

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de La Salud

Escuela Profesional de Psicología



TESIS

Título : ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS QUE PREDOMINAN EN USUARIOS DE UNA COMUNIDAD TERAPÉUTICA EN TIEMPOS DE PANDEMIA DE LIMA, 2021.

Para Optar : Título profesional de Psicóloga.

Autores : Bach. Munguía Quijada Bertha del Rosario.
Bach. Cárdenas Ríos Brigitte Katherine.

Asesor metodológico : Mg. Nilton David Vílchez Galarza.

Asesor temático : Mg. José Antonio Cuadros Espinoza.

Línea de Investigación Institucional: Salud y Gestión de la salud.

Fecha de inicio y culminación: 22 de mayo - 25 de septiembre.

Huancayo – Perú - 2021

DEDICATORIA

A mi padre Hernán que está en el cielo guiando mis pasos, a mi madre Elida por su apoyo incansable en cada una de las metas trazadas y a mi Amado Esposo Rafael por la motivación y el apoyo incondicional en la realización de este gran sueño.

A mi madre Roxana que siempre confió en mí y apoyo cada decisión tomada, a mi padre Christian que con su ejemplo me alienta cada día para ser una persona humilde y servicial, a mi abuela Elva, mi novio Jeancarlo y mi hermana Angie que estuvieron motivándome para la realización de este sueño.

Las Autoras.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos en primer lugar a nuestro creador quien nos dio la dicha de vivir y realizar nuestras metas.

A nuestros padres que fueron el motor y motivación para poder dar este paso importante en nuestras vidas.

A nuestros compañeros de vida quienes estuvieron pendientes de nuestras dificultades con su paciencia, amor y apoyo incondicional.

A nuestra alma mater la Universidad Peruana los Andes, por brindarnos los conocimientos y enseñanzas en pro de nuestro desarrollo profesional.

A nuestros asesores Mg. David Vílchez, Mg. José Cuadros y al Dr. Moisés Huamancaja, por su paciencia, sus enseñanzas y por el tiempo dedicado para la culminación de este gran sueño.

Bertha y Brigitte

INTRODUCCIÓN

Para la mayoría de personas en el mundo, la pandemia por el covid - 19 ha traído consigo muchos cambios a nivel emocional y cognitivo, trayendo muchas dificultades como estrés, ansiedad, depresión, entre otros. Es por ello que la presente investigación tiene como finalidad el poder identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una Comunidad Terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Dado que nos es de mucha importancia identificar dichos estilos de afrontamiento al estrés de esta población para poder darle el abordaje necesario y poder ayudarlos en su proceso de recuperación.

Jiménez, Avaris y Valle (2012) nos describen a los estilos de afrontamiento como diversos pensamientos y conductas que todo individuo utiliza con la finalidad de tener excelentes respuestas frente a un acontecimiento estresante, sea para adquirir un equilibrio en los resultados emocionales o para cambiar el conflicto. Es por ello de la importancia de identificar aquellos estilos de afrontamiento predominantes en dichos usuarios.

Para realizar la finalidad del presente proyecto, la investigación estuvo bajo una metodología cuyo enfoque es cuantitativo y tiene un diseño No Experimental transversal de tipo descriptivo. Para lo cual buscamos una población de 100 usuarios de una comunidad terapéutica de Lima, de los que se evaluó a una muestra de 80 usuarios de dicha comunidad, utilizando el muestreo no probabilístico intencional, para la realización de la evaluación se hizo uso de un instrumento el que se denomina Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE).

En el capítulo I, se precisa la explicación de la realidad problemática donde damos a conocer diferente datos que resultan importantes que se puedan conocer para entender el objetivo de la investigación , seguido de la delimitación del problema y en consecuencia se plantea el siguiente problema: ¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una Comunidad Terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?., además se justifica de manera social,

teórica y metodológica y finalmente se explican los objetivos de la investigación teniendo como objetivo general: Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una Comunidad Terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

En el capítulo II, ubicamos los antecedentes a nivel internacional, así como también los antecedentes a nivel nacional, resaltando que no se encontraron muchos estudios con la población en la cual se realizó el estudio seguidos de las bases teóricas las cuales se mencionan los modelos de Lazarus y Folkman (1986) que nos hablan sobre los estilos de afrontamiento, culminando el capítulo con el marco conceptual.

En el capítulo III, hallamos a la hipótesis donde hacemos referencia que la presente investigación no se realizó el planteamiento de la hipótesis, debido a que no es un estudio que pretende predecir un fenómeno, luego se realiza la definición conceptual y operacional de las variables.

En el capítulo IV, en este capítulo hacemos referencia a la metodología de la investigación, señalando el tipo, nivel y diseño de investigación, como también la población y muestra del presente estudio. También mencionamos todo lo referente a las técnicas e instrumentos de recolección de datos, seguidas de las técnicas de procesamiento y análisis de datos, culminando con los aspectos éticos de la investigación.

En el capítulo V, realizamos el análisis y discusión de resultados, las conclusiones y recomendaciones.

CONTENIDOS

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO	3
INTRODUCCIÓN	3
CONTENIDOS	6
CONTENIDO DE TABLAS	9
CONTENIDO DE FIGURAS	10
RESUMEN	11
ABSTRACT	12
CAPÍTULO I	13
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	13
1.1. Descripción de la realidad problemática	13
1.2. Delimitación del problema	17
1.2.1. Delimitación temporal.	17
1.2.2. Delimitación Espacial	17
1.2.3. Delimitación Teórica	17
1.3. Formulación del problema	17
1.3.1. Problema General	17
1.3.2. Problemas Específicos	17
1.4. Justificación	18
1.4.1. Social	18
1.4.2. Teórica	19
1.4.3. Metodológica	19
1.5. Objetivos	20
1.5.1. Objetivo General	20
1.5.2. Objetivo(s) Específico(s)	20
CAPITULO II	21
MARCO TEÓRICO	21
2.1. Antecedentes de la Investigación	21
2.2 Bases Teóricos o Científicas	27
2.3. Marco Conceptual	36

CAPÍTULO III	37
HIPÓTESIS	37
3.1. Hipótesis	37
3.2. Variables	37
CAPÍTULO IV	39
METODOLOGÍA	39
4.1. Método de la Investigación	39
4.2. Tipo de Investigación	39
4.3. Nivel de Investigación	39
4.4. Diseño de la Investigación	39
4.5. Población y muestra	40
4.6. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos	42
4.7. Técnicas de procesamientos y análisis de datos	46
4.8. Aspectos éticos de la Investigación	46
CAPÍTULO V	48
RESULTADOS	48
5.1. Logro de objetivos	48
5.1.1. Logro del objetivo general	48
5.1.2. Logro de objetivos específicos	50
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	55
CONCLUSIONES	55
RECOMENDACIONES	61
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	70
ANEXOS	

Anexo 1: Matriz de Consistencia

Anexo 2: Matriz de Operacionalización de Variables

Anexo 3: Matriz de Operacionalización de Instrumento

Anexo 4: Instrumento de la investigación y constancia de su aplicación

Anexo 5: Consentimiento Informado

Anexo 6: Declaración de Confidencialidad

Anexo 7: Compromiso de Autoría

Anexo 8: Solicitud a la institución

Anexo 9: Carta de aceptación de la institución

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1 <i>Población de la Comunidad Terapéutica</i>	¡Error! Marcador no definido.
Tabla 2 <i>Resultado estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una Comunidad Terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.</i>	48
Tabla 3 <i>Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.</i>	50
Tabla 4 <i>Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021</i>	501
Tabla 5 <i>Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado a otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.</i>	¡Error! Marcador no definido.

CONTENIDO DE FIGURAS

- Figura 1 *Resultado estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una Comunidad Terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.* **¡Error! Marcador no definido.**
- Figura 2 *Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.* 49
- Figura 3 *Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.* **¡Error! Marcador no definido.**
- Figura 4 *Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado a otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.* **¡Error! Marcador no definido.**

RESUMEN

La investigación titulada Estilos de afrontamiento al estrés que predominan en usuarios de una comunidad terapéutica en tiempos de pandemia de Lima 2021, tiene como propósito identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Para lo cual se formuló el problema ¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?. La investigación se ubica en el enfoque cuantitativo, tipo de investigación básica, nivel descriptivo, diseño descriptivo simple con una sola variable, la muestra está conformada por 80 usuarios de una comunidad terapéutica de Lima. a las que se les aplicó el instrumento de investigación Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) de Carver et. al (1989), el análisis estadístico se desarrolló en base a las tres dimensiones y los 13 modos de estilos de afrontamiento al estrés. Al finalizar la investigación se llegó a la conclusión que el estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el enfocado al problema en usuarios de una comunidad terapéutica en tiempos de pandemia de Lima, 2021., luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene que en el estilo enfocado al problema son el 83% de usuarios que tienen un afrontamiento alto al estrés, mientras en el estilo enfocado a la emoción son 81% de usuarios, finalmente en enfocado en otros estilos emocionales son el 20% de usuarios. Así mismo se recomienda la Universidad Peruana Los Andes publicar la investigación en los repositorios. También a la comunidad terapéutica se le recomienda fortalecer los estilos de afrontamiento al estrés a través de talleres y acompañamientos que permitan a los usuarios encontrar otras estrategias alternativas, reuniones de sensibilización con el objetivo de mantener los estilos de afrontamiento. A los usuarios recomendamos asumir modos de afrontamiento más adecuadas.

Palabras clave. estilo de afrontamiento, estrés, problema, emoción.

ABSTRACT

The investigation registered as a legitimate real estate property Styles from confrontation to the stress that 2021 predominate in users of a therapeutic community in times of pandemia of Lima, you have like purpose identifying the style from confrontation to the stress that predominates in users of a therapeutic community in times of pandemia of Lima, 2021. The one for which the problem was formulated What is the predominance of the styles from confrontation to the stress in users of a therapeutic community during the pandemia Lima, 2021?. Investigation is located at the quantitative focus, fact-finding letter type. He developed to the, the statistical analysis on the basis of three dimension and the 13 manners of styles from confrontation to the stress. He took place to the conclusion that The style from confrontation to the stress that predominates is the focused to the problem in users of a therapeutic community in times of pandemia of Lima when finalizing investigation, 2021., It is had right after applying the fact-finding instrument than in the style focused to the problem they are 83 % of users that have a high confrontation to the stress, while in the style once the emotion was focused they are 81 % of users, finally in focused in other emotional styles they are 20 % of users. The Peruvian University likewise is recommended Andes to publish the investigation in the repositorios. The therapeutic community also is advised to strengthen the styles from confrontation to the stress through workshops and accompaniments that they allow the users finding other alternative strategies, meetings of sensitization for the sake of holding the styles of confrontation. We recommended to assume to the users best-suited manners of confrontation.

Key words. Style of confrontation, stress, problem, emotion.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

Según lo mencionado en su teoría Lazarus y Folkman (1986) el afrontamiento está determinado como esfuerzos cognitivos y conductuales que lleva a cabo la persona para afrontar a una situación evaluada como estresante. El enlace entre estrés y afrontamiento es recíproco, dado que las acciones que efectúa una persona para afrontar un problema perjudican su valoración y dicha valoración afectará en el nivel de estrés que a su vez influirá en el afrontamiento (Solano, 2017). Así mismo, la teoría de Lazarus y Folkman (1989) definen el concepto de estrés a las interrelaciones que produce el individuo y su contexto en el que desarrolla, dando a conocer que el estrés es producido cuando el individuo considera lo sucedido como algo que excede los medios con lo que puede contar y coloca en riesgo su comodidad personal (Vera, 2004).

Así mismo, la Asociación Americana de Psicología (APA, s.f.) proporcionó datos del impacto epidemiológico del estrés señalando que el estrés es una enfermedad reciente que cada año aumenta y que se denota de una manera diferente así en hombres como en mujeres, resaltando que las mujeres experimentan estrés con mayor incidencia a diferencia que los hombres. (Herrera, Coria, Muños, Graillet, Aranda, Rojas, Hernández, Nafissa, 2017). Dicha problemática ha variado respecto al contexto en el cual nos desarrollamos actualmente dado que según un estudio realizado en España a inicios del 2020 cuando el brote de covid-19 se iba dando a conocer, refiere que de 1210 personas en 194 ciudades de china a quienes iba dirigido la escala de depresión, ansiedad y estrés (DASS-21) cuya finalidad de esta encuesta en línea fue conocer el impacto psicológico, ansiedad, depresión y estrés en el periodo inicial del brote del Covid -19, el 16.5% de los participante presento señales depresivos de moderados a graves; el 28,8% señales de ansiedad de

moderados a graves-, y el 8,1% indicó niveles de estrés de moderados a graves (Ozamiz, Dosis, Idoiaga, 2020).

Es importante también señalar que según el último Informe Mundial de las Drogas 2020 de la UNODC son muchos los casos de usuarios con drogodependencia, siendo esta una problemática de salud pública el cual alcanza niveles elevados en el mundo y son creciente día a día alrededor de 169.000 millones de personas utilizaron drogas a nivel mundial dentro del 2018, esto refiere un incremento de un 30 % en relación al 2009 mientras que, más de 35 millones de personas padecen de trastornos por el consumo de drogas, también cabe señalar que hay un impacto del covid - 19 en los mercados de drogas. Así mismo, el incremento del desempleo y minoría de oportunidades provocadas por la pandemia puede afectar de manera desproporcionada a la población de bajos recursos, convirtiéndolas en más endeble al consumo de drogas, tráfico ilícito y cultivo para obtener dinero señalado por el Informe mundial sobre las drogas. (UNODC, 2020).

