

20.6%

Resultados del Análisis de los plagios del 2023-12-21 05:35 UTC

TESIS MARIELA PAREDES AYALA.docx

Fecha: 2023-12-21 05:22 UTC

* Todas las fuentes 40 | Fuentes de internet 40

<input checked="" type="checkbox"/>	[0]	scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202012000200006	4.6%	15 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[1]	catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lps/gonzalez_r_g/apendiceB.pdf	4.0%	9 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[2]	scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142018000200004	6.6%	63 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[3]	repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/656750/ReboraC_D.pdf?sequence=3	5.4%	50 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[4]	www.academia.edu/110650606/Estrategias_de_afrontamiento_en_estudiantes_de_tercero_a_quinto_año_de_educación_secundaria_de_una_institución_educativa_privada_del_distrito_del_Calli	4.5%	43 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[5]	dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3932955.pdf	4.1%	40 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[6]	1library.co/article/clasificación-del-afrontamiento-estrategias-del-afrontamiento.yj7jp36y	3.7%	34 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[7]	www.hhv.gov.pe/wp-content/uploads/Revista/2006/I/3-ESTILOS_Y ESTRATEGIAS_DE_AFRONTAMIENTO.pdf	3.1%	22 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[8]	rieoei.org/historico/deloslectores/1342Mora.pdf	2.8%	25 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[9]	1library.co/article/variables-instrumentos-pretende-identificar-relaciones-estrategias-afro.zk7e278q	2.4%	18 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[10]	1library.co/article/afrontamiento-adolescente-propuesta-evaluación-frydenberg-lewis.zk7e278q	2.6%	27 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[11]	dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=84267	2.0%	15 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[12]	repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29969/Soto_GRC.pdf?sequence=1	2.0%	21 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[13]	www.academia.edu/36323909/ESCALA_DE_AFRONTAMIENTO_PARA_ADOLESCENTES_Escalas_de_Afrontamiento_para_Adolescentes	2.1%	24 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[14]	blog.pucp.edu.pe/blog/logored/2022/04/19/estrategias-de-afrontamiento/	1.8%	17 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[15]	www.grafiatl.com/es/literature-selections/estres-en-la-adolescencia/	1.5%	19 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[16]	1library.co/article/escala-afrontamiento-adolescentes-acs-frydenberg-lewis.z1lv7eeq	1.3%	14 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[17]	cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/6219	0.9%	14 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[18]	repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1214	0.8%	11 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[19]	upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf	0.7%	9 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[20]	1library.co/article/aspectos-teóricos-afrontamiento-estrategias-afrontamiento-adolescente.zk7e278q	0.6%	8 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[21]	dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=76501	0.6%	7 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[22]	www.scribd.com/document/338030207/acs-escalas-de-afrontamiento-para-adolescentes-pdf	0.4%	7 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[23]	repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16317/Granados_PAM.pdf?sequence=1	0.4%	4 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[24]	1library.co/article/operacionalización-variables-relación-inteligencia-emocional-rendimiento.z31j4j7y	0.4%	5 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[25]	repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/31690	0.2%	3 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[26]	www.bing.com/ck/a?!&p=cd9f555a7a1fb212JmldHM9MTcwMzAzMDQwMCZpZ3VpZD0xNTc2NDE0Zi0xZmVlTzhNTgtMzE1NS01MmExMWVlYzZiZDAmaW5zaWQ9NTE5Nw&ptn=3&ver=2&h	0.3%	4 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[27]	www.aeesme.org/wp-content/uploads/docs/guia_nutricion_saludable.pdf	0.2%	2 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[28]	www.som360.org/es/blog/autoestima-como-base-buena-salud-mental	0.2%	3 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[29]	1library.co/article/operacionalizacion-variables-actitudes-estilos-aprendizaje-asociados-rendi.y81r152z	0.2%	1 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[30]	www.unodc.org/documents/GAP/GAP_Toolkit_Module_3_SPANISH.pdf	0.1%	3 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[31]	www.bing.com/ck/a?!&p=cce512614875d737JmldHM9MTcwMzAzMDQwMCZpZ3VpZD0yNjRhZGZyY0MzMGJlTzZmYTkMjI3OS1jY2FmNjEzMDZlMmE1NS01MmExMWVlYzZiZDAmaW5zaWQ9NTE2Nw&ptn=3&ver=2&h	0.2%	3 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[32]	es.scribd.com/document/478047817/Clima-social-familiar-y-estilos-de-afrontamiento-al-estres-en-adolescentes-pdf	0.1%	2 resultados
<input checked="" type="checkbox"/>	[33]	www.bing.com/ck/a?!&p=794334a3ecca38e2JmldHM9MTcwMzAzMDQwMCZpZ3VpZD0xNTc2NDE0Zi0xZmVlTzhNTgtMzE1NS01MmExMWVlYzZiZDAmaW5zaWQ9NTE3Mw&ptn=3&ver=2&h	0.1%	1 resultados

- ✓ [34] lamenteesmaravillosa.com/tecnicas-para-desarrollar-habilidades-atrontamento/
0.1% 1 resultados

- ✓ [35] es.scribd.com/document/618761026/estres-academico
0.1% 1 resultados

- ✓ [36] www.academia.edu/37774390/Estilos_de_aprendizaje_y_rendimiento_academico
0.1% 1 resultados

- ✓ [37] [context.reverso.net/translation/spanish-english/Se encontró relación significativa](https://context.reverso.net/translation/spanish-english/Se_encontró_relación_significativa)
0.1% 1 resultados

- ✓ [38] [context.reverso.net/traduccion/espanol-ingles/encontró relación significativa](https://context.reverso.net/traduccion/espanol-ingles/encontró_relación_significativa)
0.1% 1 resultados

- ✓ [39] www.spanishdict.com/examples/algunas veces lo hago?lang=es
0.0% 1 resultados

72 páginas, 11483 palabras

Nivel del plagio: 20.6% seleccionado / 20.8% en total

168 resultados de 40 fuentes, de ellos 40 fuentes son en línea.

Configuración

Directiva de data: *Comparar con fuentes de internet, Comparar con documentos propios*

Sensibilidad: *Media*

Bibliografía: *Considerar Texto*

Detección de citas: *Reducir PlagLevel*

Lista blanca: --

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO



Facultad de psicología
Carrera Profesional de Psicología

ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
PREDOMINANTES EN ESTUDIANTES DE PRIMER GRADO DE
SECUNDARIA
2023

Bach. Mariela Aracely Paredes Ayala

Asesor:

Dra. Liz Verónica Álvarez Cabanillas

Cajamarca – Perú

Diciembre - 2023

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO



Facultad de psicología
Carrera Profesional de Psicología

ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
PREDOMINANTES EN ESTUDIANTES DE PRIMER GRADO DE
SECUNDARIA

2023

Tesis presentada para obtener el Título Profesional de Licenciada en
Psicología

Bach. Mariela Aracely Paredes Ayala

Asesor:

Dra. Liz Verónica Álvarez Cabanillas

Cajamarca – Perú

Diciembre - 2023

COPYRIGHT©2023 by

MARIELA ARACELY PAREDES AYALA

Todos los derechos reservados

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y NO PLAGIO

Por medio del presente documento, yo, la bachiller Mariela Aracely Paredes Ayala quien ha elaborado este informe de tesis titulado ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO PREDOMINANTES EN ESTUDIANTES DE PRIMER GRADO DE SECUNDARIA, para optar el título profesional de Licenciada en Psicología otorgado por la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.

