
| Lo hago raras veces   | 38         | 33,1       | 89,6                 |
| Lo hago algunas veces | 12         | 10,4       | 100,0                |
| Total                 | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

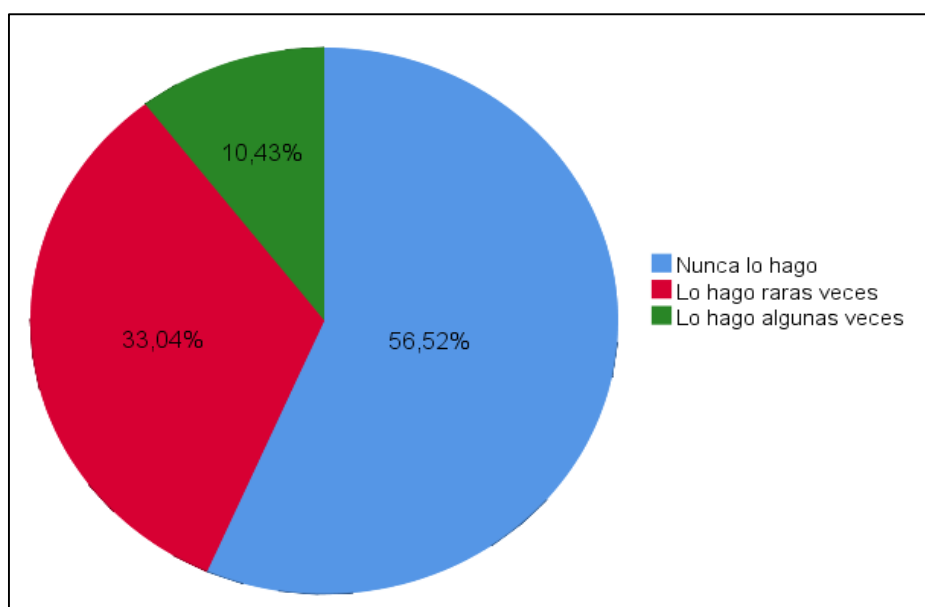


Figura 22: Estrategia Reducción de la tensión

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 23 y figura 22, se puede observar que 56.52% de los estudiantes evaluados, nunca han utilizado la estrategia reducción de la tensión como estilo de afrontamiento, 33.04% de encuestados indicaron que raras veces han utilizado la estrategia, por último, 10.43% afirmaron utilizarlo algunas veces.

Tabla 24: Tabla de frecuencia Reservarlo para sí

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 12         | 10,4       | 10,4                 |
| Lo hago raras veces          | 30         | 26,1       | 36,5                 |
| Lo hago algunas veces        | 47         | 40,9       | 77,4                 |
| Lo hago a menudo             | 22         | 19,1       | 96,5                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 4          | 3,5        | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia

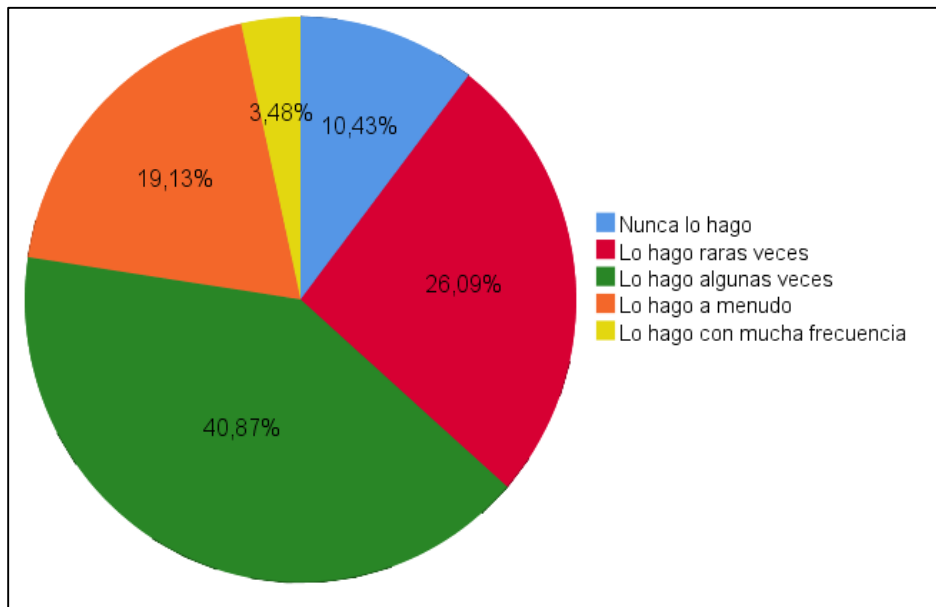


Figura 23: *Estrategia Reservarlo para sí*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 24 y figura 23, se puede observar que 40.87% de los estudiantes evaluados, utilizan algunas veces la estrategia reservarlo para sí como estilo de afrontamiento, 26.09% lo hacen raras veces, 19.13% lo hacen a menudo, 10.43% nunca lo utilizan, por último, 3.48% indicaron que utilizan la estrategia reservarlo para sí, con mucha frecuencia.

Tabla 25: *Tabla de frecuencia Auto inculparse*

|                              | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje acumulado |
|------------------------------|------------|------------|----------------------|
| Nunca lo hago                | 23         | 20,0       | 20,0                 |
| Lo hago raras veces          | 46         | 40,0       | 60,0                 |
| Lo hago algunas veces        | 33         | 28,7       | 88,7                 |
| Lo hago a menudo             | 10         | 8,7        | 97,4                 |
| Lo hago con mucha frecuencia | 3          | 2,6        | 100,0                |
| Total                        | 115        | 100,0      |                      |

Fuente: Elaboración propia



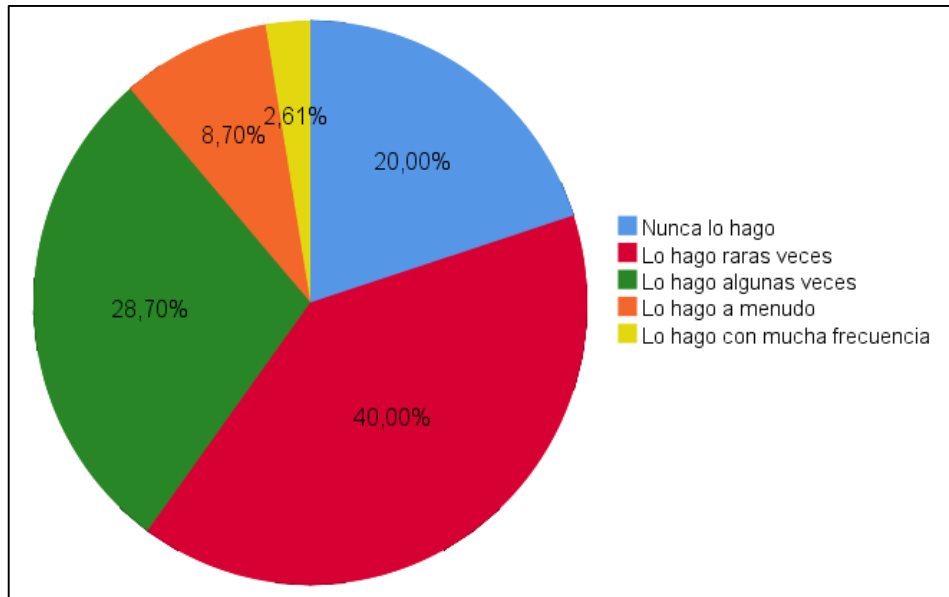


Figura 24: *Estrategia Auto inculparse*

Fuente: Elaboración propia

**Interpretación:** Según la tabla 25 y figura 24, se puede observar que 40.00% de los estudiantes evaluados, utilizan raras veces la estrategia auto inculparse como estilo de afrontamiento, 28.70% lo hacen algunas veces, 20.00% nunca lo hacen, 8.70% lo hacen a menudo, por último, 2.61% afirmaron que lo hacen con mucha frecuencia.