Así mismo, la Directora Ejecutiva de la UNODC afirma que los grupos con marginación y en condiciones de riesgo como jóvenes, mujeres y personas en situación de pobreza son afectadas por el problema global de las drogas. La crisis por el COVID -19 y el retroceso económico amenazan con aumentar aún más los efectos de las drogas en un momento donde los sistemas sanitarios han sido llevados al tope y es la sociedad quien lucha para afrontar estas dificultades. (Ghada, 2020).

Según fuentes como CEDRO en el año 2015 en nuestro país la situación no se aleja de la realidad en general. En primer lugar, porque a Perú se le estima como un país productor de drogas, en el que también de ofrecerlas a costos bajos, existe una sencilla entrada de los habitantes a las drogas (Ambrosio, 2020). Por otro lado, La Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin

Drogas en el año 2014 proporciona que se encuentran aproximadamente 600 000 peruanos con uso cuestionable de alcohol (OH). En cuanto a la adicción a sustancia, informa cerca de medio millón por dependencia a OH, 468 158 casos por dependencia a tabaco; 58 556 casos por dependencia a marihuana (THC); 33 280 casos por dependencia a pasta básica de cocaína (PBC); y 23 852 casos por dependencia a clorhidrato de cocaína (Ambrosio, 2020).

En el 2018 el Ministerio de Salud reportó que el propio gobierno peruano agrupa a la adicción y al consumo de drogas como un problema de salud nacional debido a la situación que tiene y a los costos que le proporciona al país; sin referir la preferencia en el aumento de atenciones por adicciones en centros de salud entre 2009 y 2017 (Ambrosio, 2020).

En los últimos años se han realizado diversas investigaciones sobre los estudios de afrontamiento al estrés, Izquierdo (2020) refiere sobre la relevancia de construir estrategias de afrontamiento, señalando que diariamente nos hallamos en la necesidad de tomar algunas decisiones ante la gama de situaciones conflictivas y que se necesitan habilidades para solucionar dichas dificultades, para lo cual requerimos utilizar diversas estrategias que si fuesen identificadas por cada uno de nosotros podrían emplearse para provecho de quien las necesite, es por ello que considera que si se obtuviese más conocimiento sobre las estrategias de afrontamiento estas estrategias serían empleadas para enfrentar de manera pragmática las contrariedades que se puedan presentar en la vida diaria.

Cabe señalar también que Ambrosio (2020) realiza una investigación donde refiere que el afrontamiento religioso la interpretación positiva y la planificación son los estilos de afrontamiento que más se ha utilizado en pacientes con problemas de drogodependencia para lo cual llegó a la

conclusión que la técnica más usada es el afrontamiento religioso y la menos usada es el desistimiento conductual.

Por otro lado, el estudio de los estilos y estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés interpersonal es un aspecto de interés principal para el bienestar de nuestra mente, teniendo una habituación al ambiente respecto a las relaciones entre otras personas y apoyo social, considerado como un pilar básico en la salud mental. Por lo cual los estilos y estrategias de afrontamiento que preside el individuo y que usa de manera usual, siendo como un mediador, o una dificultad, para vincularnos de manera adecuada con los demás. Es por eso que el poder conocer los estilos de afrontamiento al estrés de una persona sería un primer paso (Castaño y León, 2010).

Finalmente, es importante mencionar que de acuerdo a las declaraciones del jefe del departamento de psicología de una comunidad terapéutica quien indica que los usuarios que se encuentran realizando su programa de internamiento ingresan con diversas patologías duales, con distintas problemáticas las cuales hacen que varíe su estilo de afrontamiento, así mismo, refiere que dicha problemática sumada a la coyuntura en la que vivimos por el COVID - 19 habían suscitado situaciones como: pérdidas familiares repentinas y el poco o nulo contacto con los familiares de los usuarios en la modalidad presencial generando de cierta forma un impacto en ellos, de igual manera señaló que no habían disminuido la cantidad de los usuarios en las comunidades terapéuticas al contrario se mantenían o habían alcanzado el aforo e incluso en algunos casos se habían cerrado por casos de covid - 19 por constantes usuarios que ingresaban durante la pandemia. R. Rodríguez (comunicación personal, 29 de Mayo, 2021).

1.2 Delimitación del problema

1.2.1. Delimitación temporal.

El presente trabajo de investigación tuvo una duración de cuatro meses, iniciándose en mayo y culminando en septiembre del 2021.

1.2.2. Delimitación Espacial

La investigación se llevó a cabo en una comunidad terapéutica de Lima, la cual está ubicada en la Av. Gerardo Unger N° 6295 en el distrito de Los Olivos, Lima - Perú.

1.2.3. Delimitación Teórica

La investigación tendrá como propósito el estudio de la variable de estilos de afrontamiento planteado por Lazarus y Folkman (1986) mediante el cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés (COPE). Se realizará la recolección de datos de manera presencial utilizando todas las medidas de bioseguridad y realizando las concertaciones necesarias.

1.3 Formulación del problema

1.3.1. Problema General

¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?

1.3.2. Problemas Específicos

- ¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocados en el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?

- ¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?
- ¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?

1.4. Justificación

1.4.1. Social

El poder identificar los estilos de afrontamiento del estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica, benefició a dicha comunidad en su adecuada intervención, permitiéndoles identificar a fondo aquellas dificultades que intervengan en su proceso de recuperación, dado que a lo largo de su internamiento en la comunidad terapéutica viven diferentes situaciones que los llevaron a sentir estrés generando respuestas que ellos necesitaran manejar, llevándolos a una mejor rehabilitación. Finalmente, esto ayudo a mejorar los estilos de afrontamiento que en algunos casos puede verse debilitado y por ende entorpecer el proceso de recuperación. Por otro lado, fueron beneficiados los usuarios de la comunidad Terapéutica dado que ayudo a poder identificar la predominancia de los estilos de afrontamiento al estrés. Así mismo, dicha investigación permitió que futuros profesionales mejoren su intervención y la elaboración de nuevos instrumentos en base al estudio descriptivo realizado.

1.4.2. Teórica

Se identificó los estilos de afrontamiento en usuarios y se obtuvo los resultados donde entendimos cómo es la respuesta y cuál de los estilos predominó durante su rehabilitación y como lo refiere Lazarus (1989) que investigó el estrés y su relación con la cognición, centrándose en los procesos cognitivos que aparecen ante una situación estresante, por tal motivo el saber cuáles son las respuestas a situaciones estresantes ayudó a tener una mayor comprensión y mejorar el proceso de internamiento dado a su mejor estructura cognitiva referente al afrontamiento al estrés. La información de la investigación aporta para el abordaje del proceso que entiende al estilo de afrontamiento al estrés y por ende al comportamiento de los usuarios de la comunidad terapéutica.

1.4.3. Metodológica

La investigación permitió comprobar la utilidad del instrumento, el cual nos ayudó en la evaluación dicha problemática y así se pudo identificar los estilos de afrontamiento al estrés predominante en los usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Para ello, se utilizó el cuestionario de modos de afrontamiento del estrés, elaborado por Carver, Scheirer y Weintraub en 1989, el cual consta de 52 ítems y evaluó 13 estilos de Afrontamiento. A diferencia de otros instrumentos este nos permitió medir a través de los procesos cognitivos los cuales nos llevaron a conocer con mayor facilidad los distintos estilos de afrontamiento al estrés. Dicho instrumento cuenta con el adecuado criterio de validez y confiabilidad, los que fueron de mucha importancia porque permitieron medir de manera objetiva la variable en estudio.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

1.5.2. Objetivo(s) Específico(s)

- Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.
- Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.
- Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la Investigación

Internacionales

Moreno (2016) realizó un estudio titulado *“Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en personas adictas a sustancias”*. con la finalidad principal de conocer y diferenciar los niveles de inteligencia emocional en consumidores de alcohol y cocaína y también saber y discernir los distintos estilos de afrontamiento del estrés empleados en los dos grupos, para esto recurrió a la metodología tipo no experimental y diseño correlacional, cuya población de estudio está integrado por 30 individuos (3 del sexo femenino y 27 masculino) cuyas edades comprende desde los 20 y 64 años de edad; dividiéndose en dos grupos diferentes, consumidores de alcohol (N=17) y consumidores de cocaína (N=13), de los dos grupos como sustancias principales. La muestra forma parte a un programa de tratamiento de Proyecto Hombre en Guadalajara; siendo el grupo de alcohol en régimen residencial, y el grupo de cocaína en régimen ambulatorio. Se empleó un cuestionario sociodemográfico; según fuentes secundarias, “Trait Meta Mood Scale-24 (TMMS-24)” y “Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)”. Se obtuvo los siguientes resultados encontrándose mayores resultados en los que consumen alcohol (7,529) a diferencia de la cocaína (2.615); se llega a la conclusión que los individuos que consumen alcohol como sustancia inicial, tienen una tendencia superior a la utilizar de un estilo de afrontamiento “religioso” comparado de las que consumen cocaína; de igual manera con el estilo de afrontamiento “auto focalización negativa”, presentándose más en consumidores alcohólicos (12,117), que en el de cocaínas (9,307), lo que se concluye que existen estilos de afrontamiento “religioso” y “auto focalización negativa”, a diferencia de los estilos “búsqueda de apoyo social”,

“focalizados en la solución del problema”, “evitación” y “reevaluación positiva”, que no tienen enlace relevante entre el tipo de consumo.

Blanco (2016) realizó un estudio titulado “*Sentido de Vida y Estilos de Afrontamiento. Análisis Comparativo con Población Drogodependiente y General*”. su finalidad principal es valorar la influencia de la percepción de sentido en la propia vida respecto a los estilos de afrontamiento utilizados en personas drogodependientes comparándolo con la población general, para esto recurrió a una metodología tipo no experimental y diseño correlacional, cuyos participantes son 70 individuos de población general y 10 individuos drogodependientes en recuperación. Se utilizaron instrumentos como el Brief- COPE 28 y el PIL, ficha sociodemográfica que controla las variables externas. Se hizo uso de análisis de varianzas, correlaciones y pruebas no paramétricas para analizar los datos. Se obtuvieron los resultados, “el sentido de la vida” predice un 30,8% del estilo de afrontamiento centrado en el problema y un 16,4% del estilo de afrontamiento centrado en la evitación, se puede concluir que un nivel de percepción elevado del sentido de la vida influye en la elección de las estrategias de afrontamiento centradas en el problema, es decir teniendo actitudes a la modificación de un hecho estresante, por otro lado la baja percepción del sentido de la vida influye en la utilización en el uso de estrategias “evitativas” hacia el estresor, teniendo actitudes más pasivas desentendiéndose en la tarea de afrontamiento.

Berrueco (2017) realizó un estudio titulado “*Estilos parentales, adversidades, apego adulto, psicopatología y afrontamiento en drogodependientes en tratamiento*”, su objetivo principal contribuir a una mejorar la caracterización y comprensión de la asociación existente entre las relaciones afectivas, historia de adversidad, sintomatología, psicopatológica, afrontamiento y TEPT, y el trastorno por consumo de sustancias, para esto recurrió a una metodología de tipo no experimental y diseño correlacional, cuya población está compuesta por

200 individuos, que se agrupan de dos y se seleccionaron de forma incidentalmente: un grupo de estudio conformado por 100 individuos drogodependientes en tratamiento para su dependencia de heroína. Se utilizaron instrumentos como la Escala de Memorias de Infancia/ Adolescencia (EMBU), Cuestionario de Historia de Infancia/ Adolescencia (CHI), Escala de Evaluación del TEPT (EARAT), Inventario de Síntomas Psicopatológicos (BSI), Escala de Apego Adulto (EVA) y Escala de Afrontamiento (Brief Cope). Donde se obtuvo resultados sobre la importancia y necesidad de evaluar el afrontamiento para combatir el estrés característico en los usuarios drogodependientes y ayudar en el tratamiento de forma completa.

Añazco y Espinoza (2017), efectuó el estudio de título “*Estrategias de Afrontamiento en pacientes Drogodependientes en Proceso de Rehabilitación*”, cuya finalidad principalmente es la determinar cuál es la estrategia de afrontamiento más usadas en pacientes drogodependientes en proceso de rehabilitación, para esto recurrió una metodología no experimental de tipo transversal descriptivo, cuya población se hizo una aplicación a un grupo específico de 12 individuos (23% de la población), y luego se realizó una evaluación a 30 individuos que representaron el 57% de la población. Se utilizó los instrumentos de la escala “Modos de afrontamiento” de Lazarus y Folkman, también la escala de “Autoeficacia generalizada”. Concluyendo que las estrategias de afrontamiento más usadas fueron el “autocontrol” 16,51% y “la huida” y “evitación” con 16.31%, ambas estrategias conforman al afrontamiento dirigido a la regulación emocional, en situaciones de estrés de su vida cotidiana.

Villarreal, et.al (2020), realizó un estudio titulado “*Inteligencia emocional y estrés en adultos con y sin tratamiento contra la adicción al alcohol y drogas*”, con el objetivo de analizar la relación de la inteligencia emocional (IE) y el estrés percibido (EP) en un conjunto de hombres consumidores de alcohol y drogas a diferencia de un conjunto de no consumidores. Cuyo método:

es el diseño transversal. La muestra está conformada por 35 adultos drogodependientes y 35 adultos sin problemas de consumo, cuyas edades oscilaban entre los 18 a 61 años. La muestra utilizada se seleccionó de manera intencional, no probabilística. Se utilizaron los instrumentos como el Inventario de Inteligencia Emocional (EQ-I) y la Escala de Estrés Percibido (CEP). Cuyos resultados evidencian correlaciones significantes entre IE y el EP en el último año ($r = -.317$, p mayor .01), y también diferenciación entre ambos grupos, siendo la IE inferior en los adultos del grupo consumo con alto EP ($U=-3.918$, $p=.000$). Concluyendo que la diferencia entre grupos se explica debido al estrés asociado al alcohol o las drogas, facilitando el consumo y la pérdida del control.