Declaro bajo juramento, que la presente investigación ha sido elaborada por mi persona y no existe ningún tipo de plagio o copia de otros trabajos realizados por otros autores o instituciones.

Toda información proveniente de otros autores se encuentra debidamente citada en el informe de tesis. Asumo así mismo la responsabilidad de cualquier omisión o error en el documento a este respecto y se reconoce el peso legal y ético de esta declaración de autenticidad.

Cajamarca Diciembre del 2023



Bach. Mariela Aracely Paredes Ayala

A:

Mi madre por su apoyo y sus esfuerzos para ayudarme a hacerlo posible. A mi hermana Gabriela, por su confianza en mí, por su apoyo incondicional en las buenas y en las malas.

A quienes sienten que no tienen la fuerza para lograr sus metas, si yo pude tú también, somos más fuertes de lo que pensamos.

AGRADECIMIENTO

A Dios por haberme dado la vida y una segunda oportunidad para lograr mis metas
y por haber hecho de mi vida algo mucho mejor.

Agradezco a mi familia por su apoyo incondicional, por la confianza puesta en mí y
por la motivación que me han dado para lograr este sueño.

A la institución educativa Juan XXIII, por su ayuda en la realización de esta tesis y
el soporte y el ánimo que recibí de su parte durante mis prácticas pre profesionales,
gracias por la motivación y la confianza puesta en mi trabajo.

RESUMEN

El afrontamiento es un tema importante en la vida de cada persona, al estudiarlo gran parte de la atención de los expertos se ha concentrado en las personas adultas y se ha dado poca atención a los adolescentes, aunque sea justamente esta población quien más apoyo necesita para saber cómo enfrentar los retos en su vida.

La adolescencia es una etapa compleja llena de cambios que conecta la niñez con la vida adulta, esos cambios y el entrono pueden generar estrés en los jóvenes y hacerlos más propensos a desarrollar conductas destructivas si no saben cómo manejarlos.

Es por ello que esta investigación se ha realizado con el objetivo de determinar los estilos y estrategias predominantes de los que hacen uso las estudiantes de primer grado de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Cajamarca. Tomando como muestra a 76 estudiantes, quienes fueron evaluadas con la Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS).

Los resultados obtenidos de la evaluación mostraron que el estilo de afrontamiento predominante en las estudiantes es el estilo centrado en resolver el problema y las estrategias de afrontamiento predominantes son: buscar ayuda espiritual, preocuparse y reservarlo para sí.

Palabras clave: estilos de afrontamiento, estrategias de afrontamiento, adolescentes

Abstract

Coping is an important issue in every person's life; however when some experts studying it, much of the attention has been focused on adults and little attention has been given to adolescents, although it's precisely this population who needs the most support to know how to face the challenges in their lives.

Adolescence is a complex stage, full of changes that connect childhood with adult life. These changes and the environment can generate stress in young people and make them more likely to develop destructive behaviors, if they don't know how to handle them.

That is why this research has been carried out with the objective of determining the predominant styles and strategies used by first-grade of secondary school students, at an educational institution in the city of Cajamarca. Taking as a sample 80 students, who were evaluated with the Adolescent Coping Scale (ACS).

The results obtained from the evaluation showed that the predominant coping style in the students is the style focused on solving the problem and the predominant coping strategies are: seeking spiritual help, worrying and keeping it to themselves.

Keywords: coping styles, coping strategies, adolescents

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Cuadro de validez y confiabilidad del instrumento: Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS).....	49
Tabla 2	Frecuencias y porcentajes generales de los Estilos de Afrontamiento de adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca - 2023.....	49
Tabla 3	Frecuencias y porcentajes de Estilos de Afrontamiento en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca - 2023. Comparativo entre secciones.....	50
Tabla 4	Frecuencias y porcentajes generales de Estrategias de afrontamiento en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023.....	52
Tabla 5	Frecuencias y porcentajes comparativos de Estrategias de afrontamiento en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023.....	53
Tabla 6	Frecuencias y porcentajes comparativos de estrategias según estilos de afrontamiento en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023.....	54

LISTA DE FIGURAS

Figura 1	Estilos de Afrontamiento predominantes en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023	50
Figura 2	Gráfico comparativo entre secciones de los porcentajes de Estilos de Afrontamiento predominantes en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca - 2023	51
Figura 3	Predominancia de las Estrategias de Afrontamiento predominantes en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023	52

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN.....	viii
<i>Abstract</i>	ix
LISTA DE TABLAS.....	x
LISTA DE FIGURAS.....	xi
ÍNDICE GENERAL.....	xii
INTRODUCCIÓN.....	14
CAPITULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	16
1.1. Planteamiento del problema.....	17
1.2. Formulación del problema.....	19
1.3. Objetivos.....	19
1.3.1. Objetivo general.....	19
1.3.2. Objetivos Espicíficos.....	19
1.4. Justificación de la investigación.....	20
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	21
2.1. Antecedentes de la investigación.....	22
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	22
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	25
2.1.3. Antecedentes locales.....	28
2.2. Bases teóricas.....	30
2.2.1. Adolescencia.....	30
2.2.2. Estrés.....	31
2.2.3. Afrontamiento.....	33
2.2.4. Estilos de afrontamiento.....	34
2.2.5. Estrategias de afrontamiento.....	37
2.2.6. Diferencias entre Estilos y Estrategias de afrontamiento.....	39
2.2.7. Evaluación de Estilos y Estrategias de afrontamiento en adolescentes.....	39
2.3. Definición de términos básicos.....	40
2.4. Hipótesis de investigación.....	41
2.4.1. Hipótesis generales.....	41
2.4.2. Hipótesis específicas.....	41
2.5. Definición operacional de variables.....	42
CAPÍTULO III: MÉTODO DE INVESTIGACIÓN.....	43
3.1. Tipo de investigación.....	44
3.2. Diseño de investigación.....	44
3.3. Población y unidad de análisis.....	44
3.3.1. Población.....	44
3.3.2. Muestra.....	44
3.3.3. Unidad de estudio.....	45
3.4. Instrumento.....	45
3.4.1. Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS).....	45
3.5. Procedimiento de recolección de datos.....	46
3.6. Técnica de análisis de datos.....	46
3.7. Consideraciones éticas.....	46

CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	48
4.1. Análisis de resultados	49
4.2. Contrastación de hipótesis general	54
4.3. Contrastación de hipótesis específicas	55
4.4. Discusión de resultados	55
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	57
5.1. Conclusiones	58
5.2. Sugerencias	58
REFERENCIAS	59
ANEXOS	63
ANEXO A	64
ANEXO B	65
ANEXO C	66
ANEXO D	67
ANEXO E	70

INTRODUCCIÓN

Durante su desarrollo, los adolescentes se enfrentan a muchas dificultades de diferente índole: sus propios cambios, las interacciones sociales, los retos académicos personales, entre otros. (Arteaga, 2005) Dichas dificultades generan estrés y la necesidad de usar estrategias de afrontamiento que se eligen según el estilo de individual (De Vera, 2004), elegir bien estas estrategias marcará la diferencia al afrontar los problemas.