## 5.2 Contrastación de hipótesis:

Según Oseda, Chenet, Hurtado, Chávez, Patiño y Oseda (2015), en su libro de metodología de la investigación mencionan a través de un esquema que el diseño descriptivo simple no amerita el planteamiento de hipótesis.

## ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Con respecto a los hallazgos en el presente estudio, se ha concluido que con relación al objetivo general que es conocer los estilos de afrontamiento en los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020, lo siguiente.

Los estudiantes de 3er grado de educación secundaria obtienen un valor elevado en el estilo de afrontamiento Resolver el problema ya que su nivel es de 23.48%, en el estilo Afrontamiento no Productivo obtienen un valor de 11.30%, y por último en el estilo Referencia hacia otros obtienen un nivel de 6.09%, lo cual lo hace el estilo de menor valor entre los estudiantes de este grado.

Los estudiantes del 4to grado de educación secundaria obtienen un valor elevado en el estilo Resolución del Problema con un nivel de 26.09%, seguido del Afrontamiento no Productivo con 12.17%, en este grado no se encontró resultados del estilo de afrontamiento Referencia a otros.

Por último, los estudiantes del 5to grado de educación secundaria obtienen en el estilo Resolución del Problema un nivel de 13.04% lo cual lo hace el estilo más elevado en este grado, seguido del estilo Afrontamiento no Productivo con 6.09%, y por último el estilo con menos valor es el de Referencia a otros con 1.74%. Podemos ver en los resultados descritos que el estilo de afrontamiento predominante en los tres grados evaluados es el estilo Resolución del Problema.

Los resultados obtenidos muestran relación con lo obtenido por Rivero (2020), en Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa privada de Lima metropolitana, quien señala que el 64,9 % de estudiantes utiliza

resolver el problema, como estilo de afrontamiento al estrés más utilizado, mientras que un 5,6% utiliza en menor medida el estilo referencia hacia otros.

En relación con el primer objetivo, se ha encontrado que el 63,5% de los estudiantes del tercer, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020, utilizan el estilo de afrontamiento la estrategia de esforzarse y tener éxito, el 51,3 % utilizan como estilo de afrontamiento la estrategia buscar relaciones relajantes. , mientras que el 44.3% de los estudiantes utilizan algunas veces como estilo de afrontamiento la estrategia concentrarse en resolver y un 34.8 % emplea como estilo de afrontamiento la estrategia fijarse en lo positivo, por el contrario los estilos de afrontamiento menos utilizados por los estudiantes son invertir en amigos íntimos 32.2% y distracción física 27.0%.

Estos resultados se asemejan a lo obtenido por Gutiérrez (2018), quien encontró en su investigación Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana, que las estrategias más utilizadas fueron fijarse en lo positivo, esforzarse y tener éxito, que corresponde al estilo resolver al problema.

Según los autores Frydenberg y Lewis (Canessa, 2002) los usos de estas estrategias están orientadas a resolver el problema, estudiándolo y analizándolo sistemáticamente, como también comprenden las conductas que manifiestan compromiso, ambición y dedicación para afrontar el problema o las conductas dirigidas con la finalidad buscar el lado positivo del problema y tener una visión más optimista al igual que buscar actividades que lo relajen y distraigan para poder encontrar una solución.

Con relación al segundo objetivo específico, se ha obtenido que el 40.0% de los estudiantes del tercer, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020, utilizan como estilo de afrontamiento según la dimensión “Referencia hacia otros”, la estrategia buscar apoyo espiritual, mientras que el

35.7% utilizan el apoyo social como estilo de afrontamiento, también se evidencia que los estilos de afrontamiento menos utilizados por los adolescentes son Buscar apoyo profesional con 34.8% y acción social con 51.3%.

Estos resultados guardan relación con lo encontrado por Molina & Muevecela (2016), quienes, en su investigación, Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes, señalan que los estudiantes utilizan como estilo de afrontamiento más usado las estrategias buscar diversiones relajantes, seguido de preocuparse y fijarse en lo positivo, mientras que el estilo de afrontamiento menos utilizado es la estrategia de acción social.

Según los autores Frydenberg y Lewis (Canessa, 2002), estas estrategias son utilizadas con la finalidad de encontrar la solución en la ayuda de un líder espiritual o Dios, o en la acción de rezar, también incluyen conductas que se inclinan a compartir su problema con otros para buscar solución a su problema. Cabe mencionar que Buscar apoyo profesional es una de las estrategias menos utilizada como estilo de afrontamiento, por lo cual se puede inferir que los estudiantes no recurren o no piensan en recurrir a un profesional para buscar ayuda a la solución de su problema.

Respecto al tercer objetivo específico, se evidencia que el 52.17% de los estudiantes del tercer, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020, utilizan como estilo de afrontamiento según la dimensión “Afrontamiento no Productivo”, la estrategia hacerse ilusiones, el 50.4% utiliza como estilo de afrontamiento la estrategia Preocuparse, y un 47.0% emplea como estilo de afrontamiento la estrategia Buscar pertenencia, mientras que los estilos de afrontamiento menos utilizados son las estrategias Reducción de la tensión 56.5% e Ignorar el Problema 40.9%.

Este resultado guarda relación con lo hallado por Mendoza (2018), en su investigación, Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior de la UAEM, esta investigación mostro que tanto hombres como mujeres utilizan el estilo

de afrontamiento enfocado en resolver el problema, sin embargo, los estudiantes en algunas ocasiones utilizan el estilo de afrontamiento no productivo y referencia a los demás.

Para Frydenberg y Lewis (Canessa, 2002), estas estrategias utilizadas como estilo de afrontamiento, se caracterizan por pensamientos de temas en temas generales o preocupación por la felicidad futura, como también en pensamientos de esperanza, en la anticipación de una salida positiva y expectativas de que todo saldrá bien.

Hay que señalar que uno de los estilos de afrontamiento más utilizado por los estudiantes del tercer, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020 es el Afrontamiento no productivo, este resultado guarda relación con lo encontrado por Bahamón, Uribe & Trejos (2018), quienes en su investigación Estilos de afrontamiento como predictores de riesgo suicida en estudiantes adolescentes, encontraron que existe una correlación significativa entre riesgo suicida y estrategias de afrontamiento evitativas, dando la conclusión que las estrategias de afrontamiento centradas en la solución del problema representan un factor de protección para los adolescentes, mientras que el uso de estrategias de afrontamiento evitativas representan un factor de riesgo para la conducta suicida.

## CONCLUSIONES

El estilo de afrontamiento más utilizado por los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020, es el estilo resolver el problema, esto implica que los estudiantes son capaces de realizar esfuerzos que están dirigidos a la solución de problemas mientras mantiene una actitud optimista y socialmente conectada.