Nacionales

Chipana (2016) realizó un estudio titulado “*Afrontamiento y espiritualidad en adultos varones pertenecientes a alcohólicos anónimos*”. con el objetivo principal identificar la relación entre afrontamiento y espiritualidad, para esto recurrió a una metodología tipo no experimental y diseño correlacional, cuya población de estudio estuvo conformada por de 34 varones entre los 25 y 60 años pertenecientes a Alcohólicos Anónimos (AA). Se utilizó el Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE) desarrollado por Carver et al. (1989) y el Cuestionario de Espiritualidad desarrollado por Parsian y Dunning (2009). Obteniendo los siguientes resultados se encontró un mayor uso de “reinterpretación positiva” con un puntaje 7.9 y de la estrategia “acudir a la religión” un puntaje de 7.8, así como un menor uso de “desentendimiento mental” un puntaje 3.4. No se reportó el uso de la estrategia “uso sustancias”. Llegando a la conclusión que hay correlaciones directas entre algunas de las estrategias de afrontamiento y las cuatro dimensiones de espiritualidad. De igual manera, se encontró una mayor presencia de la estrategia “reinterpretación positiva” y de “creencias espirituales”. Además, se encontró que el tiempo de

abstinencia, el tiempo de permanencia en AA y el acompañamiento incidieron en algunas de las escalas.

Solano (2017) realizó un estudio titulado *“Estilos de afrontamiento y riesgos de recaída en adictos residentes en comunidades terapéuticas”*. con el objetivo principal de determinar la relación entre los estilos de afrontamiento y el riesgo de recaída en adictos residentes en las Comunidades Terapéuticas de Lima metropolitana, para esto recurrió a una metodología de tipo no experimental y diseño correlacional, cuya población de estudio estuvo conformada adictos residentes en un programa de internamiento, con muestra de 240 adictos residentes de ambos sexos. Se utilizó el Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE) desarrollado por Carver et al. (1989) y el Cuestionario de Riesgo de Recaída AWARE 3.0 versión actualizada (2000). Los resultados obtenidos se encontraron la media de los diferentes estilos de afrontamiento utilizados por la muestra, siendo el estilo de afrontamiento dirigido a la “tarea el mayor”, dado que posee una media de 60.61, seguido del estilo de afrontamiento “social” y “emocional” con una media de 28,78 y finalmente el estilo de afrontamiento “evitativo” con una media de 24.40. Llegando a la conclusión que la muestra presenta entre las estrategias de afrontamiento más utilizadas la “reinterpretación positiva” y “crecimiento”, el afrontamiento “religioso” y la “planificación”. Entre las menos usadas en el grupo encuestado se encuentra el “uso del humor” y el “desentendimiento conductual”, como también el estilo “orientado a la tarea” es utilizado con mayor frecuencia por los participantes, seguido del estilo de afrontamiento “social” y “emocional”. El estilo de afrontamiento “evitativo” es el menos utilizado.

Torres (2019) realizó un estudio titulado *“Estilos de afrontamiento y consumo de alcohol-cannabis en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur”*, con el objetivo de determinar la relación de los estilos de afrontamiento y consumo de alcohol-cannabis en

estudiantes de una universidad privada de Lima Sur, para ello recurrió a una metodología cuyo diseño es de tipo no experimental y de diseño descriptivo correlacional, en una muestra de 330 estudiante universitarios con edades de 17 a 62 años, de las escuelas de Psicología y Derecho de una universidad privada de Lima Sur. A quienes se administró el Cuestionario de los estilos de afrontamiento COPE 60 de Carver, Scheier y Weintraub (1989) y la Prueba de detección de consumo de drogas ASSIST 3.0 de la Organización Mundial de la Salud (2011). Se obtuvo los siguientes resultados que el estilo de afrontamiento dirigido a la “tarea “presenta una media de 61,19 siendo mayor que el estilo de afrontamiento “social/emocional” con 27,50 y “evitativo” 22,75. Llegando a la conclusión que los resultados muestran diferencias significativas entre la dimensión estilo de afrontamiento “dirigido a la tarea”, dirigido a lo “socio emocional” y “sexo”. Así mismo, se encontró relación directa de los estilos de afrontamiento y consumo de alcohol.

Ambrosio (2020) realizó un estudio titulado *“Estadios de Cambio y Estrategias de afrontamiento en residentes dependientes a SPA internados en comunidades terapéuticas de Lima Norte”*, con el objetivo de determinar la relación que existe entre los estadios de cambio y las estrategias de afrontamiento en una población de pacientes varones dependientes a SPA quienes reciben tratamiento bajo modelo residencial internados en comunidades, para esto se recurrió a una metodología de tipo empírica y de diseño correlacional cuya muestra es de 210 varones, los instrumentos utilizados son: la Escala de Evaluación del cambio (URICA) y el Cuestionario de estimación de afrontamiento (COPE). Se obtuvieron los siguientes resultados donde se observan las medias de los puntajes de las estrategias de afrontamiento. El afrontamiento “religioso” tiene la media más alta ($\mu = 12.07$), seguida de “reinterpretación positiva” ($\mu = 11.95$) y, en tercer lugar, “planificación” ($\mu = 11.49$). Llegando a la conclusión que la estrategia más usada es el afrontamiento “religioso” y la menos usada es el “desentendimiento conductual”.

Morales (2020) realizó un estudio titulado “*Programa de intervención terapéutica en las estrategias de afrontamiento del estrés en mujeres con problemas de consumo de alcohol*”, con el objetivo de determinar si hubo efecto en las estrategias de afrontamiento del estrés en mujeres con problemas de consumo de alcohol; para ello se basó el estudio en un diseño pre-experimental con un solo grupo experimental conformado por 15 féminas con problemas de consumo de alcohol, se les aplicó el Inventario de respuestas de afrontamiento-adultos CRI-A de Moos, tanto antes como después del tratamiento experimental. Donde se obtuvo los siguientes resultados podemos apreciar que en la variable Estrategias de Afrontamiento al Estrés entre el Pre test y el Pos test existe diferencia significativa ($p < 0.05$). El grupo Experimental presenta un mejor desempeño en la variable Estrategias de Afrontamiento al Estrés. También se observó que en la Dimensión “Búsqueda de Guía” y “Soporte” existe diferencia significativa entre el Pre test y Pos test ($t = -13.355$; $p < 0.05$). Sin embargo, en las dimensiones “Evitación Cognitiva” y “Descarga Emocional” entre el Pre test y el Pos test no existe diferencias significativas ($p > 0.05$). Llegando a la conclusión que podemos apreciar que en la variable Estrategias de Afrontamiento al Estrés entre el Pre-test y el Pos-test existe diferencia significativa ($p < 0.05$). por lo que podemos concluir que el grupo Experimental presenta un mejor desempeño en sus Estrategias de Afrontamiento al Estrés.

2.2 Bases Teóricas o Científicas

Afrontamiento al estrés

El afrontamiento es aquel esfuerzo cognitivo y conductual cambiante que se desarrollan para usar las demandas externas o internas que son analizados como desbordantes para los recursos del individuo menciona Lazarus y Folkman (1986).

Estilos de afrontamiento

Desde este punto de vista la teoría Lazarus y Folkman (1986) destacan la importancia de las variables cognitivas. El estrés psicológico se conoce desde el enlace entre individuo y el entorno, en base a esta relación las demandas estudiadas agotan o exceden los medios de los individuos, se ejerce una evaluación que unen dos procesos, evaluación primaria y evaluación secundaria. Mediante la evaluación primaria el individuo opina si la situación es superfluo o estresante. La situación será estresante cuando conlleva amenazas, desafíos y pérdidas o daños. Cuando referimos la situación como estresante, se sigue con la evaluación secundaria donde el individuo analiza los recursos y las estrategias de afrontamiento utilizables, asimismo de la posible eficacia de dichas estrategias y la consecuencia de su empleo (Di-Colloredo, et al., 2007).

Así mismo, Verá (2004) refiere a los estilos de afrontamiento que son las estrategias para poder afrontar diferentes situaciones estando conscientes de inclinaciones empleando uno u otro tipo de estrategias de afrontamiento, como también su equilibrio temporal y situacional del individuo.

Dimensiones de los estilos de afrontamiento

Centrados en el problema.

Tiene como objetivo la solución del problema estresante. Lazarus y Folkman (1986) refiere que ello involucra la utilización de las demandas internas o del entorno que amenazan y desequilibran el enlace entre el sujeto y su ambiente, por medio del cambio de las circunstancias problemáticas, o por medio de nuevos recursos que contrarresten el efecto aversivo de las circunstancias del entorno (Di-Colloredo et al., 2007).

Según Lazarus y Folkman (1986), mencionan que las estrategias afrontadas al problema generalmente están orientadas a la definición del ella, a la búsqueda de resoluciones y

consideraciones alternas, con base a su beneficio, a su elección y adaptación (Di-Collaredo et al., 2007).

Por otro lado, Lazarus y Folkman (1986) manifiestan que afrontar al problema tiene como finalidad el proceso de analizar al entorno por otro lado los afrontamientos a la solución del problema se utilizan las técnicas que refieren al interior de la persona (Di-Collaredo et al., 2007).

Por su parte, Lazarus y Folkman (1986) refieren que las estrategias localizadas en el problema se separan en afrontamiento activo y afrontamiento demorado, y que el afrontamiento activo son los pasos activos para emplear cambios en las situaciones o aminorar sus efectos abarcando acciones directas y van aumentando los esfuerzos personales, por lo que el afrontamiento demorado toma en cuenta a una reacción necesariamente y funcionalidad, referida a averiguar la situación adecuada para no actuar de manera prematura (Di-Collaredo et al., 2007).

Centrados en las emociones.

El afrontamiento centrado en las emociones tiene como funcionalidad el equilibrio emocional ello comprende el trabajo por cambiar y emplear los estados emocionales de situación estresante Lazarus y Folkman (1986) refiere en general, que la finalidad de los afrontamientos centrados en la emoción se puede obtener rechazando la situación estresante, volviendo a evaluar cognitivamente la situación perturbadora o atendiendo los aspectos positivos del individuo o de su entorno (Di-Collaredo et al., 2007).

Según Lazarus y Folkman (1986) mencionan que los afrontamientos centrados en la emoción tienen más posibilidades de manifestarse donde ocurre una situación donde no se puede hacer mucho esfuerzo para cambiar los estados que amenazan o desafían en nuestro alrededor (Di-Collaredo et al., 2007).

Estrategias de los estilos de afrontamiento.

Las estrategias se focalizan en el apoyo moral, simpatía y comprensión y aprobación de la reacción de afrontamiento que acontece donde el individuo tiende a admitir la realidad del hecho estresor e intenta afrontar la situación (Di-Collaredo et al., 2007).

La estrategia que sirve como ayuda emocional es el apoyo en la religión, varios individuos se les facilita luego de una explicación positiva, es el uso de estrategias más eficaz de afrontamiento. En una investigación llamado afrontamiento religioso y ajuste psicológico para el estrés, se halló personas que buscan ayuda espiritual y que se motivan a ayudar a lugares haciendo obras de sociales y se incorporan a grupos de crecimiento espiritual, así disminuyendo las situaciones estresantes y su autoestima va creciendo y también se acoplan de una buena manera a las circunstancias que pasan (Vasconselles, 2005).

Por otro lado, en un estudio se encontró la definición de religión, dentro de las entrevistas realizadas como otra medida donde se puede construir un nuevo sentido a la vida, esto también se define como una apariencia que los individuos pasan por ello, dándole un sentido de divinidad. La confianza y la fe es motivo de esperanza ya que se cree fielmente que a pesar de las situaciones que pasen estarán protegidos (Sacipa, 2003).

El sentido positivo y el crecimiento tiene como finalidad utilizar especialmente el estrés emocional a cambio de utilizar al estresor. Ello puede ser menos estresante en términos que llevó al sujeto a situaciones de afrontamiento centradas en el problema (Di-Collaredo et al., 2007).

La concentración y el ahogo de las emociones se refiere a la inclinación a todas las situaciones y sentimientos negativos. Esta conducta puede adaptarse a un hecho significativo de mucha carga, y localizarse en las emociones puede causar la inadecuada adaptación puesto que ello desvía a la persona sus esfuerzos de afrontamiento activo. (Di-Collaredo et al., 2007).

La liberación cognitiva, sucede de manera previa a la liberación conductual, ello realiza conjuntos de actividades para poder distraerse y así no pensar en los niveles conductuales o en el paso positivo el cual la situación de estrés pueda interferir. (Di-Colloredo et al., 2007).

La negación, describe ignorar a la situación de estrés, en algunos casos se disminuye el estresor favoreciendo el afrontamiento, ello puede ayudar en una etapa de cambio, si esto se sostiene puede obstruir un acercamiento activo. (Calvanese y Cols, 2004).

Identifican Lazarus y Folkman (1986), la libertad del uso de sustancias que involucran al consumo de alcohol y drogas para olvidar a la situación de estrés.

Adicciones.

La Organización Mundial de la Salud, refiere que es una enfermedad física y psicoemocional que establece una dependencia o necesidad hacia a una sustancia, actividad o relación. Ello se caracteriza por un conjunto de signos y síntomas, en los que intervienen factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales. Esta es una patología gradual y fatal, que está caracterizada por situaciones continuas de descontrol, distorsiones de pensamiento y negación ante la enfermedad. OMS, (s.f.) la cual también nos señala que para hablar de dependencia física y psicológica las personas manifiestan tres o más de los siguientes criterios en un periodo de 12 meses:

Fuerte deseo o necesidad de consumir la sustancia.