En una investigación acerca de este tema se encontró que las estrategias más frecuentes eran las de búsqueda de soluciones. (Ñontol, 2018) En el caso de estudiantes de género femenino fue el estilo no productivo. (Tejada y Torres 2020).

Los resultados estos estudios muestran algunas diferencias y es importante también comprender a que se refieren los autores cuando hablan de estilos de afrontamiento y si este tema difiere de las estrategias de afrontamiento. Por este motivo se realizó esta investigación, para reconocer la diferencia entre ambos y conocer cuáles son predominantes en las estudiantes de primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca.

El objetivo de investigación fue determinar los estilos y las estrategias predominantes de afrontamiento en las estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca. Para este propósito se evaluó

una muestra de 76 estudiantes de tres secciones diferentes. El desarrollo de esta investigación se expone en la presente tesis a lo largo de cinco capítulos principales.

El primer capítulo es acerca del problema de investigación describe características principales como el planteamiento del problema y su formulación así como de los objetivos generales y específicos y la justificación de esta investigación.

En el segundo capítulo es acerca del marco teórico, contiene toda la información necesaria acerca del afrontamiento, los estilos y las estrategias así como las investigaciones antecesoras que aportan una visión más amplia de este tema a nivel internacional, nacional y local.

En el tercer capítulo sobre el método de investigación define características de la metodología utilizada, el tipo, el diseño así como la población y muestra que se ha tomado para este estudio y las características principales de la escala que se ha utilizado para evaluar. También incluye el procedimiento para recolectar datos y los principios éticos que han regido el estudio.

En un cuarto capítulo se analizarán los resultados y se contrastarán con ellos las hipótesis planteadas en el capítulo 2.

En el capítulo final se cierra la investigación con las conclusiones a las que se ha arribado y las sugerencias para la institución y para otros investigadores que deseen abordar el tema en el futuro.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

La adolescencia es una etapa de gran importancia en el desarrollo humano, pues se dan cambios en todas las áreas de la vida, cambios físicos, cambios emocionales, cambios en el desarrollo de su personalidad, la consolidación de su autoestima y su autonomía, cambios en la forma como se relacionan con su familia y sus amigos. Todo en conjunto puede generar cierto grado de estrés, además de que puede incrementar el riesgo a tener conductas perjudiciales como por ejemplo el consumo de alcohol y de sustancias o el bullying. (Viejo y Ruíz, 2015).

Para prevenir el desarrollo de conductas desadaptativas en los adolescentes y reducir su vulnerabilidad frente a las conductas de riesgo, es de gran importancia que el adolescente tenga estrategias de afrontamiento positivas (Velooso et al., 2010). Tener estilos de afrontamiento positivos puede ser de mucha utilidad para los adolescentes, ayudándoles a enfrentar situaciones altamente demandantes con una mayor probabilidad de superarlas, además de fortalecer su confianza personal y su perseverancia pues cuentan con más opciones y reconocen con mayor facilidad lo que necesitan hacer para resolver o sobrellevar esas dificultades, utilizando las estrategias que mejor se adapten a sus circunstancias y que le sean de más ayuda. (Condori, 2020)

La falta de recursos puede mover a muchos jóvenes a actuar de manera violenta cuando surgen desacuerdos. Una investigación realizada por Sacapuca, en una institución educativa en Arequipa que correlacionó las estrategias de afrontamiento con la agresividad, concluyó

que las estrategias de afrontamiento positivas como el concentrarse en resolver el problema y el buscar ayuda, eran más frecuentes en los estudiantes que daban menos muestras de agresividad hacia otros cuando surgen dificultades, algo que es de mucha importancia pues puede marcar una pauta en cómo se manejan los problemas en las interacciones sociales. (2021).

Al correlacionar los trastornos de la conducta alimentaria con las estrategias de afrontamiento, las autoras españolas Quiles y Terol mencionan que, el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria se asocia con la respuesta de las jóvenes a las situaciones de la vida que generan niveles de estrés, a las cuales no tienen los recursos para enfrentarse y perciben como más amenazantes que para las demás personas. Así como también observaron que tener estrategias de afrontamiento inadecuadas podía acentuar el problema entre las jóvenes que ya presentaban estos problemas alimenticios. (2008)

Referente a cuál es el estilo de afrontamiento predominante en adolescentes, un estudio realizado en una institución educativa en Ancash, obtuvo que el estilo predominante era el estilo no productivo, que implica cierto temor a hacerle frente a las dificultades; sin embargo en la discusión de su investigación, las autoras Moreno y Olivos comenta que sus resultados difieren a los obtenidos en una investigación antecesora realizada por Huapaya (2017) cuyos resultados indicaban como predominante el estilo dirigido a la resolución del problema. (2020)

Como se puede observar importante diferencia entre los

estudios realizados como también la importancia de tener buenos estilos y estrategias de afrontamiento, sobretodo en la adolescencia, se hace notar la necesidad de conocer cuáles son los estilos y estrategias de afrontamiento predominantes en adolescentes de nuestra localidad.

1.2. Formulación del problema

¿Cuáles son los estilos y estrategias de afrontamiento predominantes en las estudiantes del primer grado de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Identificar los estilos y estrategias de afrontamiento predominantes en las estudiantes del primer grado de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar los estilos de afrontamiento predominantes en las estudiantes del primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca.

Identificar las estrategias de afrontamiento predominantes en las estudiantes del primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca.

1.4. Justificación de la investigación

La presente investigación está dirigida a conocer los estilos y estrategias de afrontamiento predominantes de las estudiantes de primer grado de secundaria, con el objetivo en mente de poder comprender como hacen frente a las dificultades y poder fomentar el fortalecimiento de los estilos y las estrategias que les puedan ser de mayor utilidad en el contexto de la ciudad de Cajamarca.