El segundo estilo de afrontamiento más utilizado por los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020, es el Afrontamiento no Productivo, lo cual significa que en ocasiones los estudiantes no encuentran solución al problema, pero al menos lo alivian.

El estilo de afrontamiento menos utilizado por los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020, es el estilo Referencia hacia otros, esto implica que al tener que enfrentar un problema no suelen solicitar apoyo y/o recursos a las demás personas, como sus pares, profesionales o deidades.

Dentro de la dimensión Resolución del problema, la estrategia más utilizada como estilo de afrontamiento es, Esforzarse y tener éxito (63.5%), lo cual nos indica que la mayoría de estudiantes muestran conductas que ponen de manifiesto compromiso, dedicación y ambición para solucionar el problema.

En la dimensión Referencia hacia otros, la estrategia más empleada como estilo de afrontamiento es Buscar apoyo espiritual (40.0%), esto implica que los estudiantes muestran una tendencia a rezar, am emplear la oración o buscar la ayuda de un líder espiritual.

Por ultimo en la dimensión Afrontamiento no productivo, la estrategia más utilizada como estilo de afrontamiento es Hacerse ilusiones (52.17), lo cual nos indica que los estudiantes muestran sentimientos de esperanza, piensan en la anticipación de una salida positiva y muestran expectativas de que todo tendrá un final feliz.

## RECOMENDACIONES

- Se sugiere al gobierno regional y local, formular programas de mejora social para incrementar estilos de afrontamiento adecuadas en los adolescentes, evitando que estos adquieran conductas de riesgo.
- A la institución educativa, implementar talleres para los alumnos que participaron en la investigación sobre los de estilos de afrontamiento, la importancia y como fomentar un uso adecuado de nuestros estilos de afrontamiento.
- Se sugiere que los resultados del presente estudio sean publicados, tanto en la institución educativa como para la población en general. Para que sirva de referencia en futuras investigaciones.
- Para las futuras investigadores, se les sugiere tener cuidado al momento de usar los resultados de este estudio.



## VI.-REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Angulo, S. (2019). *Estrés diario y calidad de vida en las personas con lesión medular espinal*.

(Tesis de doctorado). España: Universidad Nacional de Educación a distancia.

Recuperado de [http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/tesisuned:ED-Pg-PsiSal-Smangulo/ANGULO\\_SEVILLA\\_\\_Santiago\\_Mario\\_Tesis.pdf](http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/tesisuned:ED-Pg-PsiSal-Smangulo/ANGULO_SEVILLA__Santiago_Mario_Tesis.pdf)

Almario, J. F. (2016). *Una mirada existencial a la adolescencia*. (2ª. ed.). Bogotá: El Manual

Moderno. Recuperado de

<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=hk8mDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT8&dq=Una+mirada+existencial+a+la+adolescencia+&ots=bgrvfQOxjd&sig=QBovPeicxXpAmCBUdcWkMMdj660#v=onepage&q=Una%20mirada%20existencial%20a%20la%20adolescencia&f=false>

Aranda, F. (2020). *Fuentes generadoras de estrés para las estudiantes de enfermería durante las prácticas hospitalarias*. (Tesis de pregrado). Lima: Universidad Nacional Federico

Villarreal. Recuperado de

<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/4316/ARANDA%20FRANC%20FIORELLA%20SAYURY%20-%20TITULO%20PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bahamón, M., Uribe, I., & Trejos, A. (2018). Estilos de afrontamiento como predictores del riesgo suicida en estudiantes adolescentes. *Psicología desde el Caribe*, 36(1), 120-131.

Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21362970007>

Baquerizo, J. (2017). *Lima en cifras* (1ª. ed.). Perú: Creacolor S.A.C

Born D., Minujín A. & Lombardía M. (2015). *Una aproximación a la situación de adolescentes y jóvenes en América latina y el caribe a partir de evidencia cuantitativa reciente*. Panamá: UNICEF. Recuperado de <https://www.unicef.org/lac/informes/una->

aproximaci% C3% B3n-la-situaci% C3% B3n-de-adolescentes-y-j% C3% B3venes-en-  
am% C3% A9rica-latina-y-el-caribe

Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*, (5), 191-233. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118132008>

Castillo, G. (2016). *Adolescencia: mitos y enigmas*. (1ª. Ed.). Desclée de Brouwer.

Cabrera, G. (2017). *Estilos de afrontamiento y agresividad en los adolescentes del nivel secundario de las instituciones educativas estatales del distrito de Comas en el 2017*. (Tesis de pregrado). Lima: Universidad César Vallejo. Recuperado de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3187/Cabrera\\_GGL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3187/Cabrera_GGL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Celiz, P. A. (2017). *Violencia familiar y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de instituciones públicas del distrito de Comas, 2017*. (Tesis de pregrado). Lima: Universidad Cesar Vallejo. Recuperado de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3210/Celiz\\_CPA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3210/Celiz_CPA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Cisneros S. (26 de setiembre del 2019). Embarazo adolescente alcanzó 12,6% en 2018. *Perú21* Recuperado de <https://peru21.pe/peru/embarazo-adolescente-alcanzo-126-en-2018-noticia/>

Cordero, K. & Hernández, K. (2016). *Socialización parental y estilos de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima- este - Perú*. (Tesis de pregrado). Lima: Universidad Peruana Unión. Recuperado de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/541/Karolay\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/541/Karolay_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Cubas, O.P. & Parra, E.B. (2019). *Afrontamiento al estrés y rasgos de personalidad en estudiantes de administración y Marketing de Zegel IPAE Surco, 2019* (Tesis de pre grado). Lima: Universidad Peruana los Andes. Recuperado de <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/1650/TESIS%20FINAL-CUBAS-Y-PARRA.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Cruz, G. & De la Rocha, D. (2018). *Estilos de afrontamiento al estrés ante el divorcio de los padres en los adolescentes de 13 a 15 años que asisten a la consulta de la unidad de apoyo emocional de profamilia, San Francisco de Macorís, enero - agosto 2018*. (Tesis de postgrado). Ecuador: Universidad Abierta para Adultos UAPA.
- De la Cruz, M. (2011). *Manual de riesgos psicosociales: estrés y el síndrome de Burnout*. Madrid: CEP, S.L.
- Dueñas, H. (2017). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano*. (Tesis de doctorado). Puno: Universidad Nacional del Altiplano. Recuperado de [http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/9423/Huguette\\_Fortunata\\_Due%c3%b1as\\_Zuniga.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/9423/Huguette_Fortunata_Due%c3%b1as_Zuniga.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (s.f). *El enfoque basado en el desarrollo*. Recuperado de [https://www.unicef.org/spanish/adolescence/index\\_approach.html](https://www.unicef.org/spanish/adolescence/index_approach.html)
- Frydenberg, E., Lewis, R. (1993a). Boys play sport and girls turn to others: age, gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16, 253-255. Recuperado de <https://doi.org/10.1006/jado.1993.1024>
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (1997). Things don't better just because you're older: A case for facilitating reflection. *British Journal of Educational Psychology*, 69, 81.84. Recuperado de <https://doi.org/10.1348/000709999157581>