Dificultad o conflicto para controlar dicho consumo.

Síndrome de abstinencia al reducir o cortar el consumo.

Tolerancia

Abandono en aumento de intereses ajenos al consumo de la sustancia.

Insistencia en el consumo de sustancias a pesar de discernir de forma clara sus efectos que perjudican.

Conceptos básicos sobre adicciones.

Los conceptos mencionados a continuación fueron extraídos de una publicación realizada por la comisión nacional para el desarrollo y vida sin drogas en el año 2007, el que se titula como Información Básica para la Reducción de la Demanda de Drogas (DEVIDA, 2007).

Uso de drogas.

La Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas señala que es comportamiento que no produce consecuencias negativas en la persona que las usa, sea porque su consumo es mínimo o no hay una frecuencia o que su consumo circunstancialmente lo impiden a tener consecuencias negativas (DEVIDA, 2007).

Abuso de drogas.

Denominado al excesivo o repetitivo uso de una sustancia, volviéndose un patrón patológico de consumo, mostrando consecuencias significativas y repetitivas que exponen a un peligro para su salud para el individuo en todas las dimensiones de su vida sea físico, psicológico, familiar y laboral. siendo un patrón básicamente des adaptativo (DEVIDA, 2007).

Dependencia.

Es el vínculo que se produce entre el individuo y la sustancia, generando un impulso poco controlable de la persona al consumir una o varias drogas. Dicho consumo se va dando de manera frecuente y seguida sea para sentir los efectos propiamente placenteros o para eludir el desasosiego que se padece cuando se disminuye o cesa el consumo (DEVIDA, 2007).

Existen dos tipos de dependencia según:

Dependencia psicológica: consiste en esas ganas imprescindibles de hacer uso imprevisto de la sustancia. Teniendo el convencimiento de la necesidad de dicha sustancia (DEVIDA, 2007).

Dependencia Física: Refiere a ese estado, donde la función neuronal cerebral se adapta a la droga y siente un deseo por consumir e incapacidad de no funcionar sin ella (DEVIDA, 2007).

Comunidad terapéutica

De León (2004) refiere que el concepto de comunidad terapéutica ha ido evolucionando desde un concepto anti-intelectual a una valoración contemporánea de su definición como de programas intelectuales abiertos que muestran una adecuada apertura hacia la nueva información.

Así mismo, muchos trabajadores y participantes de CT en los últimos 30 años, se aferraron a autodefiniciones. De León (2004) menciona en su libro algunas definiciones de comunidad terapéutica que fueron planteadas en las TCA en 1976 y las que mencionaremos a continuación, además remarcó un importante paso en la evolución de la CT, desde una opción de tratamiento a una manera de servicio humano.

Definiciones básicas.

Se refiere que, a través de varias bases interpersonales semejantes, superan en demasía la aflicción de comportamientos inductores de suplicio las cuales han sido producidas por el aislamiento, siendo aquellos que desarrollaron las correctas habilidades para asistir a otras personas (De León, 2004).

Definiciones funcionales o metodológicas.

Señala al poder suministrar vínculos y posibilidades morales y éticas para el desarrollo personal, el cual adhiere un confinamiento potencial, con refuerzo positivos, el modelado de rol que impulsa a la modificación y el desarrollo personal (De León, 2004).

Definiciones propositivas.

Definido como desarrollo que busca una nueva autenticidad social y una nueva autodefinición, cuya finalidad es el auto mejora y el reingreso desde la subcultura a la sociedad buscando reconstruir su forma de vida (De León, 2004).

Definiciones normativas.

Es la densidad en las normas y valores internos de la comunidad terapéutica (De León, 2004).

Definiciones históricas.

Está focalizada en una figura evolutiva y los procesos por lo que han pasado las comunidades terapéuticas contemporáneas, las que provienen de modelos añosos, de movimientos apostólicos, de temperamentos morales y AA (De León, 2004).

Definiciones estructurales.

Relacionado a modelos organizados que van de aquellos que son estáticos hasta los que son dinámicos (De León, 2004).

Funciones de la comunidad terapéutica.

Las funciones que ejerce una comunidad terapéutica para la intervención en adictos es múltiple las que han sido diseñadas para elaborar efectos terapéuticos-educativos, basadas en una intervención global. De León, (2004) quien describe a este presente marco en los cuales se busca incrementar estas actividades e intervenciones en la transformación que involucra a los cambios.

Intervenciones formales e informales.

Las intervenciones formales son planeadas, siendo rutinarias y planificadas de manera regular dirigidas por el profesional o por los propios residentes bajo un monitoreo, así mismo se encuentran también las actividades no planificadas que escapan de una programación y son dadas de manera espontánea (De León, 2004).

Intervenciones de la comunidad.

En su mayoría están dirigidas a cambiar al individuo, otras están dirigidas a solo un individuo y otras a la totalidad de los residentes (De León, 2004).

Intervenciones individuales.

Son directamente basadas en el individuo y podrían ser dadas por los residentes, como las amonestaciones, confrontación, afirmaciones, instrucciones entre otros. Aunque mayormente estas podrían estar dirigidas a individuos es utilizado también para dirigirse a los usuarios en general (De León, 2004).

Intervenciones interactivas.

El efecto de las intervenciones particularmente dadas podría favorecer, atrasarse o producirse mediante las interacciones. Dichas actividades deben darse de manera colectiva o personalizada y deben tener una duración adecuada para poder causar una repercusión (De León, 2004).

2.3. Marco Conceptual

Estilos de afrontamiento

Jiménez, Amaris y Valle (2012) refiere a todos los pensamientos y conductas que el individuo utiliza con la finalidad de obtener mejorables efectos frente a una situación estresante, ya sea para lograr solidez en la reacción emocional o para sobresaltar la conflagración o aprieto.

Estilos de afrontamiento centrados en el problema

El afrontamiento centrado en el problema tiene como objetivo el resolver los problemas, que involucra al control de las situaciones internas o del ambientales que pueden resultar amenazantes y descompensar el vínculo del individuo y su entorno. Reflejan un afrontamiento activo acompañándose de planificación y la eliminación de otras actividades. Así mismo la postergar el afrontamiento y la búsqueda de apoyo social. (Di-Colloredo et al., 2007).

Estilos de afrontamiento centrados en la emoción

Los afrontamientos centrados en la emoción tienen como objetivo el equilibrio de la emoción que involucra el esfuerzo por cambiar los malestares del estado de la emoción, así como también manejarlos evocados por el acontecimiento estresante, buscando mostrarnos la búsqueda de esa estabilidad emocional, reinterpretación positiva y desarrollo personal. Así mismo acompañada de la aceptación, el acudir a la religión y análisis de las emociones.

(Di-Colloredo et al., 2007).

Otros estilos adicionales de afrontamiento

Por otro lado, se llaman otros estilos de afrontamiento de menos utilización como es la evitación como lo señala Lazarus y Folkman (1986) ya que evaden la situación que ocasiona estrés, es decir que la enfrenta haciendo que exista bajo predominio de la negación y corresponde a conductas inadecuadas y distracción.

CAPÍTULO III

EHIPÓTESIS

3.1. Hipótesis

La presente investigación no realizó el planteamiento de la hipótesis, debido a que no es un estudio que pretende predecir un fenómeno, el presente trabajo busca identificar los modos de reaccionar de los estilos de afrontamiento al estrés de una Comunidad Terapéutica (Hernández, 2014).

3.2. Variables

Definición conceptual:

Afrontamiento al estrés.

Se refiere claramente a una consecuencia negativa de estrés que es regulada por un proceso llamado afrontamiento, siendo comprendido como una vía cognitiva conductual que dirige a conducir, minimizar, reducir, tolerar las exigencias internas y externas que se presentan y producen estrés (Solís y Vidal, 2016).

Por otra parte, Carvet, Scheier, y Weintraub amplían lo planteado por Lazarus y Folkman en 1986 quienes planteaban ambos estilos de afrontamiento: centrados en el problema y centrados en la emoción, para ello, presentaron 13 estrategias de afrontamiento: el “afrontamiento activo”, la “planificación”, la “supresión de actividades competitivas”, la “postergación de afrontamiento”, el “soporte social instrumental” y “emocional”, la “reinterpretación positiva”, la “aceptación”, la “negación”, el “acudir a la religión”, la “expresión de las emociones”, el “uso de alcohol y drogas”, el compromiso cognitivo conductual. Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez (Citado por Solís y Vidal, 2006). (p. 35).

Operacionalización de Variables:

Se empleó el Cuestionario de Afrontamiento al estrés (COPE) de Carver et al, (1989), que está conformada por 52 ítems, las cuales están divididas en tres dimensiones que nos permitió evaluar e identificar: Estilos de afrontamiento enfocados en el problema, estilos de afrontamiento enfocado en la emoción y otros estilos adicionales de afrontamiento, el tipo de medición será una escala ordinal de Alto y Bajo; por lo tanto, la connotación se dará por un formato de Likert que va Siempre (SI), Nunca (NO).

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Método de la Investigación

Método general

El método general que se empleó en dicho estudio fue el método científico porque consiste en una transformación que demanda descubrir los datos para efectuarse la realización de una secuencia de técnicas y reglas que nos permitirán obtener un tanteo o finalidad (Sánchez y Reyes, 2015).

Método específico

El método específico que se empleó fue el método descriptivo que tiene como finalidad identificar, analizar, e interpretar una agrupación de sucesos y variables que particularmente puedan darse en la actualidad (Sánchez y Reyes, 2015).

4.2. Tipo de Investigación

La investigación agrupa diversas situaciones metodológicas que refiere de un estudio básico o puro, dado que implicó explorar novedosos discernimientos y campos para investigar, teniendo la finalidad de recolectar la información de una realidad netamente actualizada para así incrementar los conocimientos (Sánchez y Reyes, 2015).

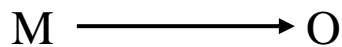
4.3. Nivel de Investigación

El presente estudio tiene naturaleza descriptiva dado que busco identificar las propiedades, singularidades y cualidades principales de la figura que se estudie aclarando tendencias de un conjunto de personas o población y se utilizó para investigar cómo se tendrá de certeza al fenómeno y sus elementos (Hernández, Fernández y Bautista, 2014).

4.4. Diseño de la Investigación

El diseño de la investigación de nuestro estudio compete a un diseño no experimental transeccional descriptivo simple porque según lo refiere Hernández et al (2014); el Diseño no experimental de tipo transeccional o transversal, siendo aquellos que recopilan información en un solo momento, y único tiempo, cuyo objetivo será la descripción de la variable y el análisis de repercusión e intercalación en el instante indicado.

El siguiente esquema es:



Donde:

M: Muestra

O: Afrontamiento al Estrés

4.5. Población y muestra

Población

Abanto (2013) refiere que la población es la totalidad de personas involucradas en el estudio y que dan un resultado a este, que se hallan cuando son delimitados por caracteres comunes y se precisa en el espacio y tiempo. Por ejemplo, usuarios internos en una comunidad terapéutica por ello la población en estudio estuvo conformada por 100 usuarios de una comunidad terapéutica, entre 18 años a más, cuyos usuarios tienen problemas de adicción al alcohol, al cannabis, Cocaína, PBC y crack; los cuales llevan internos en un tiempo no menor a un mes.

Tabla 1

Población de la Comunidad Terapéutica.

SECCIONES	SEXO	
	M	NÚMERO DE RESIDENTES
“COMUNIDAD TERAPÉUTICA	100	100
TOTAL	100	100

Muestra

Abanto (2013) señala que la muestra está considerada a ese subconjunto que es obtenido de la población a través de la técnica de muestreo, siendo el estudio para inferir en las características de toda la población.

En la Investigación se empleó la técnica del muestreo no probabilístico intencional o por conveniencia la cual refiere a no ceder a una verisimilitud, la cual se guio de las características del estudio y del criterio del investigador (Hernández et al, 2014).

Es por ello, que la muestra estuvo compuesta por 80 usuarios varones, siendo el rango de edad entre los 18 a 65 años de edad, y que se encuentran internados en una comunidad terapéutica los que aceptaron formar parte del estudio.

Se utilizó los criterios de inclusión y exclusión para los participantes, criterios que fueron considerados de la siguiente manera:

Criterios de inclusión

Se incluyó a usuarios con el rango de edad que varían entre los 18 a 65 años de edad, de género masculino y estén internados en una comunidad terapéutica por presentar algún tipo de adicción, los cuales deben estar internados en dicha comunidad por un tiempo no menor a un mes y que hayan aceptado su participación en el estudio.

Criterios de Exclusión

Se excluyó a los usuarios con problemas mentales severos, a los que no se encuentren dentro del rango de edad entre los 18 a 65 años de edad, a quienes lleven un internamiento menor a un mes, a los usuarios que no cuenten con su consentimiento informado, a quienes invalidaron su evaluación o la realizaron de manera incompleta y a los que no se encontraron al momento de la evaluación porque realizaran alguna otra actividad dentro de la comunidad.

4.6. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Abanto (2013) Señala que son métodos sistemáticos, la técnica debe ser elegida de acuerdo a lo que se investiga, los porque, para qué y cómo se investigó.