A nivel teórico esta investigación podrá servir como base para comprender las diferencias entre estilos y estrategias de afrontamiento, lo cual podrá marcar nuevas líneas de investigación y como antecedente para investigar más problemáticas relacionadas a estos constructos.

De forma práctica podrá ofrecer temas acerca de los cuales se puedan realizar actividades dentro de la institución, que estén dirigidas a seguir fortaleciendo los estilos y estrategias de afrontamiento positivos que tengan menor prevalencia.

A nivel social podrá aportar datos que sirvan de base para realizar actividades con estudiantes y padres de familia que prueban estilos y estrategias de afrontamiento, con un objetivo más claro en mente al haberse realizado una exploración situacional previa con esta investigación.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales

Palomar y Avalos (2019) elaboraron la investigación titulada *Funcionalidad familiar y estrategias de afrontamiento en adolescentes de bachillerato*, en el que se plantearon el objetivo de analizar la relación existente entre la funcionalidad familiar y las estrategias de afrontamiento de una muestra de 500 estudiantes voluntarios de una universidad de Jalisco México. Para medir las estrategias de afrontamiento se utilizó la escala de afrontamiento (ASC) y para evaluar funcionalidad familiar se utilizó el Inventario Familiar de Autoinforme, los resultados obtenidos en las evaluaciones mostraron que el modelo nuclear era la estructura familiar mayoritaria (76%), y mostrando un desempeño sano en las familias. En cuanto a las estrategias de afrontamiento las más frecuentes fueron: buscar diversiones relajantes en primer lugar y en segundo y tercer lugar preocuparse y esforzarse y tener éxito. El estudio concluyó que existe una relación positiva entre ambas variables, pues la funcionalidad familiar prepara a sus integrantes para hacerle frente a las dificultades y exigencias de la vida.

Córdoba (2020) realizó una investigación acerca de *Adolescencia: estrés diario, dificultades interpersonales y estrategias y estilos de afrontamiento*. Su objetivo fue el evaluar las relaciones sociales de los adolescentes y el estrés cotidiano que conlleva, así como explorar las estrategias de afrontamiento con las que cuentan.

Para este propósito se evaluaron 110 estudiantes de ambos géneros de edades comprendidas entre los 11 y 16 años, de una institución educativa de Madrid. En esta investigación también se hizo uso de la Escala de Afrontamiento Adolescente (ACS), una escala sobre manifestaciones del estrés y el Cuestionario CEDIA que mide dificultades interpersonales en adolescentes. Se encontraron diferencias importantes tanto en relaciones interpersonales, estrés y estrategias de afrontamiento en ambos géneros y que el estilo de afrontamiento más frecuente entre los estudiantes es el estilo no productivo, el cual tiene relación significativa con los problemas interpersonales.

González, Palomera y Lázaro (2021) en su artículo de investigación titulado *Empatía, estilos de afrontamiento y actitudes hacia el consumo como factores de protección del consumo intensivo de alcohol y policonsumo en la adolescencia*. Plantearon el objetivo de analizar el efecto que pueda ejercer la empatía, los estilos de afrontamiento y la actitud hacia el consumo en el uso del alcohol como uso intensivo y policonsumo, para lo cual tomaron como muestra 799 adolescentes. Los resultados mostraron que el afrontamiento no productivo predijo un consumo de alcohol mayor, a diferencia del estilo de afrontamiento activo que junto con una actitud de rechazo al consumo podrían reducir a futuro el uso simultáneo de alcohol y cannabis.

Tibán y Tisalema (2022) en su investigación de tesis titulada *Estilos de afrontamiento en adolescentes que retornan a clases presenciales de una unidad educativa de Tungurahua* en Ecuador, se plantearon el objetivo de conocer los estilos de afrontamiento de estudiantes que estaban retomando sus clases presenciales, para poder determinar cuáles son, compararlas en relación al sexo de los estudiantes y clasificarlas. Se evaluó a 60 estudiantes con la Escala de afrontamiento para adolescentes y se obtuvo que el estilo de afrontamiento predominante está dirigido a resolver los problemas y sus estrategias son eficientes en su mayoría.

Suárez y Shugulí (2022) publicaron un artículo de investigación en la revista de psicología UNEMI con el título *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes institucionalizados*, el objetivo de esta investigación fue correlacionar las estrategias de afrontamiento con el bienestar psicológico de adolescentes ecuatorianos institucionalizados, realizaron una investigación de corte transversal no experimental. Se evaluaron un total de 62 adolescentes utilizando la Escala de afrontamiento para adolescentes y la escala de Bienestar psicológico de Cashullo. Se obtuvo que el estilo predominante de afrontamiento es el estilo productivo, el cual tuvo una correlación más alta con la dimensión de vínculos psicosociales de bienestar psicológico.

Zuluaga (2022) en su investigación de tesis *Estrategias de afrontamiento en adolescentes escolarizados con sintomatología*

depresiva, se planteó el objetivo de describir las estrategias de afrontamiento que más utilizan los adolescentes que presentan sintomatología depresiva. Para lograr el objetivo se evaluaron 42 adolescentes con el Inventario de depresión de Beck II y la escala de estrategias de Coping modificada. Se obtuvo que las estrategias más utilizadas fueron las centradas en la emoción, notándose una diferencia en cuanto a la estrategia que usaban hombres y mujeres, en mujeres la más común fue reacción agresiva en mujeres y evitación emocional en los varones. También se observó que quienes mostraban sintomatología depresiva leve usaban más la solución de problemas, quienes tenían sintomatología moderada utilizaron más la autonomía y quienes presentaban sintomatología grave reacción agresiva.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Neira (2018) realizó una investigación de tesis titulada *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa José María Eguren – Barranco, 2018*, su objetivo fue determinar la relación existente entre el afrontamiento y el bienestar psicológico de los estudiantes, para lo cual se evaluó a una muestra de 168 adolescentes con la Escala de afrontamiento para adolescentes y la escala de bienestar psicológico (BIEPS-J). Se encontró correlación significativa entre ambas variables y concluyó que un mayor nivel de bienestar psicológico favorecerá la presencia de estrategias de afrontamiento

como por ejemplo el buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema entre otras, a diferencia de un menor nivel de bienestar favorecerá la aparición de estrategias de afrontamiento orientadas a evitar el problema.

Vidal (2019) en su investigación de tesis titulada *Autoestima y estilos de afrontamiento en estudiantes de 3° de secundaria de la institución Educativa 2095 Heman Busse de la Guerra – Los olivos, 2018*. Determinó la relación entre autoestima y estilos de afrontamiento de los estudiantes. Fueron evaluados en total 132 estudiantes, con la Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Afrontamiento de Frydenberg. Se encontró que existe relación positiva y significativa entre el estilo de afrontamiento de resolver el problema y la autoestima.