- González, H. & Quiroga, L. (2016). *Personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de una institución educativa estatal. Monsefú.* (Tesis de Pregrado). Universidad Señor de Sipán, Perú. Recuperado de [https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/3196/GONZALES\\_MONTENEGRO\\_HILDA\\_TATHIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/3196/GONZALES_MONTENEGRO_HILDA_TATHIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Güemes, M., Ceñal, M.J. & Hidalgo, M.I. (2017). Pubertad y adolescencia. (1), 7 - 22. Recuperado de <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol5num1-2017/07-22%20Pubertad%20y%20adolescencia.pdf>
- Gutiérrez, K. (2018). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana.* (Tesis de pregrado). Universidad Ricardo Palma, Perú. Recuperado de [https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2462/T030\\_73228652\\_T%20%20%20GUTIERREZ%20INGUNZA%20KATHERINE%20HORTENCIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2462/T030_73228652_T%20%20%20GUTIERREZ%20INGUNZA%20KATHERINE%20HORTENCIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ta ed.). México: Mc-GrawHill Education.
- INEI: En el Perú existen más de 10 millones 338 mil niños. (07 de abril del 2018). *Perú21*. Recuperado de <https://peru21.pe/peru/inei-peru-existen-10-millones-338-mil-ninos-402571-noticia/?ref=p21r>
- Landeau, R. (2007). *Elaboración de trabajos de investigación* (1ra ed.). Venezuela: Alfa Venezuela
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Llallahui, G. (2019). *Estilos de afrontamiento en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa particular Albert Einstein del distrito de Ate Vitarte,*

- durante el periodo 2019.* (Tesis de pregrado). Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Recuperado de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/5010/TRSUFICIENCIA\\_LLALLAHUI%20TAPAHUASCO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/5010/TRSUFICIENCIA_LLALLAHUI%20TAPAHUASCO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- López W. (17 de diciembre del 2018). SJL: Adolescentes presentarán propuestas para una correcta educación sexual. *La república*. Recuperado de <https://larepublica.pe/sociedad/1377870-san-juan-lurigancho-adolescentes-presentaran-propuestas-educacion-sexual-integral-flora-tristan/>
- Mendoza, V. (2018). *Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior de la UAEM* (tesis de pregrado). Toluca: Universidad autónoma del estado de México. Recuperado de [http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/95233/Tesis\\_Vanessa\\_Mendoza\\_Carmona.pdf?sequence=1](http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/95233/Tesis_Vanessa_Mendoza_Carmona.pdf?sequence=1)
- Molina, J. & Muevecela, D. (2016). *Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes.* (Título de pregrado). Ecuador: Universidad de Cuenca. Recuperado de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/24783/1/trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>
- Moreta, R., Reyes, C., Mayorga, M. & León, L. (2017). Estimación sobre niveles y factores de riesgo psicosocial en adolescentes escolarizados de Ambato, Ecuador. *Pensando Psicología* 13(22), 29 - 40. Recuperado de <https://doi.org/10.16925/pe.v13i22.1986>
- Oblitas, L. (2017). *Psicología de la salud y calidad de vida.* (4ª. ed.). Ciudad de México: Cengage learning editores.
- Oседа, Chenet, Hurtado, Chávez, Patiño y Oседа (2015). *Metodología de la investigación*, 5ta Edición, Ed. Pirámide, Perú

- Oficina de las Naciones Unidas en la Reducción del Riesgo de Desastres. (2009). *Terminología sobre Reducción del Riesgo de Desastres*. Recuperado de [https://www.unisdr.org/files/7817\\_UNISDRTerminologySpanish.pdf](https://www.unisdr.org/files/7817_UNISDRTerminologySpanish.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Desarrollo en la adolescencia*. Recuperado de [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
- Orihuela, M. K. (2018). *Estilos y estrategias de afrontamiento en alumnas del 3° de secundaria en una institución educativa estatal del distrito del Rímac en el año 2018*. (Tesis de pregrado). Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Recuperado de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3062/TRAB.SUF.PRO\\_F\\_Marcelina%20Karina,%20Orihuela%20Yarma.pdf?sequence=2](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3062/TRAB.SUF.PRO_F_Marcelina%20Karina,%20Orihuela%20Yarma.pdf?sequence=2)
- Pedrero, E. Pérez, I. & Morón, J. (2016). *Educación para la salud y prevención de riesgos Psicosociales en adolescentes y jóvenes*. (1ª. Ed.). Madrid: Narcea.
- Peña, R. C. & Castaño, M. C. (2017). *Estilos de afrontamiento y proceso de duelo frente a la ruptura de pareja en una ex pareja de adultos jóvenes*. (Tesis de pregrado). Colombia: Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium. Recuperado de [https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/942/ESTILOS\\_AFRONTAMIENTO\\_PROCESO\\_DUELO\\_FRENTE\\_RUPTURA\\_PAREJA\\_EX\\_PAREJA\\_ADULTOS\\_J%C3%93VENES.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/942/ESTILOS_AFRONTAMIENTO_PROCESO_DUELO_FRENTE_RUPTURA_PAREJA_EX_PAREJA_ADULTOS_J%C3%93VENES.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Perú 21. (07 de abril del 2018). INEI: En el Perú existen más de 10 millones 338 mil niños. *Perú 21*. Recuperado de <https://peru21.pe/peru/inei-peru-existen-10-millones-338-mil-ninos-402571-noticia/>
- Reodar, D. (2015). *El estrés*. Barcelona: Editorial UOC

- Rivero, D. (2020). *Estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes de primero de secundaria de una institución educativa privada de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/16963/RIVERO\\_CASTRO\\_DANIELA\\_LUC%20C3%8DA.pdf?sequence=1](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/16963/RIVERO_CASTRO_DANIELA_LUC%20C3%8DA.pdf?sequence=1)
- Robbins, J. & Judge, T. (2017). *Comportamiento organizacional*. (17ª. Ed.). México: Pearson.
- Rodríguez, D. Y. (2019). *Pubertad y adolescencia* (Tesis de pre grado). Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo. Recuperado de <http://www.dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/14422/RODRIGUEZ%20BURGOS%20DAYANA%20YAJAIRA.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Rosales, J. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudio en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de Lima-sur*. (Tesis de pregrado). Lima: Universidad Autónoma del Perú. Recuperado de <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALES%20FERNANDEZ.pdf>
- Sausa, M. (03 de febrero del 2018). Menores ocupan el 70% de atenciones en salud mental. *Perú21*. Recuperado de <https://peru21.pe/peru/cifras-salud-mental-peru-menores-ocupan-70-atenciones-infografia-394376-noticia/>
- Tacuri, N. (2021). *Estilos de crianza y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de Huancayo*. (Tesis pregrado). Huancayo: Universidad Peruana Los Andes. Recuperado de <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2217/TESIS%20FINA%20L.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Universidad Peruana Cayetano Heredia (2018). Desafíos y prioridades: Política de adolescentes y jóvenes en el Perú. Recuperado de [https://peru.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Desafios\\_y\\_prioridades\\_politica\\_de\\_adolescencia\\_y\\_jovenes\\_Peru\\_-\\_ONU.pdf](https://peru.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Desafios_y_prioridades_politica_de_adolescencia_y_jovenes_Peru_-_ONU.pdf)
- Universidad Peruana Los Andes (2019). *Reglamento General de Investigación*. Recuperado de <https://upla.edu.pe/nw/wp-content/uploads/2020/01/Reglamento-General-de-Investigaci%C3%B3n-2019.pdf>
- Urbano, E. (2019). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la escuela de líderes escolares en Lima Norte- 2017* (Tesis de posgrado). Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia. Recuperado de [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6441/Estilos\\_Urbano\\_Reano\\_Edira.pdf?sequence=1](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6441/Estilos_Urbano_Reano_Edira.pdf?sequence=1)
- Uribe, A., Ramos, I., Villamil, I. & Palacio, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes. *Revista Psicogente* 21(40), 440-457. Recuperado de <https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3082>
- Vásquez, D. (2018). *Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública del Callao*. (Tesis de Pregrado). Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Recuperado de [http://168.121.45.184/bitstream/handle/20.500.11818/2215/TRAB.SUF.RPOF.\\_Diego%20Humberto%20Vasquez%20Quispe.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://168.121.45.184/bitstream/handle/20.500.11818/2215/TRAB.SUF.RPOF._Diego%20Humberto%20Vasquez%20Quispe.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
- Vicente, G. (2018). *Estilos de afrontamiento y agresividad en estudiantes de secundaria en dos instituciones educativas públicas del Distrito del Callao, 2018*. (Tesis de pregrado). Lima: Universidad Cesar Vallejo. Recuperado de