La técnica que se aplico es de la encuesta, para lo cual establecimos un riguroso trabajo que nos permitió recolectar datos, ello consiste en: preparar una solicitud que se dirija al director de la comunidad terapéutica de Lima cuya finalidad será coordinar el total de usuarios, el horario de valuación y los protocolos de bioseguridad necesarios. De acuerdo a la técnica que se aplicó, se les explico sobre el cuestionario de estilos de afrontamiento y los fines de su aplicación. Posteriormente se realizó la aplicación de las pruebas de manera presencial para ello contamos con todas las medidas de bioseguridad establecidas. Y así se les brindo la siguiente consigna que los participantes deberán marcar la respuesta que corresponda, desde nunca, y siempre. Abanto (2013)

Señala que son métodos sistemáticos, la técnica debe ser elegida de acuerdo a lo que se investiga, los porque, para qué y cómo se investigara.

Instrumentos

Abanto, (2013) en sus estudios realizados, refiere que;
“Los instrumentos son medios auxiliares para recoger y registrar los datos obtenidos”. Para lo cual se utilizó el siguiente instrumento:

Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)

Ficha Técnica.

Autor:	: Carver et. AL.
Año	: 1989
Precedencia	: Estados Unidos
Estilos	: Enfocados en el problema, en la emoción y en otros estilos de afrontamiento.
Adaptación	: Casuso (1996; en Chau en 1998 en población universitaria en Lima.
Traducción al español	: Salazar C. Víctor (1993) UPCH.
Tipo de aplicación	: Individual.
Total, de ítems	: 52 distribuidos
Rango de aplicación	: de 16 a más.
Materiales	: Cuestionario con 52 ítems y plantillas de corrección.

Descripción de la prueba.

La finalidad del” Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)” es conocer cómo los individuos tienen respuestas al momento de ser enfrentados ante dificultades o alguna de estrés.

Con este objetivo, el autor construyó este cuestionario con 52 ítems, los que están comprendidos por 13 modos de reaccionar ante situaciones estresantes; los ítems alternos a cada modo indica que ocasiona o siente con más frecuencia el individuo al encontrarse en dicha situación.

El cuestionario cuenta con tres dimensiones las cuales son: Estilos de afrontamiento enfocados en el problema reflejan un afrontamiento “activo” acompañándose de “planificación” y la “supresión de otras actividades”. Así mismo la “postergación del afrontamiento” y la búsqueda de “apoyo social”, el mismo que evalúa los ítems: 1, 14, 27, 40, 2, 15, 28, 41, 3, 16, 29, 42, 4, 17, 30, 43, 5, 18, 31, 44. Estilos de afrontamiento enfocado en la emoción muestran la búsqueda de “soporte emocional”, “reinterpretación positiva”. Así mismo acompañada de la “aceptación”, “el acudir a la religión” y “análisis de las emociones”, el mismo que evalúa los ítems: 6,19, 32, 45, 7, 20, 33, 46, 8, 21, 34, 47, 9, 22, 35, 48, 10, 23, 36, 49. Otros estilos adicionales de afrontamiento Corresponde a la “negación”, “conductas inadecuadas” y “distracción”. El mismo que evalúa los ítems: 11, 24, 37, 50, 12, 25, 38, 51, 13, 26, 39. El tipo de medición será una escala ordinal (alto y bajo) debido a que los sitúa dentro del estructura por lo tanto está conformada por 52 ítems, la medición se dio por un formato de Likert que va Siempre (SI), Nunca (NO).

Validez.

El instrumento de estudio, se encuentra adaptado por Casuso (1996) y Chau (1998) donde colaboraron 300 universitarios de sexo femenino y masculino, pertenecientes a una universidad privada de Lima, Perú. Donde el rango de edad varía entre los 16 y 25 años (M=18,27 y D.E.=1,39 años). El 50,7 % (n=152) de los colaboradores fueron varones y el 49,3% (n=148), mujeres. Los colaboradores eran estudiantes de primeros años de las facultades de letras (53,3 %, n=160) y ciencias (46,7%. n=140).

Para la validación del instrumento se realizó mediante el juicio de expertos, quienes validaron dicho instrumento dado que son profesionales de largo recorrido profesional, que son los siguientes:

Mg. José Rafael Rodríguez Falla, Mg. Walter Hernán Patricio Peralta y Mg. Luis Eduardo Allan Izquierdo quienes validaron la adaptación como adecuada.

Confiabilidad.

Para nuestra presente investigación se tomó en cuenta la validez de constructo del “Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (COPE)” donde se hallaron valores del 0.667, para el afrontamiento enfocado al problema, 0.751 para el afrontamiento enfocado en la emoción y 0.355 para otros estilos de afrontamiento, todos ellos valores estadísticamente significativos al 0.01. Para determinar dicha confiabilidad del cuestionario COPE, se hizo uso del Alfa de Cronbach, por lo que se determinó una consistencia interna de la prueba de 0.704, valor que demuestra una considerable fiabilidad del instrumento. Habiendo descrito el instrumento que cuenta con los criterios de validez y de confiabilidad con el fin de recoger datos objetivos, se aplicó la validez de contenido mediante el juicio de expertos: Mg. Rafael Rodríguez Falla, Mg. Luis Allan Izquierdo, Mg. Walter Patricio Peralta, quienes dieron el veredicto al instrumento como Adecuado. Así mismo se realizó la confiabilidad a través del alfa de Cronbach con una prueba piloto de 20 sujetos. Siendo el alfa de Cronbach, 0,896 entonces de confiabilidad alta.

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,896	52

4.7. Técnicas de procesamientos y análisis de datos

En el presente estudio, la población estuvo conformada por un 100 usuarios internos de una comunidad terapéutica de Lima, a quienes se les aplicó el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE), para ello se tuvo la validez y confiabilidad de dicho instrumento en el cual se trabajó de manera cuidadosa para así poder establecer la estadística descriptiva adecuada que nos permitió señalar tendencias en datos ya existentes y dirigirnos a nuevas situaciones, el cual se dio a través del vaciado de los datos y si se diera el caso identificar alguno especial, luego se utilizó el software de Windows Excel y se realizó el vaciado de datos, posteriormente la sumatoria de las dimensiones correspondientes y el puntaje total y tener la certeza de contar con toda la información. También se utilizó el programa SPSS 23 para poder desarrollar las tablas de frecuencia y los resultados descriptivos, cabe señalar que se verificó la confiabilidad de la escala para ser usada en el presente estudio.

4.8. Aspectos éticos de la Investigación

El reciente estudio señala como marco ético los fundamentos del reglamento general de investigación de la Universidad Peruana los Andes, (2019) tal como estipula el artículo 27° donde se rigen los principios de la actividad investigativa, para los cuales se protege a la persona y a los diferentes grupos de etnia y sociocultural. Respetándose la identidad, la personalidad, libertad, confiabilidad y privacidad cuidando la comodidad e integridad por ello en el proceso de investigación no afectara ningún daño físico ni mental, teniendo la información voluntaria y libre, de las personas cuyas están involucradas en el proceso de investigación, así mismo agregar en el

artículo 28° que es importante que los investigadores puedan cumplir las normas éticas que se establece con el fin de prevenir plagios a su vez asegurarse la validez, la fiabilidad y credibilidad de sus métodos, fuentes y datos, también respetar la confidencialidad y anonimato de las personas que son parte de la investigación. Para la realización de la presente investigación se procedió a acudir a la comunidad terapéutica, la que se encuentra ubicada en Lima; donde pudimos dialogar con el director y el terapeuta quienes fueron los responsables de emitir la autorización firmada para la investigación de dicha institución.

Luego, procedimos a informar a los usuarios sobre la investigación a realizar para que puedan autorizar a través del consentimiento informado su colaboración con dicha investigación, así mismo, se les explicó sobre los objetivos del proyecto y además sobre la confidencialidad del estudio y los resultados serían manejados profesionalmente sin incurrir en ningún tipo de infidencia, para salvaguardar de esa manera su privacidad, integridad y anonimato de quienes participen, para luego los resultados sean entregados para fines necesario.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

Análisis de resultados

Para el proceso de análisis de resultados se realizó las siguientes acciones

Se coordinó con los usuarios para poder aplicar el instrumento

Se aplicó el instrumento de investigación

Se codifico los instrumentos de investigación

Se realizó la tabulación de los resultados

Se elaboró los baremos para cada dimensión y los criterios

Se elaboró las tablas y los gráficos

Se realizó las interpretaciones.

5.1 Logro de objetivos.

5.1.1. Logro del objetivo general

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo general Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene los siguientes resultados:

Tabla 1

Resultado estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una Comunidad Terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

	Enfocado en el problema		Enfocado en la emoción		Otros estilos emocionales	
Bajo	14	18%	15	19%	64	80%
Alto	66	83%	65	81%	16	20%
	80	100%	80	100%	80	100%

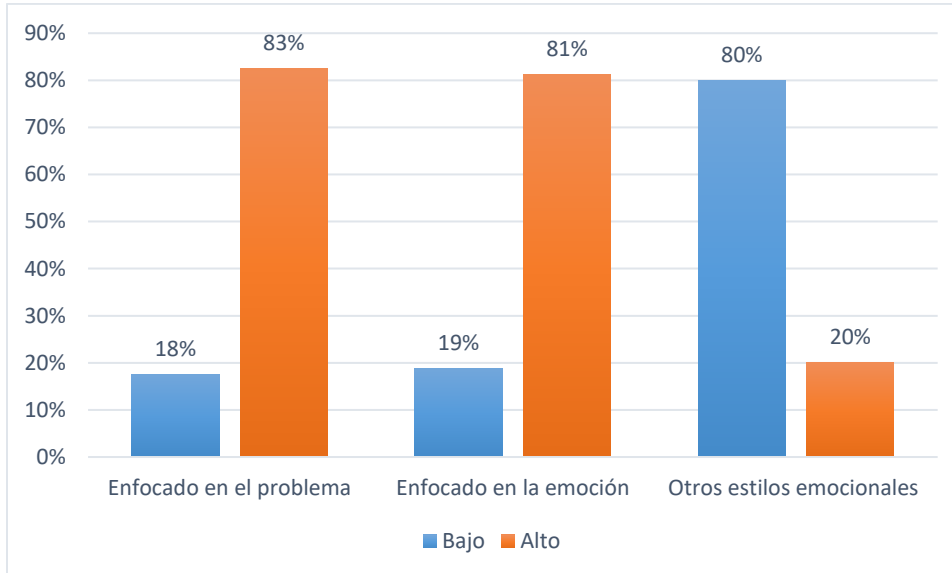


Figura 1 *Resultado del estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.*

Interpretación

Se observa que en el estilo enfocado al problema son el 83% de los usuarios que tienen un afrontamiento alto al estrés, mientras en el estilo enfocado a la emoción son 81% de los usuarios, finalmente en enfocado en otros estilos emocionales se tiene un 20%. Por lo que predomina es el estilo enfocado en el problema.

5.1.2. Logro de objetivos específicos

Logro del objetivo específico 1

Al inicio de la investigación se formuló el problema. Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados

Tabla 3

Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

	Afrontamiento activo		Planificación		Supresión de actividades		Postergación		Búsqueda de apoyo Social	
Bajo	14	18%	19	24%	48	60%	49	61%	20	25%
Alto	66	83%	61	76%	32	40%	31	39%	60	75%
	80	100%	80	100%	80	1.00	80	100%	80	100%

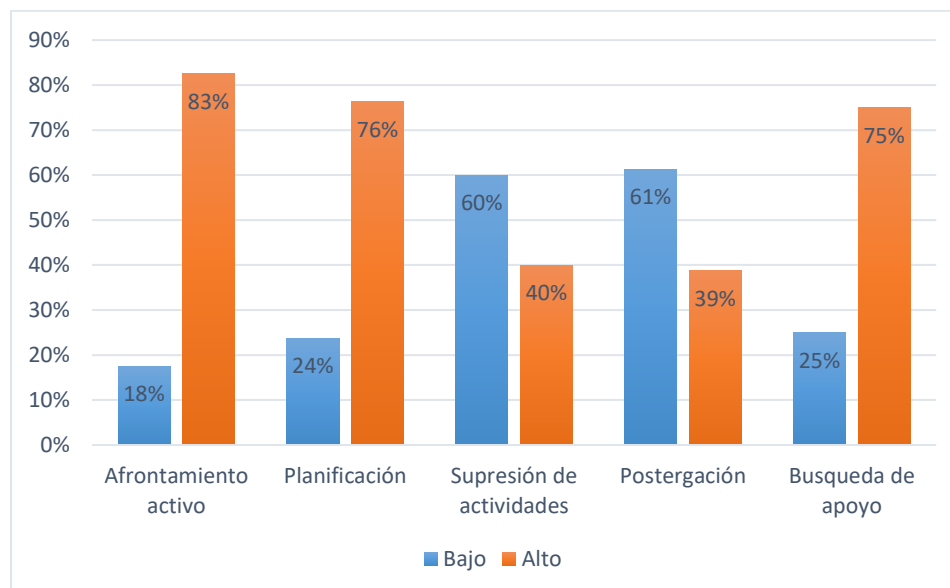


Figura 2 Resultado de la predominante de los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

Interpretación

Se aprecia que en el modo de afrontamiento activo son el 83% que tienen un alto porcentaje en dicho modo de afrontamiento al estrés, son 61 usuarios que representa el 76% de la muestra tienen un alto porcentaje en el modo de afrontamiento de planificación, son 32 usuarios que representa el 40% que tienen un modo de afrontamiento alto en supresión de actividades, en cuanto al modo de afrontamiento postergación se tiene a 31 usuarios que representa el 39% de la muestra que tienen un afrontamiento alto, finalmente en el modo de búsqueda de apoyo se tiene a 60 usuarios que representa el 75% de la muestra que tienen un afrontamiento alto. Por lo tanto, el modo predominante es el afrontamiento activo con el más alto porcentaje de 83%.

Logro del objetivo específico 2.

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo: Identificar los estilos de afrontamiento en los modos a reaccionar enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados.