Condorimay y Quiro (2020) hicieron una investigación para su tesis de licenciatura titulada *Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019*, en la cual se plantearon el objetivo de determinar la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento de estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Juliaca, evaluando como muestra a 99 estudiantes de 1° a 5° grado de secundaria, utilizando el inventario SISCO para evaluar estrés y la escala ACS para afrontamiento. En los resultados descubrieron que existe una relación positiva y significativa entre el nivel de estrés y los estilos de afrontamiento en general.

Flores (2019) elaboro una tesis sobre el tema *Estilos de afrontamiento y depresión en adolescentes de institución pública de Lima Metropolitana*, con el objetivo de determinar la relación existente entre los estilos de afrontamiento y la depresión en adolescentes. Se utilizaron el cuestionario Brief COPE para estilos de afrontamiento y el inventario de depresión Beck II para evaluar a 177 estudiantes. Se halló que existe una relación significativa entre los estilos de afrontamiento y la depresión en los estudiantes y que los estilos predominantes son positivos lo cual está previniendo la aparición de síntomas depresivos.

Moreno y Olivos (2021) en su investigación titulada *Estilos de Afrontamiento en Adolescentes de una Institución Educativa de Nuevo Chimbote, Ancash, 2020*, tuvieron el objetivo de describir los estilos de afrontamiento de los adolescentes de la institución educativa, se tomó como muestra a un total de 212 estudiantes utilizando para evaluarlos la Escala de Afrontamiento para adolescentes ACS-adaptado. Los resultados obtenidos mostraron que el estilo de afrontamiento usado con mayor frecuencia en los adolescentes es el estilo no productivo, que implica que los adolescentes sienten dificultades para avanzar de los sentimientos de preocupación y pasar a la acción para resolver el problema evitando la situación que les genera dificultad, la cual consideran los autores en su discusión como una estrategia disfuncional.

Zambrano (2023) realizó una investigación de tesis acerca de

Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de secundaria de un colegio privado con el objetivo de determinar la relación existente entre los estilos de afrontamiento que presentan sus estudiantes y su nivel de felicidad. Para esta investigación se evaluaron 31 estudiantes del nivel secundarios de 3° a 5° de un colegio de Arequipa. Se identificó que el estilo de afrontamiento mayoritario es el estilo no productivo y que presentan un nivel medio de felicidad; sin embargo no se encontró relación significativa entre ambas variables.

García (2023) investigó sobre *Procrastinación académica y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular de Chiclayo*, el objetivo de investigación planteado fue determinar la relación existente entre la procrastinación en el aspecto académico y las estrategias de afrontamiento. Se evaluaron 102 estudiantes. En los resultados se encontró que no existe relación estadísticamente significativa, sin embargo se encontró que las estrategias de afrontamiento presentes son favorable para que se haya dado un nivel bajo de procrastinación académica, de solo el 12%.

2.1.3. Antecedentes locales

Pérez y Ñontol (2018) realizaron una investigación para trabajo de tesis sobre *Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una Institución Educativa de Cajamarca* en la cual establecieron el objetivo de conocer la relación existente entre el estilo

de apego y las estrategias de afrontamiento. Se evaluaron 167 estudiantes de una institución educativa de Cajamarca. Los resultados indicaron que el estilo de apego predominante (95%) es el apego inseguro y las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes son las estrategias de búsqueda de soluciones. La correlación entre ambas variables es significativa.

Góngora y Pérez (2018) elaboraron su trabajo de tesis en base al tema *Estrategias de Afrontamiento e Ideación suicida en Mujeres Adolescentes de un Institución Educativa Particular en la Ciudad de Cajamarca*, su objetivo de investigación fue establecer la relación entre las estrategias de afrontamiento y la ideación suicida, tomando como muestra a 57 estudiantes mujeres con edades comprendidas entre los 12 y 17 años de edad. Los resultados indicaron que había una correlación directa entre las estrategias de afrontamiento: auto inculparse y guardarlo para sí con la ideación suicida. Y una correlación inversa de la ideación suicida con las estrategias de fijarse en lo positivo, resolver el problema y buscar apoyo espiritual y social.

Tejada y Torres (2020) realizaron una investigación en su trabajo de tesis titulada *Estilos de afrontamiento en adolescentes de cuatro instituciones educativas de nivel secundario según el sexo en la ciudad de Cajamarca*, con el objetivo de determinar las diferencias según el sexo en los estilos de afrontamientos de los estudiantes de diferentes instituciones educativas, para lo cual se evaluó virtualmente

un total de 247 estudiantes de nivel secundario con la escala de afrontamiento ASC, el estudio concluyó que los varones usaban con más frecuencia estilos de afrontamiento dirigidos a resolver el problema que las mujeres, quienes tendían más a un estilo de afrontamiento no productivo, y a evitar los problemas.

León A. y León C. (2020) realizaron una investigación acerca de los *Estilos de afrontamiento en adolescentes Albergados según modelos de acogimiento Residencial: tipo familiar y tipo institucional en la ciudad de Cajamarca*. Su objetivo de investigación fue determinar las diferencias en los estilos de afrontamiento de los adolescentes según el modelo de centro de acogida al cual pertenecen, sea de tipo residencial institucional o residencial familiar. Se evaluaron 49 adolescentes. En los resultados solo se encontró diferencias en el estilo de buscar apoyo espiritual, y en el de distracción física, en los cuales el centro de acogida de tipo familiar obtuvo un puntaje más alto frente al tipo residencial institucional.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Adolescencia

Powell lo define como una etapa del desarrollo humano comprendida entre los 11 y 24 años de edad, en la cual se alcanza la madurez, donde hay un rápido crecimiento físico y cambios en el aspecto social y cognoscitivo. (Arteaga, 2005)

Durante esta etapa el adolescente está aprendiendo a hacer uso de las nuevas habilidades cognitivas que está adquiriendo, las cuales le llevan a pasar del pensamiento concreto de la niñez al pensamiento abstracto. Este proceso va a relacionarse también con el cambio hacia la independencia y la autonomía y a ver la vida desde una visión más amplia. (Arteaga, 2005)

2.2.2. Estrés

Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez (2003) definen al estrés como un estado producido por un conjunto de exigencias que superan las capacidades del individuo o se consideran inusuales por lo cual se perciben como amenazantes para el bienestar y la integridad de la persona. Lazarus y Folkman destacan dos tipos de valoración psicológica, los cuales pueden ayudar a comprender su concepto de estrés:

- Valoración primaria: es una respuesta inicial que se da en función de la valoración que hace la persona sobre la situación en base a cuatro aspectos o modalidades:
 - a. Valoración de la amenaza: se percibe un peligro potencial
 - b. Valoración de desafío: se percibe una amenaza; pero a la vez una posibilidad de obtener alguna ganancia
 - c. Evaluación de pérdida: cuando ha habido un daño o como su nombre lo indica, una pérdida. (ejemplo: lesión física grave e incapacitante, fallecimiento de un familiar)

- d. Valoración de beneficio: no genera estrés.
- Valoración secundaria: está dirigido a marcar el plan de actuación frente al estímulo, delimitar las acciones a realizar y percibir las propias habilidades de afrontamiento.