[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25996/Vicente\\_VGS.pdf?sequence=4](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25996/Vicente_VGS.pdf?sequence=4)

Viejo, C. & Ortega, R. (2015). Cambios y riesgos asociados a la adolescencia. *Psychology, Society, & Education* 7(2), 109-118. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6360213>

Zuasnabar, B. (2020). *Niveles de procrastination en estudiantes de medicina veterinaria y zootecnia de una universidad privada de la ciudad de Huancayo*. (Tesis de Pregrado). Huancayo: Universidad Peruana Los Andes. Recuperado de [https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2132/TESIS%20FINA L.pdf?sequence=1](https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2132/TESIS%20FINA%20L.pdf?sequence=1)

## **ANEXOS**

## MATRIZ DE CONSISTENCIA

| Problema   | Objetivos   | Metodología   |
|--|---|---|
| <p><b>Problema General:</b></p> <p>¿Cuáles son los estilos de afrontamientos en estudiantes del tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?</p> <p><b>Problema (s) Específico (s)</b></p> <p>¿Qué estilo de afrontamiento utilizan, según la dimensión resolución del problema, los estudiantes del tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?</p> <p>¿Qué estilo de afrontamiento utilizan, según la dimensión referencia a otros, los estudiantes del 3er, 4to y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?</p> <p>¿Qué estilo de afrontamiento utilizan, según la dimensión afrontamiento no productivo, los estudiantes del 3er, 4to y quinto</p> | <p><b>Objetivo General:</b></p> <p>Describir los estilos de afrontamiento en los estudiantes del tercer, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p>Identificar el estilo de afrontamiento, según la dimensión resolución del problema, utilizado por los estudiantes del tercer, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020.</p> <p>Identificar el estilo de afrontamiento, según la dimensión referencia a otros, utilizado por los estudiantes del tercer, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020.</p> <p>Identificar el estilo de afrontamiento, según la dimensión afrontamiento no productivo, utilizado por los estudiantes del</p> | <p><b>Población:</b></p> <p>La población estuvo conformada por 115 estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria, de ambos sexos, varones y mujeres, entre 14 a 17 años de edad, de la institución educativa pública “Tomás Alba Edison”, del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2020.</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>El tipo de muestra para este estudio fue no probabilístico censal, ya que no dependió de la probabilidad, sino que estuvo orientada en base a las características de la investigación (Hernández, et al, 2014). Por lo cual, al ser una población pequeña, se trabajó con la totalidad de los estudiantes, conformado por 115 alumnos que se encuentran cursando el tercero, cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa pública “Tomás Alba Edison”, del distrito de San Juan de Lurigancho, Lima 2020.</p> |

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p>grado de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020?</p> | <p>tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020.</p> | <p><b>Delimitación Temporal</b><br/>         Octubre 2020</p> <p><b>Tipo de Investigación</b><br/>         Investigación Descriptiva</p> <p><b>Diseño de Investigación</b><br/>         No Experimental</p> <p><b>Variable</b><br/>         Afrontamiento</p> <p><b>Instrumento</b><br/>         Escala de Afrontamiento para Adolescentes ACS Lima</p> |
|--|---|---|

## MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

| VARIABLE                    | DEFINICIÓN<br>CONCEPTUAL   | DEFINICIÓN<br>OPERACIONAL  | DIMENSIONES   | INDICADORES                          |
|-----------------------------|--|--|---|--------------------------------------|
| ESTILOS DE<br>AFRONTAMIENTO | Frydenberg y Lewis (1993) definen al afrontamiento adolescente como, un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia para el individuo. Esto puede hacerse resolviendo el | Se utilizará para la medición el “Instrumento Escala de Afrontamiento para Adolescentes” (Frydenberg y Lewis, 1993). | Resolver el problema ( <i>Solve the problem</i> ), está caracterizado por los esfuerzos que se dirigen a resolver el problema manteniendo una actitud optimista y socialmente conectada. (Canessa, 2002). | Concentrarse en resolver el problema |
|                             |  |  | Esforzarse y tener éxito  |                                      |
|                             |  |  | Invertir en amigos íntimos  |                                      |
|                             |  |  | Fijarse en lo positivo  |                                      |
|                             |  |  | Buscar diversiones relajantes   |                                      |
|                             |  |  | Distracción Física  |                                      |
|                             |  |  | Referencia a otros ( <i>Reference to others</i> ), implica un intento para enfrentar el problema acudiendo al apoyo y a los recursos de las   | Buscar Apoyo Social                  |
|                             |  |  | Acción Social   |                                      |
| Buscar Apoyo Espiritual     |  |  |   |                                      |
| Buscar Apoyo Profesional    |  |  |   |                                      |

|  |                |   |  |                         |
|--|----------------|---|--|-------------------------|
| <p>problema, es decir, cambiando el estímulo, o acomodándose a la preocupación sin necesariamente dar una solución (Frydenberg, 1993a, 255).</p> |                | <p>demás personas, como pares, profesionales o deidades. . (Canessa, 2002).</p> |  |                         |
|  |                |   | Afrontamiento no productivo ( <i>Non-productive coping</i> ), está asociado a una incapacidad para afrontar los problemas e incluye estrategias de evitación. Tal estilo no lleva a la solución del problema, pero al menos lo alivia. . Canessa, 2002). | Preocuparse             |
|  |                |   |  | Buscar Pertenencia      |
|  |                |   |  | Hacerse Ilusiones       |
|  |                |   |  | Falta de Afrontamiento  |
|  |                |   |  | Ignorar el Problema     |
|  |                |   |  | Reducción de la Tensión |
|  |                |   |  | Reservarlo para Sí      |
|  | Autoinculparse |   |  |                         |

## MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DEL INSTRUMENTO

| Variable                       | Dimensiones             | Indicadores                             | Ítems o Reactivos                  | Escala Valorativa   | Instrumentos                |
|--------------------------------|-------------------------|---|------------------------------------|---|-----------------------------|
| ESTILOS<br>DE<br>AFRONTAMIENTO | Resolver el<br>Problema | Concentrarse en<br>resolver el problema | 02,21,39,57,73                     | 1. No me ocurre o nunca lo hago<br>2. Me ocurre o lo hago raras veces<br>3. Me ocurre o lo hago algunas<br>veces<br>4. Me ocurre o lo hago a menudo<br>5. Me ocurre o lo hago con mucha<br>frecuencia | Cuestionario<br>de encuesta |
|                                |                         | Esforzarse y tener<br>éxito             | 03,22,40,58,74                     |   |                             |
|                                |                         | Invertir en amigos<br>íntimos           | 05,24,42,60,76                     |   |                             |
|                                |                         | Fijarse en lo positivo                  | 16,34,52,70                        |   |                             |
|                                |                         | Buscar diversiones<br>relajantes        | 18,36,54                           |   |                             |
|                                |                         | Distracción Física                      | 19,37,55                           |   |                             |
|                                | Buscar Apoyo Social     | 01,20,38,56,72                          | 1. No me ocurre o nunca lo hago    |   |                             |
|                                | Acción Social           | 10,11,29,47,65                          | 2. Me ocurre o lo hago raras veces |   |                             |

|  |                             |                          |                |  |
|--|-----------------------------|--------------------------|----------------|--|
|  | Referencia a otros          | Buscar Apoyo Espiritual  | 15,33,51,69    | 3. Me ocurre o lo hago algunas veces   |
|  |                             | Buscar Apoyo Profesional | 17,35,53,71    | 4. Me ocurre o lo hago a menudo<br>5. Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia |
|  | Afrontamiento no Productivo | Preocuparse              | 04,23,41,59,75 | 4. Me ocurre o lo hago a menudo<br>5. Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia |
|  |                             | Buscar Pertenencia       | 06,25,43,61,77 |  |
|  |                             | Hacerse Ilusiones        | 07,26,44,62,78 | 1. No me ocurre o nunca lo hago  |
|  |                             | Falta de Afrontamiento   | 08,27,45,63,79 | 2. Me ocurre o lo hago raras veces   |
|  |                             | Ignorar el Problema      | 12,30,48,66    | 3. Me ocurre o lo hago algunas veces   |
|  |                             | Reducción de la Tensión  | 9,28,46,64,80  | 4. Me ocurre o lo hago a menudo<br>5. Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia |
|  |                             | Reservarlo para Sí       | 14,32,50,68    |  |
|  | Auto inculparse             | 13,31,49,67              |                |  |



# INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

## Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes

### Anexo 1

#### Instrucciones

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

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

Por ejemplo, si *algunas veces* te enfrentas a tus problemas mediante la acción de "Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema", deberías marcar la C como se indica continuación:

- |  |   |   |              |   |   |
|--|---|---|--------------|---|---|
| 1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema              | A | B | <del>C</del> | D | E |
| 1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema              | A | B | C            | D | E |
| 2. Me dedico a resolver lo que está provocando el problema                                   | A | B | C            | D | E |
| 3. Sigo con mis tareas como es debido  | A | B | C            | D | E |
| 4. Me preocupo por mi futuro   | A | B | C            | D | E |
| 5. Me reúno con mis amigos más cercanos  | A | B | C            | D | E |
| 6. Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan                          | A | B | C            | D | E |
| 7. Espero que me ocurra lo mejor   | A | B | C            | D | E |
| 8. Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada                          | A | B | C            | D | E |
| 9. Me pongo a llorar y/o gritar  | A | B | C            | D | E |
| 10. Organizo una acción en relación con mi problema  | A | B | C            | D | E |
| 11. Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema           | A | B | C            | D | E |
| 12. Ignoro el problema   | A | B | C            | D | E |
| 13. Ante los problemas, tiendo a criticarme  | A | B | C            | D | E |
| 14. Guardo mis sentimientos para mí solo(a)  | A | B | C            | D | E |
| 15. Dejo que Dios me ayude con mis problemas   | A | B | C            | D | E |
| 16. Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves | A | B | C            | D | E |
| 17. Pido consejo a una persona que tenga más conocimiento que yo                             | A | B | C            | D | E |

*Canessa*

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| 18. Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc. | A | B | C | D | E |
| 19. Practico un deporte   | A | B | C | D | E |
| 20. Hablo con otros para apoyarnos mutuamente   | A | B | C | D | E |
| 21. Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades   | A | B | C | D | E |
| 22. Sigo asistiendo a clases  | A | B | C | D | E |
| 23. Me preocupo por buscar mi felicidad   | A | B | C | D | E |
| 24. Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)  | A | B | C | D | E |
| 25. Me preocupo por mis relaciones con los demás  | A | B | C | D | E |
| 26. Espero que un milagro resuelva mis problemas  | A | B | C | D | E |
| 27. Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)   | A | B | C | D | E |
| 28. Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas   | A | B | C | D | E |
| 29. Organizo un grupo que se ocupe del problema   | A | B | C | D | E |
| 30. Decido ignorar conscientemente el problema  | A | B | C | D | E |
| 31. Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas  | A | B | C | D | E |
| 32. Evito estar con la gente  | A | B | C | D | E |
| 33. Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas  | A | B | C | D | E |
| 34. Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas                                       | A | B | C | D | E |
| 35. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas   | A | B | C | D | E |
| 36. Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades   | A | B | C | D | E |
| 37. Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud   | A | B | C | D | E |
| 38. Busco ánimo en otras personas   | A | B | C | D | E |
| 39. Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta   | A | B | C | D | E |
| 40. Trabajo intensamente (Trabajo duro)   | A | B | C | D | E |
| 41. Me preocupo por lo que está pasando   | A | B | C | D | E |
| 42. Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)   | A | B | C | D | E |
| 43. Trato de adaptarme a mis amigos   | A | B | C | D | E |
| 44. Espero que el problema se resuelva por sí solo  | A | B | C | D | E |
| 45. Me pongo mal (Me enfermo)   | A | B | C | D | E |
| 46. Culpo a los demás de mis problemas  | A | B | C | D | E |
| 47. Me reúno con otras personas para analizar el problema   | A | B | C | D | E |
| 48. Saco el problema de mi mente  | A | B | C | D | E |
| 49. Me siento culpable por los problemas que me ocurren   | A | B | C | D | E |
| 50. Evito que otros se enteren de lo que me preocupa  | A | B | C | D | E |
| 51. Leo la Biblia o un libro sagrado  | A | B | C | D | E |
| 52. Trato de tener una visión positiva de la vida   | A | B | C | D | E |
| 53. Pido ayuda a un profesional   | A | B | C | D | E |
| 54. Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan  | A | B | C | D | E |
| 55. Hago ejercicios físicos para distraerme   | A | B | C | D | E |
| 56. Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él   | A | B | C | D | E |
| 57. Pienso en lo que estoy haciendo y por qué lo hago   | A | B | C | D | E |
| 58. Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo   | A | B | C | D | E |
| 59. Me preocupo por las cosas que me puedan pasar   | A | B | C | D | E |
| 60. Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica  | A | B | C | D | E |
| 61. Trato de mejorar mi relación personal con los demás   | A | B | C | D | E |
| 62. Sueño despierto que las cosas van a mejorar   | A | B | C | D | E |

*Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes*

|  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
| 63. Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos  | A | B | C | D | E |
| 64. Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo                        | A | B | C | D | E |
| 65. Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo                                  | A | B | C | D | E |
| 66. Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitarlos   | A | B | C | D | E |
| 67. Me considero culpable de los problemas que me afectan  | A | B | C | D | E |
| 68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento                                       | A | B | C | D | E |
| 69. Pido a Dios que cuide de mí  | A | B | C | D | E |
| 70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas  | A | B | C | D | E |
| 71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo                       | A | B | C | D | E |
| 72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas             | A | B | C | D | E |
| 73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema  | A | B | C | D | E |
| 74. Me dedico a mis tareas en vez de salir   | A | B | C | D | E |
| 75. Me preocupo por el futuro del mundo  | A | B | C | D | E |
| 76. Procuro pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir                               | A | B | C | D | E |
| 77. Hago lo que quieren mis amigos   | A | B | C | D | E |
| 78. Me imagino que las cosas van a ir mejor  | A | B | C | D | E |
| 79. Sufro dolores de cabeza o de estómago  | A | B | C | D | E |
| 80. Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar o gritar o beber o tomar drogas | A | B | C | D | E |

*Fuente: Universidad de Lima (2002)*

## VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

Validez de contenido por criterio de expertos en la escala Resolver el problema.

| N° ítems  | Claridad |               |          | Relevancia |               |          |
|-----------|----------|---------------|----------|------------|---------------|----------|
|           | Total    | % de acuerdos | Sig.( p) | Total      | % de acuerdos | Sig.( p) |
| 2         | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 3         | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 5         | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 16        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 18        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 19        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 21        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 22        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 24        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 34        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 36        | 4        | 80            | -        | 5          | 100           | 0.032*   |
| 37        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 39        | 5        | 100           | 0.032*   | 4          | 80            | -        |
| 40        | 4        | 80            | -        | 5          | 100           | 0.032*   |
| 42        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 52        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 54        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 55        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 57        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 58        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 60        | 5        | 100           | 0.032*   | 4          | 80            | -        |
| 70        | 4        | 80            | -        | 5          | 100           | 0.032*   |
| 73        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 74        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 76        | 4        | 80            | -        | 5          | 100           | 0.032*   |
| $\bar{x}$ | 4.84     | 96.8%         | 0.032*   | 4.92       | 98.4          | .032*    |

Nota: \*\*p<.01 \*p<.05 / Fuente: Datos alcanzados en el estudio

Validez de contenido por criterio de expertos en la escala Referencia a otros.

| N° ítems  | Claridad |               |          | Relevancia |               |          |
|-----------|----------|---------------|----------|------------|---------------|----------|
|           | Total    | % de acuerdos | Sig.( p) | Total      | % de acuerdos | Sig.( p) |
| 1         | 3        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 10        | 4        | 80            | -        | 5          | 100           | 0.032*   |
| 11        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 15        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 17        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 20        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 29        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 33        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 35        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 38        | 4        | 80            | -        | 5          | 100           | 0.032*   |
| 47        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 51        | 4        | 80            | -        | 5          | 100           | 0.032*   |
| 53        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 56        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 65        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 69        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 71        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 72        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| $\bar{x}$ | 4.84     | 96.7%         | 0.032*   | 5          | 100           | .032*    |

Nota: \*\*p<.01 \*p<.05 / Fuente: Datos alcanzados en el estudio

Validez de contenido por criterio de expertos en la escala Afrontamiento no productivo.

| N° ítems  | Claridad |               |          | Relevancia |               |          |
|-----------|----------|---------------|----------|------------|---------------|----------|
|           | Total    | % de acuerdos | Sig.( p) | Total      | % de acuerdos | Sig.( p) |
| 4         | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 6         | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 7         | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 8         | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 9         | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 12        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 13        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 14        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 23        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 25        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 26        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 27        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 28        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 30        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 31        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 32        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 39        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 41        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 43        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 44        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 45        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 46        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 48        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 49        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 50        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 61        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 62        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 63        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 64        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 66        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 67        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 68        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 75        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 77        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 78        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 79        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| 80        | 5        | 100           | 0.032*   | 5          | 100           | 0.032*   |
| $\bar{x}$ | 5        | 100%          | 0.032*   | 5          | 100           | .032*    |

Nota: \*\*p<.01 \*p<.05 / Fuente: Datos alcanzados en el estudio

*Fuente: Gonzales y Quiroga (2016)*

## CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

| Estrategia | Alfa de Cronbach |
|------------|------------------|
| Rp         | .704             |
| Es         | .736             |
| Ai         | .707             |
| Po         | .701             |
| Dr         | .710             |
| Fi         | .744             |
| Ap         | .770             |
| Ae         | .710             |
| So         | .720             |
| As         | .711             |
| Pr         | .712             |
| Pe         | .702             |
| Hi         | .711             |
| Na         | .701             |
| Ip         | .703             |
| Rt         | .700             |
| Re         | .699             |
| Cu         | .701             |

*Fuente: Gonzales y Quiroga (2016)*

# CONSTANCIA DE INSTITUCIÓN EDUCATIVA



IE. N° 1179 – Tomás Alva Edison Ugel 05 EA-SJL



PERÚ

Ministerio  
de Educación

## CONSTANCIA

Sr Nicolás Carpio Sánchez

Director de la Institución educativa N° 1179 "Tomás Alva Edison"

Presente.

Por medio de la presente dejamos constancia que los bachilleres, Br. Franco Rezza Christian y Br. Sandoval Carpio Jackeline Pamela, alumnos de la carrera de psicología impartida en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Los Andes, realizaron satisfactoriamente sus evaluaciones tesis en esta Institución Educativa durante el periodo comprendido del 30 de noviembre al 10 de diciembre del presente año, con los permisos correspondientes, según carta y compromisos firmados con autoridades.

Por la que, a petición de los interesados, se expide la presente CONSTANCIA por haber aplicado una prueba Psicológica para una tesis.

Atentamente,



*Nicolás Carpio Sánchez*  
Lic. Nicolás Carpio Sánchez

(Nombre, firma y sello)  
Director Nicolás Carpio Sánchez











# CONSENTIMIENTO/ASENTIMIENTO INFORMADO



UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi menor hijo(a) como parte de la investigación denominada "ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DEL TERCERO, CUARTO Y QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, LIMA 2020.", mediante la firma de este documento acepto la participación voluntaria de mi menor hijo(a) en el trabajo que se está llevando a cabo y conducido por los investigadores responsables: FRANCO REZZA CHRISTIAN Y SANDOVAL CARPIO JACKELINE PAMELA

Se me ha notificado que la participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puede rehusarse a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender su participación en cualquier momento, sin que ello le ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que sus respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará su identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, 01 de Diciembre del 2020.



Carlos Chucas Nely  
Apellidos y nombres: .....  
N° DNI: 46777084

Responsable de investigación  
Apellidos y nombres: Sandoval Carpio Jackeline  
Pamela  
D.N.I. N° 70823890  
N° de teléfono/celular: 949280654  
Email: jacky.sandoval17@gmail.com  
Firma: .....

Responsable de investigación  
Apellidos y nombres: Franco Rezza Christian  
D.N.I. N° 46880660  
N° de teléfono/celular: 957634083  
Email: cfrancorezza@gmail.com  
Firma: .....