Tabla 4

Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

	Soporte emocional		Reinterpretación positiva		Aceptación		Acudir a la Religión		Análisis de las Emociones	
Bajo	32	40%	7	9%	32	40%	54	68%	54	68%
Alto	48	60%	73	91%	48	60%	26	33%	26	33%
	80	100%	80	100%	80	1.00	80	100%	80	100%

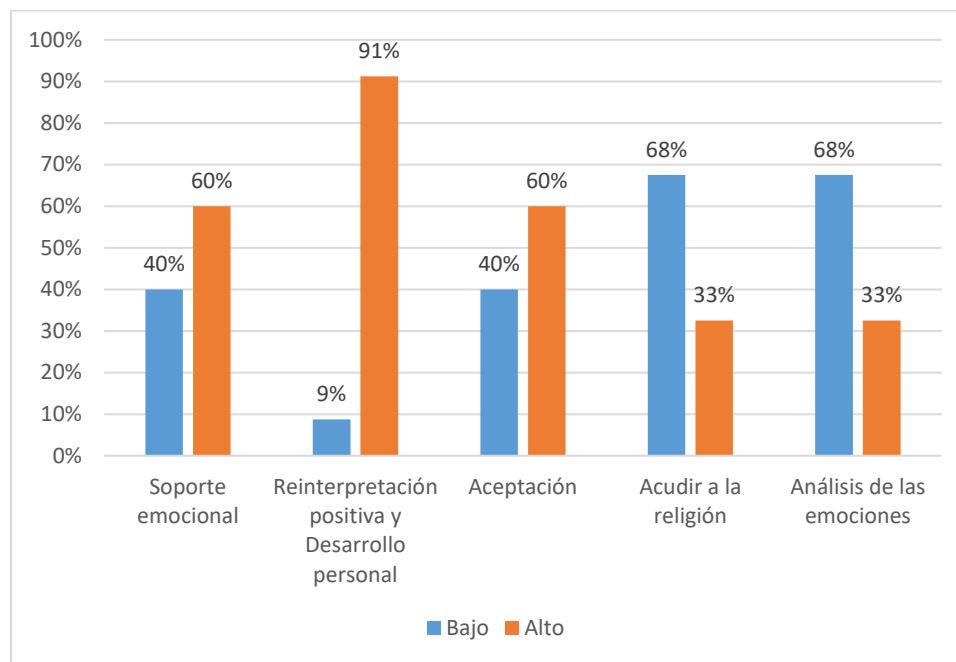


Figura 3 Resultado de la predominante de los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

Interpretación

Se aprecia que en el modo de afrontamiento al estrés de soporte emocional son el 60% de la muestra tienen un alto porcentaje, el 91% de la muestra tienen un alto afrontamiento al estrés en el modo de reinterpretación positiva, son el 60% de la muestra tienen afrontamiento alto en el modo de aceptación, en cuanto al modo de acudir a la religión se tiene a el 33% de la muestra que tienen un afrontamiento alto, finalmente en el modo de afrontar análisis de las emociones se tiene a el 33% de la muestra que tienen un afrontamiento alto. Por lo tanto, el modo de afrontamiento predominante es la reestructuración positiva con un alto porcentaje de 91%.

Logro del objetivo específico 3

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo: Identificar los estilos de afrontamiento en los modos a reaccionar enfocado en otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Luego de realizar la aplicación del instrumento se tiene los siguientes resultados

Tabla 5

Resultado de la predominante en los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado a otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

	Negación		conductas inadecuadas		Distracción	
Bajo	68	85%	72	90%	52	65%
Alto	12	15%	8	10%	28	35%
	80	100%	80	100%	80	1.00

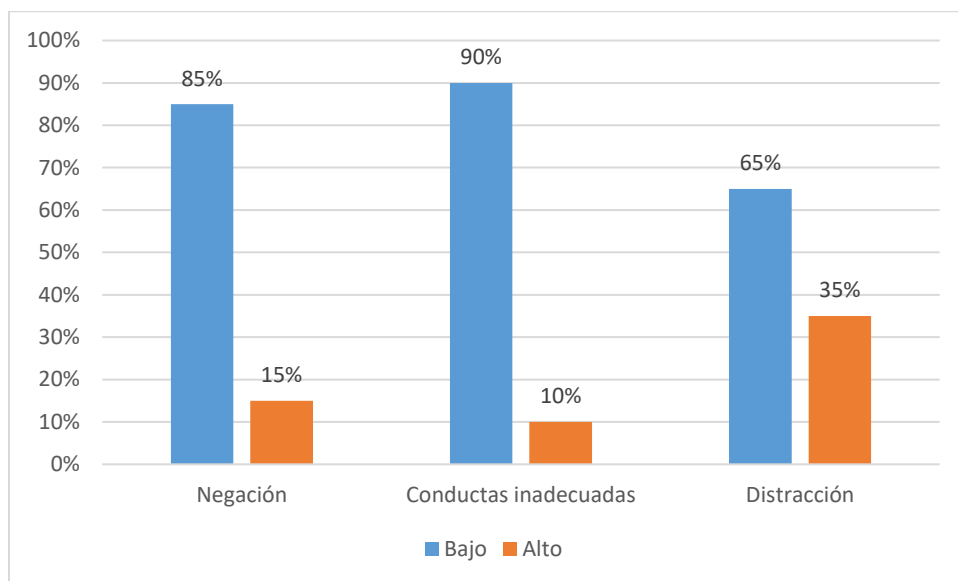


Figura 4 Resultado de la predominante de los modos a reaccionar al estilo de afrontamiento al estrés enfocado a otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

Interpretación

Se aprecia que en el modo de afrontamiento de negación se tiene a 12 usuarios que representa el 15% con un alto afrontamiento al estrés en dicho modo, son 8 usuarios que representa el 10% de la muestra tienen un alto porcentaje en el modo de afrontamiento de conductas inadecuadas, son 28 usuarios que representa el 35% con un alto afrontamiento en el modo de distracción. Por lo tanto, el modo de afrontamiento predominante es la distracción con el 35% siendo este el porcentaje más alto.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Al inicio de la investigación se formuló el objetivo general identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021., luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguiente resultados; Se observa que en el estilo enfocado al problema son el 83% de los usuarios que tienen un afrontamiento alto al estrés, mientras en el estilo enfocado a la emoción son 81% de los usuarios, finalmente en enfocado en otros estilos emocionales se tiene un 20% . Por lo que predomina es el estilo enfocado en el problema.

A similar resultado llega la investigación realizada por Añazco y Espinoza (2017), efectuó el estudio de título “*Estrategias de Afrontamiento en pacientes Drogodependientes en Proceso de Rehabilitación*”. Concluyendo que las estrategias de afrontamiento más usadas fueron el “autocontrol” 16,51% y “la huida” y “evitación” con 16.31%, ambas estrategias conforman al afrontamiento dirigido a la regulación emocional, en situaciones de estrés de su vida cotidiana.

Esto implica que el estrés psicológico se conoce desde el enlace entre individuo y el entorno, en base a esta relación las demandas estudiadas agotan o exceden los medios de los individuos, por lo que el hombre utiliza una serie de estrategias para afrontarlas, estas debido a las diversas circunstancias como ahora entorno viviendo en la pandemia.

En cuanto al objetivo específico 1. Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocados en el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguiente resultados se aprecia que en el modo de afrontamiento activo son el 83% que tienen un alto de afrontamiento al estrés, son el 76% de la muestra tienen un nivel alto de modo de afrontamiento Planificación, son el 40% que tienen un modo de afrontamiento alto supresión

de Actividades, en cuanto al modo de afrontamiento postergación se tiene a el 39% de la muestra que tienen un afrontamiento alto, finalmente en el modo de búsqueda de apoyo se tiene a el 75% de la muestra que tienen un afrontamiento alto. Por lo tanto, el que predomina es el modo de afrontamiento activo con el más alto porcentaje de 83% de nivel de afrontamiento alto.

A similar resultado llega la investigación realizada por Berruco (2017) realizó un estudio titulado *“Estilos parentales, adversidades, apego adulto, psicopatología y afrontamiento en drogodependientes en tratamiento”*, Donde se obtuvo resultados sobre la importancia y necesidad de evaluar el afrontamiento para combatir el estrés característico en los usuarios drogodependientes y ayudar en el tratamiento de forma completa.

Así mismo, Verá (2004) refiere a los estilos de afrontamiento que son las estrategias para poder afrontar diferentes situaciones estando conscientes de inclinaciones empleando uno u otro tipo de estrategias de afrontamiento, como también su equilibrio temporal y situacional del individuo. Esta afirmación corrobora que el hombre busca diferentes modos de afrontarla, pero este modo tiene que estar en estrecha relación con el entorno familiar quienes tienen que contribuir y enfocar el problema para superarla.

Respecto al objetivo específico 2. Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocados en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguiente resultados, se aprecia que en el modo de afrontamiento al estrés de soporte emocional son el 60% de la muestra tienen un alto porcentaje, el 91% de la muestra tienen un alto afrontamiento al estrés en el modo de reinterpretación positiva, son el 60% de la muestra tienen afrontamiento alto en el modo de aceptación, en cuanto al modo de acudir a la religión se tiene a el 33% de la muestra que tienen un afrontamiento alto, finalmente en el modo de afrontar análisis

de las emociones se tiene a el 33% de la muestra que tienen un afrontamiento alto. Por lo tanto, el modo de afrontamiento predominante es la reinterpretación positiva con un alto porcentaje de 91%.

A similar resultado llega la investigación realizada por Solano (2017) realizó un estudio titulado *“Estilos de afrontamiento y riesgos de recaída en adictos residentes en comunidades terapéuticas”*. Los resultados obtenidos se encontraron la media de los diferentes estilos de afrontamiento utilizados por la muestra, siendo el estilo de afrontamiento dirigido a la “tarea el mayor”, dado que posee una media de 60.61, seguido del estilo de afrontamiento “social” y “emocional” con una media de 28,78 y finalmente el estilo de afrontamiento “evitativo” con una media de 24.40. Llegando a la conclusión que la muestra presenta entre las estrategias de afrontamiento más utilizadas la “reinterpretación positiva” y “crecimiento”, el afrontamiento “religioso” y la “planificación”. Entre las menos usadas en el grupo encuestado se encuentra el “uso del humor” y el “desentendimiento conductual”, como también el estilo “orientado a la tarea” es utilizado con mayor frecuencia por los participantes, seguido del estilo de afrontamiento “social” y “emocional”. El estilo de afrontamiento “evitativo” es el menos utilizado.

Así lo manifiesta Lazarus y Folkman (1986) refiere que la finalidad de los afrontamientos centrados en la emoción se puede obtener rechazando la situación estresante, volviendo a evaluar cognitivamente la situación perturbadora o atendiendo los aspectos positivos del individuo o de su entorno.

Finalmente, entorno al objetivo específico 3. Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocados en otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene los siguientes resultados se aprecia que en el modo de afrontamiento de

negación se tiene a 12 usuarios que representa el 15% con un alto afrontamiento al estrés en dicho modo, son 8 usuarios que representa el 10% de la muestra tienen un alto porcentaje en el modo de afrontamiento de conductas inadecuadas, son 28 usuarios que representa el 35% con un alto afrontamiento en el modo de distracción. Por lo tanto, el modo de afrontamiento predominante es la distracción con el 35% siendo este el porcentaje más alto.

A similar resultado llega la investigación realizada por Chipana (2016) realizó un estudio titulado *“Afrontamiento y espiritualidad en adultos varones pertenecientes a alcohólicos anónimos”*. Llegando a la conclusión que hay correlaciones directas entre algunas de las estrategias de afrontamiento y las cuatro dimensiones de espiritualidad. De igual manera, se encontró una mayor presencia de la estrategia “reinterpretación positiva” y de “creencias espirituales”. Además, se encontró que el tiempo de abstinencia, el tiempo de permanencia en AA y el acompañamiento incidieron en algunas de las escalas.

Esta investigación orienta al afrontamiento y la espiritualidad de los alcohólicos anónimos, que es un escenario distinto a la muestra, pero es importante resaltar que las emociones juegan un papel fundamental para afrontarla, en cualquier situación. entonces afrontar enfocadas a las emociones requiere estar preparado para afrontarla con otras estrategias. Por ello la estrategia que sirve como ayuda emocional es el apoyo en la religión, varios individuos se les facilita luego de una explicación positiva, es el uso de estrategias más eficaz de afrontamiento. En una investigación llamado afrontamiento distracción y ajuste psicológico para el estrés, se halló personas que buscan ayuda en otras personas y que se motivan a ayudar a lugares haciendo obras de sociales y se incorporan a grupos de crecimiento espiritual, así disminuyendo las situaciones estresantes y su autoestima va creciendo y también se acoplan de una buena manera a las circunstancias que pasan (Vasconselles, 2005).