Dadas ambas valoraciones se va a determinar el grado de estrés que genera la situación, ese estrés se verá reflejado a nivel fisiológico con respuestas asociadas al sistema nervioso, emocionales como sentimientos de malestar, miedo, ira etc. y cognitivas como preocupación y negación entre otras. (Solís y Vidal, 2006)

Estrés en la adolescencia

Lazarus y Folkman (1986), definen el estrés como el resultado de la interpretación tanto cognitiva como emocional de las interrelaciones y cambios externos que se perciben como un peligro potencial al bienestar de la persona y se conciben como superiores a la capacidad que se tiene para hacerles frente. (De Vera, 2004)

Además de los cambios característicos de esta etapa, hay algunos factores externos que pueden generar niveles de estrés en los adolescentes como por ejemplo la presión de otros adolescentes, conflictos maritales entre los padres, cambios en la relación con sus padres, presión y expectativas sociales, entre otros. Según lo que comenta Arteaga, los adolescentes que no han desarrollado habilidades de afrontamiento adecuadas, pueden ser llevados por el estrés a desordenes asociados a la presión social como los trastornos

alimenticios, consumo de alcohol y sustancias o inclusive depresión. El conocer los estilos de afrontamiento puede ser de mucha utilidad en este aspecto, para poder fortalecer estilos y estrategias saludables que prevengan a las estudiantes de estas conductas perjudiciales para ellas. (2015).

2.2.3. Afrontamiento

Los autores Lazarus y Folkman (1986) definen el afrontamiento como los esfuerzos conductuales y cognitivos que utiliza el individuo para manejar las situaciones estresantes tanto internas como externas, que se perciben como superiores a sus recursos personales, los cuales sirven para manejar el problema en sí mismo y también para regular las respuestas emocionales frente al mismo. El autor considera que algunos recursos personales como la salud, el nivel de energía y otros factores como las propias creencias, las habilidades sociales, las capacidades de resolución de problemas y la motivación pueden influir y hacer que el afrontamiento sea distinto en cada persona. (De Vera, 2004)

Frydenberg y Lewis (1993, pág. 255) definen el afrontamiento como “un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular. Ellas representan un intento por restaurar el equilibrio o reducir la turbulencia para el individuo. Esto puede hacerse resolviendo el problema, es decir, cambiando el estímulo, o acomodándose a la preocupación sin necesariamente dar una solución” (Canessa, 2002)

Afrontamiento en adolescentes

Estudios citados por Solís y Vidal (2006) resaltan las principales preocupaciones de los adolescentes. En el caso de las mujeres sus preocupaciones están más ligadas a la apariencia y sus interacciones sociales, tanto a nivel amical como también en el plano sentimental. En el caso de los varones las preocupaciones tienden a relacionarse con sus estudios y con actividades de entretenimiento. También se establecen diferencias en cuanto a las edades, adolescentes tempranos de alrededor de 13 años sienten como mayor preocupación a su familia, adolescentes medios de alrededor de 15 años se preocupan más por su relación con sus pares y los adolescentes tardíos alrededor de los 17 años por su futuro y lo académico.

Los autores consideran que el afrontamiento en los adolescentes se ve de alguna forma afectado por la influencia de las convenciones sociales según el género, ya que en investigaciones sobre el tema se ha visto que los varones tienden más a tener estrategias de evitación, manejan sus estados emocionales solos y tienden a ser más autónomos a diferencia de las mujeres que suelen inclinarse más por expresar más sus emociones y tienen una mayor inclinación a la fantasía. (Vidal y Solís, 2006).

2.2.4. Estilos de afrontamiento

Guevara, Hernández y Flores (2001) definen los estilos de afrontamiento como “la utilización de nuestros recursos personales

para enfrentar las distintas situaciones estresantes” (pág. 03) definidos por predisposición personal que se mantiene estable e influye en la elección de las estrategias de afrontamiento. (De Vera, 2004)

Basándose en la teoría de Fernández-Abascal, De Vera (2004) reconoce la siguiente clasificación de estilos:

- Según el método: activo, pasivo y de evitación.
- Según focalización: en la respuesta, en el problema y en la emoción.
- Según la actividad: actividad cognitiva o conductual.

Los autores Lazarus y Folkman en el año 1986 postularon dos estilos principales de afrontamiento: el estilo centrado en el problema y el estilo centrado en la emoción. (García, 2017)

- Centrado en el problema: los esfuerzos de la persona se van a direccionar hacia la resolución del conflicto, ha tratado de revertir la situación o disminuir el impacto que pueda tener en su vida. Afrontar el problema también puede tener efectos positivos en su interior porque le ayudará a redefinir su forma de pensar al utilizar sus recursos para resolver el problema.
- Centrado en la emoción: está dirigido principalmente a reducir el malestar en sentido emocional, puede valerse de razonamientos, negación, etc. tratando de no prestarle atención al conflicto pues considera que no tiene la capacidad de resolver el problema en sí mismo.

En su Coping Estimation Test, Carver, Scheier y Weintraub (1989) amplían la información sobre estos estilos. Referente al **estilo centrado en el problema** lo asocian con la planificación, el que se pospone una reacción inmediata y se planifica las estrategias a utilizar para dirigir sus esfuerzos para resolverlo así como dejar otras actividades para centrarse en ello. Sobre el **estilo centrado en la emoción** mencionan en una inclinación positiva la búsqueda de apoyo social y la ayuda de otros para ver el problema desde una perspectiva más optimista y a la vez disminuir el estrés que le provoca y en una inclinación menos constructiva la negación del problema. Estos autores también consideran un **tercer estilo, el estilo centrado en otros estilos**, el cual incluye el enfocar y liberar emociones, con lo cual expresa las emociones desagradables que le genera el problema, el desentendimiento conductual, con el cual la persona se rinde fácilmente en la resolución del problema y el desentendimiento mental en el cual la persona procura realizar actividades que distraigan su atención del problema. (García, 2017)

Frydenberg y Lewis (1993) consideran 18 estrategias de afrontamiento las cuales agrupan en tres principales estilos de afrontamiento:

- Resolver el problema: dirige sus esfuerzos a la resolución del problema manteniendo una actitud positiva y sus interacciones sociales.

- Referencia a otros: busca ayuda en los demás, sea ayuda profesional, de sus pares, familiares, etc.
- Afrontamiento no productivo: se caracteriza por evitar el problema, puede aliviar la incomodidad; pero no está orientado a resolverlo. (Canessa, 2002)

2.2.5. Estrategias de afrontamiento

Frydenberg y Lewis (1996) citados por Condori, definen las estrategias de afrontamiento como el conjunto de conductas y acciones encaminadas a solucionar los problemas, las cuales al ser agrupadas conforman los estilos de afrontamiento. (2020).