2021-02-01 18:10



**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

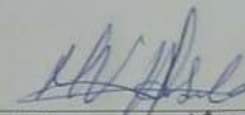
Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi menor hijo(a) como parte de la investigación denominada “ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DEL TERCERO, CUARTO Y QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, LIMA 2020.”, mediante la firma de este documento acepto la participación voluntaria de mi menor hijo(a) en el trabajo que se está llevando a cabo y conducido por los investigadores responsables: **FRANCO REZZA CHRISTIAN Y SANDOVAL CARPIO JACKELINE PAMELA**

Se me ha notificado que la participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puede rehusarse a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender su participación en cualquier momento, sin que ello le ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que sus respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará su identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, 01 de Diciembre del 2020.



  
Apellidos y nombres: Maria Virginia Huanay  
N° DNI: 10130024

**1. Responsable de investigación**

Apellidos y nombres: Sandoval Carpio Jackeline Pamela  
D.N.I. N° 70823890  
N° de teléfono/celular: 949280654  
Email: jacky.sandoval17@gmail.com  
Firma: .....

**2. Responsable de investigación**

Apellidos y nombres: Franco Rezza Christian  
D.N.I. N° 46880660  
N° de teléfono/celular: 957634083  
Email: cfrancorezza@gmail.com  
Firma: .....

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi menor hijo(a) como parte de la investigación denominada "ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DEL TERCERO, CUARTO Y QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, LIMA 2020.", mediante la firma de este documento acepto la participación voluntaria de mi menor hijo(a) en el trabajo que se está llevando a cabo y conducido por los investigadores responsables: FRANCO REZZA CHRISTIAN Y SANDOVAL CARPIO JACKELINE PAMELA

Se me ha notificado que la participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puede rehusarse a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender su participación en cualquier momento, sin que ello le ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que sus respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará su identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, 01 de Diciembre del 2020.



Apellidos y nombres: Antonella Vergara Sánchez

N° DNI: 08177549

**1. Responsable de investigación**

Apellidos y nombres: Sandoval Carpio Jackeline  
Pamela  
D.N.I. N° 70823890  
N° de teléfono/celular: 949280654  
Email: jacky.sandoval17@gmail.com  
Firma: .....

**2. Responsable de investigación**

Apellidos y nombres: Franco Rezza Christian  
D.N.I. N° 46880660  
N° de teléfono/celular: 957634083  
Email: cfrancorezza@gmail.com  
Firma: .....

No se pueden editar las respuestas

## Escalas de Afrontamiento para Adolescentes

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

La siguiente escala a desarrollar tiene como finalidad determinar los Estilos de Afrontamiento en Adolescentes, si usted accede a participar de este estudio, se le pedirá responder todas las preguntas, esto le tomará entre 15 a 25 minutos.

- La participación de este estudio es estrictamente voluntaria.
- Si tiene alguna duda sobre alguna pregunta, puede consultar en cualquier momento durante su participación.
- Recuerde que en cualquier momento durante el desarrollo de la prueba puede retirarse dando aviso a los investigadores a cargo.

Desde ya le agradecemos su participación.

\*Obligatorio

¿Desea participar en esta investigación? \*

Sí

No

### Datos personales

Nombre y Apellidos \*

Stephany Reina Martinez

Grado y Sección \*

Sero A

Edad \*

15

No se pueden editar las respuestas

# Escalas de Afrontamiento para Adolescentes

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

La siguiente escala a desarrollar tiene como finalidad determinar los Estilos de Afrontamiento en Adolescentes, si usted accede a participar de este estudio, se le pedirá responder todas las preguntas, esto le tomará entre 15 a 25 minutos.

- . La participación de este estudio es estrictamente voluntaria.
- . Si tiene alguna duda sobre alguna pregunta, puede consultar en cualquier momento durante su participación.
- . Recuerde que en cualquier momento durante el desarrollo de la prueba puede retirarse dando aviso a los investigadores a cargo.

Desde ya le agradecemos su participación.

\*Obligatorio

¿Desea participar en esta Investigación? \*

Sí

No

## Datos personales

Nombre y Apellidos \*

Andrés José Pérez Rojas

Grado y Sección \*

Sero A

Edad \*

15



## FOTOS DE LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO

**Esoales de Afrontamiento para Adolescentes**

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

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

Por ejemplo, si algunas veces te enfrentas a tus problemas mediante la acción de "Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema", deberías marcar la C como se indica a continuación:

1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema. "C"

1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema. \*

A  
 B  
 C  
 D  
 E

2. Me dedico a resolver lo que está provocando el problema. \*

A  
 B  
 C  
 D  
 E

3. Sigo con mis tareas como es debido. \*

4to Año CLASES REMOTAS  
Miss, +51 902 054 676, +51 902 806 443, +51 910 076 292, +51 910 248 584, +51 910 257 144, +51 912 415 ...

+51 924 091 513 ~Fabricio Sebastian  
Buenas tardes profesor, soy el estudiante Fabricio Laupa De la Cruz. 3:08 p. m.

profesora\* 3:08 p. m.

Miss Gaby  
Deseo empezar la sesión felicitando a los estudiantes que puntualmente envían sus actividades y retos semanales y están dando el 101% para el desarrollo y cumplimiento de sus actividades y lograr sus aprendizajes requeridos para este año , muy aparte de su asistencia y puntualidad...!!! 3:09 p. m.

Esta tarde tenemos la compañía del Psicólogo Christian Franco Rezza quien va a trabajar con uds por breves minutos de tiempo..Ya les explicará en qué consistirá su trabajo con uds. 3:12 p. m.

Muchas gracias ...!! 3:12 p. m.

Buenos tardes chicos y chicas, les saluda el Psicologo Christian Franco y la Psi. Jackeline Sandoval, estamos realizando una investigación acerca de los Estilos de Afrontamiento frente a estres, este estudio nos ayudará a poder entender como los adolescentes afrontan situaciones de estres, les doy las gracias de antemano por participar 😊 3:12 p. m. ✓

+51 918 135 318 ~❤️ Shirley Isuiza ❤️  
Buenas tardes profesora soy la alumna Shirley isuiza Tuanama 3:15 p. m.

+51 929 583 947 ~Betancourt Chan  
Buenas tardes Sr Franco, soy la estudiante Rebeca Betancourt. Gracias por tomarse el tiempo ¡Vamos a participar! 3:15 p. m.

Muchas veces el estres genera en nosotros algunos comportamientos o problemas en general que no sabemos como afrontar correctamente, por eso hoy cada uno de ustedes respondera un cuestionario para poder saber como reaccioban en estas situaciones. 3:15 p. m. ✓

+51 929 583 947  
Buenas tardes Sr Franco, soy la estudiante Rebeca Betancourt. Gracias por tomarse el tiempo ¡Vamos a participar!  
Hola Rebeca, muchas gracias 3:15 p. m. ✓

+51 924 091 513 ~Fabricio Sebastian  
Tú  
Buenos tardes chicos y chicas, les saluda el Psicologo Christian Franco y la Psi. Jackeline Sandoval, estamos realizando una investigación acerca de los Estilos de Afrontamiento frente a estres, este estudio nos ayudará a poder entender como los adolescentes afrontan situaciones de estres, les do...  
Buenas tardes dr. Christian 3:16 p. m.

0:48 3:16 p. m. ✓

Para comenzar necesito que tengan un papel y lapicero y copien esta imagen: 3:17 p. m. ✓

➔ Reenviado

Escribe un mensaje