CONCLUSIONES

1. El estilo de afrontamiento al estrés predominante es el enfocado al problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021., luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene que en el estilo enfocado al problema son el 83% de los usuarios que tienen un afrontamiento alto al estrés, mientras en el estilo enfocado a la emoción son 81% de los usuarios, finalmente en enfocado en otros estilos emocionales son el 20% de los usuarios.
2. El modo predominante de reaccionar al estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema es el modo de afrontamiento activo en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene que en el modo de afrontamiento activo son el 83% que tienen un alto porcentaje en dicho modo de afrontamiento al estrés, son el 76% de la muestra tienen un alto porcentaje en el modo de afrontamiento de planificación, son el 40% que tienen un modo de afrontamiento alto en supresión de actividades, en cuanto al modo de afrontamiento postergación se tiene el 39% de la muestra que tienen un afrontamiento alto, finalmente en el modo de búsqueda de apoyo se tiene el 75% de la muestra que tienen un afrontamiento alto. Por lo tanto, el modo predominante es el afrontamiento activo con el más alto porcentaje de 83%.
3. El modo predominante de reaccionar al estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción es el modo de reinterpretación positiva en los usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021. Luego aplicar el instrumento se tiene que en el modo de afrontamiento al estrés de soporte emocional son el 60% de la muestra tienen un alto porcentaje, el 91% tienen un alto afrontamiento al estrés en el modo de reinterpretación positiva, son el 60% de la muestra tienen afrontamiento alto en el modo

de aceptación, en cuanto al modo de acudir a la religión se tiene a el 33% de la muestra que tienen un afrontamiento alto, finalmente en el modo de afrontar análisis de las emociones se tiene a el 33% de la muestra que tienen un afrontamiento alto. Por lo tanto, el modo de afrontamiento predominante es la reinterpretación positiva con un alto porcentaje de 91%.

4. El modo de reaccionar al estilo de afrontamiento del estrés enfocado en otros estilos adicionales es el modo de distracción en los usuarios de una comunidad terapéutica en durante la pandemia Lima, 2021. luego de aplicar el instrumento de investigación se tiene que en el modo de afrontamiento de negación se tiene el 15% con un alto afrontamiento al estrés en dicho modo, son el 10% de la muestra tienen un alto porcentaje en el modo de afrontamiento de conductas inadecuadas, son el 35% con un alto afrontamiento en el modo de distracción. Por lo tanto, el modo de afrontamiento predominante es la distracción con el 35% siendo este el porcentaje más alto.

RECOMENDACIONES

1. A la Universidad Peruana Los Andes de Huancayo se le recomienda publicar la investigación en los repositorios, revista de investigaciones para las comunidades interesadas la pueda leer.
2. A la comunidad terapéutica se le recomienda fortalecer los estilos de afrontamiento al estrés a través de talleres y acompañamientos virtuales que permitan a los usuarios encontrar otras estrategias alternativas.
3. A la comunidad terapéutica se le recomienda realizar reuniones de sensibilización a los usuarios con el propósito de mantener los estilos de afrontamiento y no caer nuevamente en el estrés.
4. A los usuarios de la comunidad terapéutica se le recomienda asumir modos de afrontamiento más adecuadas como la religión la distracción y otros como una alternativa para hacer frente al estrés.
5. A los investigadores se le recomienda aplicar los resultados correctamente para que pueda ser usado en beneficio de los interesados.
6. A los interesados en la investigación sugerimos amplia para su mejora en el método de Investigación.
7. A los interesados se les recomienda hacer uso de los resultados para la mejorar la intervención.
8. A los investigadores se les recomienda utilizar la base de los resultados para antecedentes de investigaciones futuras.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ambrosio, J. (2020). *Estudios de Cambio y estrategias de afrontamiento en residentes dependientes a SPA Internados en Comunidades Terapéuticas de Lima Norte*. [Tesis Licenciatura, Universidad Peruana del Norte]. Repositorio Universidad Peruana del Norte. <https://core.ac.uk/download/pdf/328899398.pdf>
- Añasco, I & Espinoza, M. (2017). *Estrategias de Afrontamiento en Pacientes Drogodependientes en Procesos de Rehabilitación*. [Tesis pre Grado, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional Universidad de Cuenca. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/28458>
- Berrueco, M. (2017). *Estilos Parentales, Adversidad, Apego adulto, Psicopatología y Afrontamiento en Drogodependientes en Tratamiento*. [Tesis Doctoral, Univeridad de Sevilla]. Depósito de Investigación Universidad de Sevilla, Sevilla. <https://idus.us.es/handle/11441/76571>
- Blanco, A. (2016). *Sentido de Vida y Estilos de Afrontamiento. Análisis Comparativo con Población Drogodependiente y General*. [Tesis de Fin de Grado, Universidad Francisco de Victoria]. Deposito Digital Universidad Francisco de Vitoria. <http://ddfv.ufv.es/handle/10641/1230>
- Cassaretto, M. & Chau, C. (2016). Afrontamiento al estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación, Vol 42, 95-109*. [10.21865 / RIDEP42_95](https://doi.org/10.21865/RIDEP42_95)
- Castaño, E., León, F. (2010). Estrategias de Afrontamiento del Estrés y Estilos de Conducta Interpersonal. *International Journal of Psychogy and Psychological Therapy, Vol. 10 (Nº2)*, pp. 245 – 257. <https://www.redalyc.org/pdf/560/56017095004.pdf>

- Di-Colloredo, C., Aparicio, D., Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de Afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina, Vol.1 N°2*, pp. 125 – 156.
<https://www.redalyc.org/pdf/2972/297224996002.pdf>
- Fernández, C., & Bautista, B. (Ed). (2014). *Metodología de la Investigación*. McGraw-Hill / Interamericana editores. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Guevara, G., Hernández, H. & Flores, T. (2001). Estilos de Afrontamiento al estrés en Pacientes Drogodependientes. *Revista de Investigación de Psicología, Vol 4*, 1-13.
http://ateneo.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2042/revista_de_investigacion_en_psicolog%c3%ada03v4n1_2001.pdf?sequence=1&isAllowed=y
<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/891/1/Torres%20Pineda%2c%20Jordy%20Bern.pdf>
- Izquierdo, M. (2020). *Estrategias de Afrontamiento: Una revisión Teórica* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor De Sipán]. Repositorio Universidad Señor De Sipán.
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6889/Izquierdo%20Mart%c3%adnez%20Miluska%20Alejandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Morales, C. (2020). *Programa de Intervención terapéutica en las estrategias de Afrontamiento de estrés en mujeres con problemas de consumo del Alcohol*. [Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/47590/Morales_ACJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Moreno, M. (2016). *Inteligencia Emocional y Estilos de Afrontamiento del Estrés en personas Adictas a Sustancias*. [Tesis pre Grado, Universidad Pontificia de Comillas]. Repositorio Universidad Pontificia de Comillas.

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/13285>

Oficina de las Naciones Unidas contra las drogas y el delito. (2020). *Informe Mundial sobre las Drogas 2020 de la UNODC: el consumo global aumenta a pesar de que el COVID-19 tiene un impacto de gran alcance en los mercados mundiales de drogas*.

https://www.unodc.org/mexicoandcentralamerica/es/webstories/2020/06_26_Informe_Mundial_Drogas_2020.html#:~:text=El%20Informe%20Mundial%20sobre%20las%20Drogas%202020%20ofrece%20un%20panorama,pandemia%20por%20el%20COVID%2D19.

Oficina de las Naciones Unidas contra las drogas y el delito. (2019). *Informe Mundial sobre las Drogas 2019: Conclusiones y Consecuencias en materias de Políticas*. https://wdr.unodc.org/wdr2019/prelaunch/WDR2019_B1_S.pdf

Organización Mundial de la salud, (s.f.). *Adicciones*.

http://www.url.edu.gt/portalurl/archivos/99/archivos/adicciones_completo.pdf

Solano, C. (2017). *Estilos de Afrontamiento y riesgo de recaída en adictos residentes en Comunidades Terapéuticas de Lima*. [Tesis Maestría, Universidad Mayor de San Marcos]. Cybertesis.

https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/6629/Solano_mc.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Torres, J. (2019). *Estilos de Afrontamiento y consumo de Alcohol - Cannabis en estudiantes de una Universidad de Lima sur*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma

del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/891/1/Torres%20Pineda%2c%20Jordy%20Bern.pdf>

Moyano, M., Cueva, N. & Guerrero, S. (2016). *Estrategias de Afrontamiento en Pacientes Dependientes al Alcohol y cocaína internos en el Hospital Psiquiátrico Humberto Ugarte Camacho, Centro de Reposo y Adicciones CRA*. [Tesis de Licenciatura, Universidad del Azuay]. Repositorio Institucional de la Universidad del Azuay.

<http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/6470>

Solís, C., Vidal, A. (2006). Estilos y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes. *Revista de Psiquiatría y salud Mental Hermilio Valdizan Vol VII (N° 1)*, pp. 33 – 39.

<http://www.hhv.gob.pe/wp-content/uploads/Revista/2006/I/2006.htm>

De León, G. (2004). *La comunidad Terapéutica y las Adicciones*. Sello Editorial Descléedprouwel.

Comisión Nacional para el Desarrollo. (2007). *Información básica para la reducción de la Demanda de Drogas*.

Figuroa, J. (2009). Conceptos Básicos de Investigación. *Manuel de Investigación Científica* (pp. 11 – 20). Editorial JqN.

Anexos

Anexo 1: Matriz de consistencia

ANEXO N° 01

Matriz de consistencia

“Estilos de Afrontamiento al Estrés que Predominen en Usuarios de una Comunidad Terapéutica en Tiempos de Pandemia de Lima, 2021”

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVO	VARIABLE DE ESTUDIO	METODOLOGIA
“Estilos de Afrontamiento al estrés que predominan en Usuarios de una Comunidad Terapéutica en tiempos de Pandemia de Lima 2021”.	<p>PROBLEMA GENERAL:</p> <p>¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?.</p> <p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS:</p> <p>- ¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocados en el problema en usuarios de una comunidad</p>	<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.</p> <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</p> <p>- Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en</p>	<p>VARIABLE:</p> <p>ESTILOS DE AFRONTAMIENTO</p> <p>DIMENSIONES:</p> <p>- Estilos de afrontamiento enfocados en el problema.</p> <p>- Estilos de afrontamiento enfocado en la emoción.</p> <p>- Otros estilos adicionales de afrontamiento.</p>	<p>ENFOQUE:</p> <p>Cuantitativo.</p> <p>DISEÑO:</p> <p>Experimental Transversal.</p> <p>TIPO: Descriptivo</p> <p>POBLACIÓN: de 100 usuarios de una comunidad terapéutica de Lima.</p>

terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?

- ¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?

- ¿Cuál es el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021?

el problema en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

- Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en la emoción en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

- Identificar el estilo de afrontamiento al estrés predominante en los modos a reaccionar enfocado en otros estilos adicionales en usuarios de una comunidad terapéutica durante la pandemia Lima, 2021.

MUESTRA: 80 usuarios de una comunidad terapéutica de Lima.

MUESTREO: no probabilístico intencional.

INSTRUMENTO: Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés (COPE).

AUTORES: Bach. Munguia Quijada Bertha del Rosario y Cardenas Rios Brigitte Katherine

Anexo 2: Matriz de operacionalización de variable

ANEXO N° 02

Matriz de operacionalización de la variable

“Estilos de Afrontamiento al Estrés que Predominen en Usuarios de una Comunidad Terapéutica en Tiempos de Pandemia de Lima, 2021”

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ESTILOS DE AFRONTAMIENTO	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
ESTILOS DE AFRONTAMIENTO	<p>ESTILOS DE AFRONTAMIENTO:</p> <p>Los estilos de afrontamiento son las tendencias personales para poder afrontar las diferentes situaciones siendo conscientes de las inclinaciones en el uso de uno u otro tipo de estrategias de afrontamiento, así como también su equilibrio temporal y situacional de la persona Verá (2004).</p> <p>Podemos mencionar que los estilos de afrontamiento según</p>	<p>El estilo de afrontamiento se medirá en base al Cuestionario de estilos de afrontamiento a, estrés (COPE).</p>	<p>ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADOS EN EL PROBLEMA:</p> <p>Reflejan un afrontamiento activo acompañándose de planificación y la supresión de otras actividades. Así mismo la postergación del afrontamiento y la búsqueda de apoyo social.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Afrontamiento Activo. ▪ Planificación. ▪ La supresión ▪ La Postergación ▪ Búsqueda de Apoyo 	<p>1,14,27,40</p> <p>2,15,28,41</p> <p>3,16,29,42,</p> <p>4,17,30,43</p> <p>5,18,31,44.</p>	<p>Va Siempre (SI), Nunca (NO).</p>

Fernández (1997), refiere que estilos activos, pasivo y de evitación; según la focalización, estilos de focalización en la respuesta, en el problema o en la emoción; y según la actividad, estilos centrados en la actividad cognitiva o en la actividad conductual.

ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN LA EMOCIÓN:	▪ Soporte Emocional.	6,19,32,45
	▪ Reinterpretación positiva.	7,20,33,46
	▪ La aceptación.	8,21,34,47
Muestran la búsqueda de soporte emocional, reinterpretación positiva y desarrollo personal. Así mismo acompañada de la aceptación, el acudir a la religión y análisis de las emociones.	▪ Acudir a la Religión.	9,22,35,48
	▪ Análisis de las Emociones.	10,23,36,49
OTROS ESTILOS ADICIONALES DE AFRONTAMIENTO :	▪ Negación	11,24,37,50
	▪ Conductas Inadecuadas.	12,25,38,51
	▪ Distracción	13,26,39,52
Corresponde a la negación, conductas inadecuadas y distracción.		

Anexo 3: Matriz de operacionalización del instrumento

ANEXO N° 03

Matriz de operacionalización del instrumento

“Estilos de Afrontamiento al Estrés que Predominen en Usuarios de una Comunidad Terapéutica en Tiempos de Pandemia de Lima, 2021”

VARIABLE	DIMENSIONES	ITEM	ESCALA VALORATIVA	INDICADORES O CATEGORÍAS	INSTRUMENTO
Estilos de Afrontamiento	Estilos de afrontamiento enfocados en el problema	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ejecutar acciones adicionales para deshacerme del problema. 2. Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema. 3. Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema. 4. Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema. 5. Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron. 14. Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema. 15. Elaboró un plan de acción. 16. Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejar de lado otras actividades. 17. Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita. 18. Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema. 	Va Siempre (SI), Nunca (NO).	ALTO BAJO	Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (COPE).