En su instrumento Adolescent Coping Scale (ACS) en español Escala de afrontamiento para adolescentes, validado por Canessa (2002) Frydenberg y Lewis consideran 18 estrategias de afrontamiento:

- Buscar apoyo social: implica compartir su preocupación con otras personas a fin de buscar ayuda para resolverlo.
- Concentrarse en resolver el problema: implica el hacer un análisis del problema para encontrar posibles soluciones.
- Esforzarse y tener éxito: agrupa conductas que hacen evidente un esfuerzo y dedicación constante en la resolución del problema.
- Preocuparse: miedo y preocupación por su futuro y su

felicidad.

- Invertir en amigos íntimos: esfuerzo por establecer relaciones personales más íntimas frente a las dificultades.
- Buscar pertenencia: preocupación por sus relaciones interpersonales en general y la opinión que otras personas tienen de él.
- Hacerse ilusiones: expectativas optimistas y esperanzadoras y la anticipación a que el problema tendrá un final feliz.
- Falta de afrontamiento: sensación de incapacidad para afrontar el problema que podría incluir somatización.
- Reducción de tensión: busca disminuir el estrés y sentirse relajado.
- Acción social: “Consiste en dejar que otros conozcan cuál es el problema y tratar de conseguir ayuda escribiendo peticiones u organizando actividades como reuniones o grupos” (pág. 196)
- Ignorar el problema: se caracteriza por un esfuerzo por ignorar o negar la existencia del problema
- Autoinculparse: actitudes o conductas que indican que se siente culpable por el problema
- Reservarlo para sí: realiza acciones para ocultar de los demás el problema y evita la interacción social

- Buscar apoyo espiritual: inclinación a recurrir en búsqueda de ayuda espiritual como la oración, pedir ayuda a un líder espiritual o a Dios.
- Fijarse en lo positivo: se centra en los aspectos positivos y procura mantener una actitud optimista.
- Buscar ayuda profesional: busca la opinión de profesionales u otros consejeros de experiencia
- Buscar diversiones relajantes: búsqueda de actividades de ocio y relajantes
- Distracción física: se dedica a realizar actividades físicas como deportes

2.2.6. Diferencias entre estilos y estrategias de afrontamiento

Fernández-Abascal (1997) sostiene que los estilos de afrontamiento son predisposiciones personales para hacerle frente a las situaciones, las cuales van a definir las preferencias de cada uno en cuanto a las estrategias de afrontamiento y las actividades que va a realizar de forma general. En cambio las estrategias de afrontamiento son procesos concretos para cada contexto y pueden ser cambiantes dependiendo de la situación. (Guevara, Hernández y Flores, 2001)

2.2.7. Evaluación de los estilos y estrategias de afrontamiento en los adolescentes

Frydenberg y Lewis desarrollaron la Adolescent Coping Scale (ACS), Escala de afrontamiento para adolescentes en español, con el objetivo específico de evaluar el afrontamiento en la población

adolescente, ya que en su momento se estaba centrando la atención en los adultos. Esta escala clasifica las conductas en estrategias de afrontamiento y agrupa dichas estrategias en estilos de afrontamiento. (Canessa, 2002).

2.3. Definición de términos básicos

Adolescencia

Powell lo define como una etapa del desarrollo humano comprendida entre los 11 y 24 años de edad, en la cual se alcanza la madurez, donde hay un rápido crecimiento físico y cambios en el aspecto social y cognoscitivo. (Arteaga, 2005)

Estrés

Cassaretto, Chau, Oblitas y Valdez (2003) definen al estrés como un estado producido por un conjunto de exigencias que superan las capacidades del individuo o se consideran inusuales por lo cual se perciben como amenazantes para el bienestar y la integridad de la persona.

Afrontamiento

Los autores Lazarus y Folkman (1986) definen el afrontamiento como los esfuerzos conductuales y cognitivos que utiliza el individuo para manejar las situaciones estresantes tanto internas como externas, que se perciben como superiores a sus recursos personales, los cuales sirven para manejar el problema en sí mismo y también para regular las respuestas emocionales frente al mismo.

Estilos de afrontamiento

Guevara, Hernández y Flores (2001) definen los estilos de afrontamiento como “la utilización de nuestros recursos personales para enfrentar las distintas situaciones estresantes” (pág. 3) definidos por predisposición personal que se mantiene estable e influye en la elección de las estrategias de afrontamiento.

Estrategias de afrontamiento

Frydenberg y Lewis (1996) citados por Condori, definen las estrategias de afrontamiento como el conjunto de conductas y acciones encaminadas a solucionar los problemas, las cuales al ser agrupadas conforman los estilos de afrontamiento. (2020).

2.4. Hipótesis de investigación

2.4.1. Hipótesis generales

El estilo de afrontamiento predominante en las estudiantes de primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca es el estilo de concentrarse en resolver el problema.

Las estrategias de afrontamiento predominantes de las estudiantes de primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca son buscar apoyo social

2.4.2. Hipótesis específicas

El estilo de afrontamiento no productivo es el menos utilizado por las estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca

2.5. Definición operacional de variables

Variable	Definición conceptual	Tipo de variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	
Estilos y estrategias de afrontamiento	Estilos: Guevara, Hernández y Flores (2001) definen los estilos de afrontamiento como “la utilización de nuestros recursos personales para enfrentar las distintas situaciones estresantes” (pág. 3)	Cualitativa	Resolver el problema	Concentrarse en resolver el problema	02, 21, 39, 57, 73	Escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS) validado en Cajamarca por Tejada y Torres (2020)	
				Esforzarse y tener éxito	03, 22, 40, 58, 74		
				Invertir en amigos íntimos	05, 24, 42, 60, 76		
				Buscar pertenencia	06, 25, 43, 61, 77		
				Fijarse en lo positivo	16, 34, 52, 70		
				Buscar diversiones relajantes	18, 36, 54		
				Distracción física	19, 37, 55		
	Estrategias: Frydenberg y Lewis (1996) el conjunto de conductas y acciones encaminadas a solucionar los problemas, las cuales al ser agrupadas conforman los estilos de afrontamiento. (Condori, 2020).	Cualitativa	Afrontamiento no productivo	Referencia a otros	Buscar apoyo social		01, 20, 38, 56, 72
					Buscar ayuda profesional		17, 35, 53, 71
					Acción social		10, 11, 29, 47, 65
					Buscar apoyo espiritual		15, 33, 51, 69
					Preocuparse		04, 23, 41, 59, 75
					Hacerse ilusiones:		07, 26, 44, 62, 78
					Falta de afrontamiento		08, 27, 45, 63, 79
Ignorar el problema	12, 30, 48, 66						
Autoinculparse	13, 31, 49, 67						
Reducción de tensión	09, 28, 46, 64, 80						
Reservarlo para sí	14, 32, 50, 68						

CAPÍTULO III: MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

La presente investigación es cuantitativa pues se recolectará información cuantificable para corroborar hipótesis por medio del análisis estadístico de datos. Es de alcance descriptivo pues busca conocer tendencias y características de la muestra (Hernández, Fernández, y Baptista, 2006).