-
27. Hago paso a paso lo que tiene que hacerse.
 28. Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema.
 29. Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema.
 30. Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.
 31. Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema.
 40. Actúo directamente para controlar el problema.
 41. Pienso en la mejor manera de controlar el problema.
 42. Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema.
 43. Me abstengo de hacer algo demasiado pronto.
 44. Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema.

6. Hablo con alguien sobre mis sentimientos.
7. Busco algo bueno de lo que está pasando.
8. Aprendo a convivir con el problema.
9. Busco la ayuda de Dios.
10. Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones.
19. Busco el apoyo emocional de amigos o familiares.

-
- enfocado en la emoción
20. Trato de ver el problema en forma positiva.
 21. Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado.
 22. Deposito mi confianza en Dios.
 23. Libero mis emociones.
 32. Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.
 33. Aprendo algo de la experiencia.
 34. Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido. Trato de encontrar consuelo en mi religión.
 35. Trato de encontrar consuelo en mi religión.
 36. Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros.
 45. Busco la simpatía y la comprensión de alguien.
 46. Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia.
 47. Acepto que el problema ha sucedido.
 48. Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema.
 49. Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema.

Otros estilos
adicionales de
enfrentamiento

11. Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.
12. Dejé de lado mis metas.
13. Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente.
24. Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.
25. Dejo de perseguir mis metas.
26. Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema.
37. Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema.
38. Acepto que puedo enfrentar el problema y lo dejo de lado.
39. Sueño despierto con otras cosas que no se relacionan al problema.
50. Me digo a mí mismo: "Esto no es real".
51. Disminuye los esfuerzos que pongo para solucionar el problema.
52. Duermo más de lo usual.

AUTORES: Bach. Munguia Quijada Bertha del Rosario y Cardenas Rios Brigitte Katherine

Anexo 4: Constancia de Aplicación del instrumento



CUESTIONARIO DE MODOS DE AFONTAMIENTO AL ESTRÉS FORMA DISPOSIONAL

Nombre y Apellido: _____

Edad: _____ Sexo: F – M Fecha: _____

Institución: _____

INSTRUCCIONES

Nuestro interés es conocer como las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar que cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentran en tal situación, seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos **QUE MAS USA**.

No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

NUNCA (NO)

SIEMPRE (SI)

		NUNCA (NO)	SIEMPRE (SI)
1	Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema.		
2	Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema.		
3	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.		
4	Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.		
5	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron.		
6	Hablo con alguien sobre mis sentimientos.		
7	Busco algo bueno de lo que está pasando.		
8	Aprendo a convivir con el problema.		
9	Busco la ayuda de Dios.		
10	Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones.		
11	Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.		
12	Dejo de lado mis metas.		
13	Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente.		

16	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades.		
17	Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita.		
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema.		
19	Busco el apoyo emocional de amigos o familiares.		
20	Trato de ver el problema en forma positiva.		
21	Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado.		
22	Deposito mi confianza en Dios.		
23	Libero mis emociones.		
24	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.		
25	Dejo de perseguir mis metas.		
26	Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema.		
27	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse,		
28	Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema.		
29	Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema.		
30	Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.		
31	Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema.		
32	Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.		
33	Aprendo algo de la experiencia.		
34	Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido. Trato de encontrar consuelo en mi religión.		
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión.		
36	Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros.		
37	Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema.		
38	Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado.		
39	Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema.		
40	Actúo directamente para controlar el problema.		
41	Pienso en la mejor manera de controlar el problema-		
42	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema.		
43	Me abstengo de hacer algo demasiado pronto.		
44	Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema.		
45	Busco la simpatía y la comprensión de alguien.		
46	Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia.		
47	Acepto que el problema ha sucedido.		
48	Rezo más de lo usual.		
49	Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema.		
50	Me digo a mí mismo : "Esto no es real".		
51	Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema.		
52	Duermo más de lo usual.		



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Estilos de Afrontamiento al estrés que predominan en usuarios de una comunidad Terapéutica en tiempos de Pandemia de Lima, 2021", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: "Munguia Quijada Bertha del Rosario y Cárdenas Ríos Brigitte Katherine"

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis 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 mi 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,29..... de junio..... 2021.



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres: Munguia Quijada Bertha del Rosario

N° DNI:

1. Responsable de investigación
Apellidos y nombres: Munguia Quijada Bertha del Rosario.
D.N.I. N° 46163648.
N° de teléfono/celular: 959163029.
Email: brmq psicologa@gmail.com
Firma:

4. Asesor(a) de investigación
Apellidos y nombres: José Cuadros Espinoza
D.N.I. N° 45488221.
N° de teléfono/celular: 924890876.
Email: d.jcuadrose@upla.edu.pe
Firma:

2. Responsable de investigación
Apellidos y nombres: Cárdenas Ríos Brigitte Katherine.
D.N.I. N° 48137983.
N° de teléfono/celular: 977197795.
Email: brigite_c27@hotmail.com
Firma:

3. Asesor(a) de investigación
Apellidos y nombres: Vilchez Galarza Nilton David.
D.N.I. N° 41665934.
N° de teléfono/celular: 912085934.
Email: d.nvilchez@upla.edu.pe
Firma:

**CUESTIONARIO DE MODOS DE AFONTAMIENTO
AL ESTRÉS
FORMA DISPOSICIONAL**

John Scanz Zuniga

Nombre y Apellido: John Scanz Zuniga Sexo: F-♀ Fecha: 29-06-21
 Edad: 25 Institución: Novo World

INSTRUCCIONES

Nuestro interés es conocer como las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar que cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentran en tal situación, seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos **QUE MAS USA**.

No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

NUNCA (NO)
SIEMPRE (SI)

	NUNCA (NO)	SIEMPRE (SI)
1 Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema.		X
2 Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema.		X
3 Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.	X	
4 Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.		X
5 Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron.		X
6 Hablo con alguien sobre mis sentimientos.	X	
7 Busco algo bueno de lo que está pasando.		X
8 Aprendo a convivir con el problema.		X
9 Busco la ayuda de Dios.		X
10 Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones.	X	
11 Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.		X
12 Dejo de lado mis metas.		X
13 Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente.		X
14 Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema.	X	
15 Elaboro un plan de acción.	X	
16 Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades.	X	
17 Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita.		X

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



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Estilos de Afrontamiento al estrés que predominan en usuarios de una comunidad Terapéutica en tiempos de Pandemia de Lima, 2021", mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: "Munguia Quijada Bertha del Rosario y Cárdenas Ríos Brigitte Katherine"

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis 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 mi 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, 29 de JUNIO, 2021.



(PARTICIPANTE)

Apellidos y nombres: Bertha del Rosario

N° DNI: 08885336

1. Responsable de investigación

Apellidos y nombres: Munguia Quijada Bertha del Rosario.

D.N.I. N° 46163648.

N° de teléfono/celular: 959163029.

Email: bmq.psicologa@gmail.com

Firma:

4. Asesor(a) de investigación

Apellidos y nombres: José Cuadros Espinoza

D.N.I. N° 45488221.

N° de teléfono/celular: 924890876.

Email: d.jcuadrose@upla.edu.pe

Firma:

2. Responsable de investigación

Apellidos y nombres: Cárdenas Ríos Brigitte Katherine.

D.N.I. N° 48137983.

N° de teléfono/celular: 977197795.

Email: brigitte_c27@hotmail.com

Firma:

3. Asesor(a) de investigación

Apellidos y nombres: Vilchez Galarza Nilton David.

D.N.I. N° 41665934.

N° de teléfono/celular: 912085934.

Email: d.nvilchez@upla.edu.pe

Firma:

**CUESTIONARIO DE MODOS DE AFONTAMIENTO
AL ESTRÉS
FORMA DISPONSIONAL**

Nombre y Apellido: DAVID ROMAN Fecha: 23-06-21
 Edad: 57 Sexo: F-M
 Institución: C.T. NOVO MUNDO.

INSTRUCCIONES

Nuestro interés es conocer como las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar que cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentran en tal situación, seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos **QUE MAS USA**.

No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

NUNCA (NO)
 SIEMPRE (SI)

	NUNCA (NO)	SIEMPRE (SI)
1 Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
6 Hablo con alguien sobre mis sentimientos.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
7 Busco algo bueno de lo que está pasando.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
8 Aprendo a convivir con el problema.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
9 Busco la ayuda de Dios.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
10 Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Dejo de lado mis metas.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
14 Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Elaboro un plan de acción.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

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

Anexo 5: Confiabilidad del Instrumento

CONSTANCIA

Juicio de experto

Yo, José Rafael Rodríguez Falla, con Documento Nacional de Identidad N° 09951176 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento: **“CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS” (Adaptado por Casuco 1996; en Chau 1998 en Población universitaria en Lima)**, cuyo responsable es la investigadora Bertha del Rosario Munguía Quijada con DNI N° 46163648 y la investigadora Brigitte Cárdenas Ríos con DNI N° 48137983, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: **“Estilos de Afrontamiento al estrés que predominan en usuarios de una Comunidad Terapéutica en tiempos de Pandemia de Lima, 2021”**.

Lima, 16 de junio del 2021.



RAFAEL RODRIGUEZ

Mg. Jose Rafael. Rodriguez Falla
DNI. 46163648
CPP. 6890

CONSTANCIA

Juicio de experto

Yo, LUIS EDUARDO ALLAN IZQUIERDO, con Documento Nacional de Identidad N°06175625 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento: **“CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS” (Adaptado por Casuco 1996; en Chau 1998 en Población universitaria en Lima)**, cuyo responsable es la investigadora Bertha del Rosario Munguía Quijada con DNI N° 46163648 y la investigadora Brigitte Cárdenas Ríos con DNI N° 48137983, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: **“Estilos de Afrontamiento al estrés que predominan en usuarios en una Comunidad Terapéutica en tiempos de Pandemia de Lima, 2021”**.

Lima, 16 de junio del 2021.



Mg. Luis E. Allan I.
PSICÓLOGO
C.P. 1923

CONSTANCIA

Juicio de experto

Yo, Walter Hernan Patricio Peralta, con Documento Nacional de Identidad N°10535461 certifico que realicé el juicio de experto del instrumento: **“CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS” (Adaptado por Casuco 1996; en Chau 1998 en Población universitaria en Lima)**, cuyo responsable es la investigadora Bertha del Rosario Munguía Quijada con DNI N° 46163648 y la investigadora Brigitte Cárdenas Ríos con DNI N° 48137983, quienes solicitan el apoyo a fin de realizar la investigación: **“Estilos de Afrontamiento al estrés que predominan en usuarios en una Comunidad Terapéutica en tiempos de Pandemia de Lima, 2021”**.

Lima, 16 de junio del 2021



Mg. Walter Hernán Patricio Peralta
DNI: 10535461
C.P.P. 9682

Anexo 6: Data de procesamiento de Datos

BASE DE DATOS DE LA PRUEBA PILOTO

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52				
1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	30				
2	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	35		
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	34		
4	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	30			
5	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	34		
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	43		
7	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	33			
8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	39	
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	39
10	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	23
11	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	35	
12	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	34		
13	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	39	
14	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	37	
15	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	26
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	37	
17	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	34	
18	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	28	
19	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	36	
20	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	19		
Varianza	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2				
Suma var	9.6																																																							
Var. Total	79																																																							

Anexo 7: Autorización de la Institución



Los Olivos, 15 de junio de 2021.

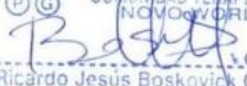
SEÑOR (ES)
UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES.

Estimados señores:

Por medio de la presente y en referencia a la SOLICITUD PRESENTADA por los bachilleres: Bertha del Rosario Munguía Quijada con DNI N° 46163648 y la investigadora Brigitte Cárdenas Ríos con DNI N° 48137983, donde solicitan realizar su investigación en nuestra institución para la obtención del título profesional como psicólogas y donde refieren que realizarán la investigación: **“Estilos de Afrontamiento al estrés que predominan en usuarios de una Comunidad Terapéutica en tiempos de Pandemia de Lima, 2021”**

Nuestra institución en respuesta a lo solicitado, manifestamos la ACEPTACION para la realización de dicha investigación.

Atentamente,

ASOCIACION CULTURAL
COMUNIDAD TERAPEUTICA
NOVO WORLD

Ricardo Jesús Boskovich Gutiérrez
DIRECTOR
COMUNIDAD TERAPEUTICA
NOVO WORLD

Anexo 8: Declaración de Confidencialidad



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

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo Cárdenas Ríos Brigitte Katherine, identificado (a) con DNI N° 48137983 egresado la escuela profesional de Psicología, habiendo implementado el informe final del proyecto de investigación TITULADO “ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS QUE PREDOMINAN EN USUARIOS DE UNA COMUNIDAD TERAPÉUTICA EN TIEMPOS DE PANDEMIA DE LIMA, 2021”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Lima, 23 de Junio 2021.



Cardenas Rios Brigitte Katherine
Responsable de Investigación



DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo: Bertha del Rosario Munguía Quijada identificado (a) con DNI N° 46163648 egresado la escuela profesional de Psicología, habiendo implementado el informe final del proyecto de investigación titulado “ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS QUE PREDOMINAN EN USUARIOS DE UNA COMUNIDAD TERAPÉUTICA EN TIEMPOS DE PANDEMIA DE LIMA, 2021.”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes , salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 23 de junio 2021.



Munguia Quijada Bertha del Rosario

Responsable de investigación

Anexo 9: Fotos de Aplicación del Instrumento