3.2. Diseño de investigación

La investigación es de diseño no experimental del tipo transversal, pues no se manipularán las variables y se hará una sola medición en un tiempo específico ya que “su propósito es describir variables y analizar su incidencia... en un momento dado” (Hernández, Fernández, y Baptista, 2006, pág. 186).

3.3. Población y unidad de análisis

3.3.1. Población

Población finita, conformada por 304 estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución estatal de mujeres de la ciudad de Cajamarca.

3.3.2. Muestra

El tipo de muestreo es no probabilístico y la muestra esta conformada por 76 estudiantes de tres secciones del primer grado de educación secundaria. Que corresponde al

25% de la población.

3.3.3. Unidad de análisis

Una estudiante de primer grado de educación secundaria, que forme parte de las secciones seleccionadas.

Criterios de exclusión:

- Que no haya firmado el consentimiento informado
- Que no forme parte de alguna de las secciones evaluadas

3.4. Instrumento

3.4.1. Escala de afrontamiento para Adolescentes

La Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS) fue elaborada originalmente por Frydenberg y Lewis, fue validado en el Perú por Canessa (2002) y posteriormente validado por Tejada y Torres en la ciudad de Cajamarca en el año 2020.

La escala consta de 80 ítems que miden el afrontamiento en adolescentes, que se agrupan en 18 estrategias de afrontamiento y a su vez en tres estilos de afrontamiento principales (dirigido a resolver el problema, no productivo y con referencia a otros).

La escala es de tipo Likert con cinco alternativas de respuesta: nunca lo hago, lo hago raras veces, lo hago algunas veces, lo hago a menudo, lo hago con mucha frecuencia. (Tejada y Torres, 2020)

3.5. Procedimiento de recolección de datos

Se realizará la evaluación de una muestra de estudiantes de una institución educativa estatal de mujeres de la ciudad de Cajamarca, de forma presencial, haciendo uso de la Escala de afrontamiento para adolescentes.

En primer lugar se solicitará el permiso correspondiente al director de la institución educativa, explicando el motivo de la evaluación y los objetivos del trabajo de investigación.

Se enviará a los padres un consentimiento informando para informar acerca de la evaluación que se aplicará a sus menores hijas solicitando su autorización para que puedan participar en investigación.

Se aplicará la escala de Afrontamiento para adolescentes (ACS) a las estudiantes de las tres secciones elegidas en las horas asignadas por la institución educativa.

3.6. Técnica de análisis de datos

Luego de aplicada la prueba se tabularán los datos obtenidos y se procederá al análisis y la elaboración de tablas y gráficos utilizando los programas de Microsoft Excel 2013 y Statistical Package of Social Science (SPSS) versión 25.0

3.7. Consideraciones éticas

Para la elaboración de esta investigación se ha tomado en cuenta los artículos del código de Ética y deontología del colegio de

Psicólogos del Perú (2017)

De acuerdo con el artículo 24°: por ser menores de edad, se informó a los padres sobre la investigación y se les solicitó su consentimiento informado y la participación de las estudiantes fue voluntaria respetando así su decisión de participar o no en el estudio.

La escala utilizada para la evaluación ha sido previamente validada en el contexto social de aplicación, de acuerdo con el artículo 27° y se contó en todo momento con la autorización de la institución educativa para aplicarlo.

La evaluación se realizó de forma anónima para proteger la identidad de las estudiantes de acuerdo con el artículo 36°

Se informó previamente a la institución, padres de familia y a las estudiantes acerca de la finalidad de la evaluación y se presentará un informe a la institución con los resultados obtenidos tabulados e interpretados de acuerdo con los artículos 49° y 50°.

CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Análisis de resultados

Tabla 1

Cuadro de validez y confiabilidad del instrumento: Escala de afrontamiento para adolescentes (ACS)

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,870	80

Según el resultado del análisis con el Alfa de Cronbach, lo que indica que tiene una alta confiabilidad y consistencia interna.

Tabla 2

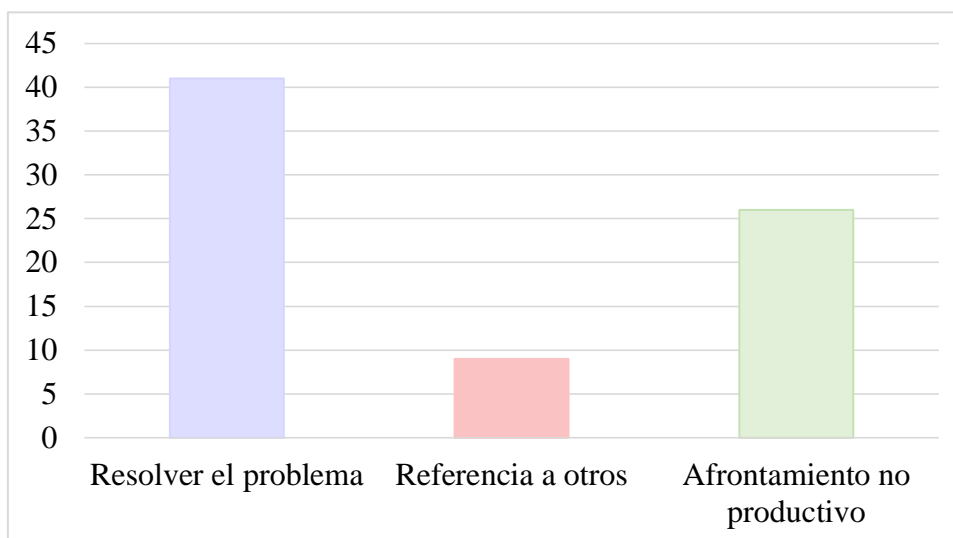
Frecuencias y porcentajes generales de los Estilos de Afrontamiento de adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023

Estilo de Afrontamiento	Estudiantes que presentan ese estilo	% De estudiantes
Resolver el problema	41	54 %
Referencia a otros	9	12 %
Afrontamiento no productivo	26	34 %
Total	76	100 %

Fuente: cuestionarios aplicados

Figura 1

Estilos de Afrontamiento predominantes en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023



Fuente: cuestionarios aplicados

El estilo de afrontamiento más frecuente en las estudiantes evaluadas de primer grado de educación secundaria fue el estilo dirigido a resolver el problema, presentado por 41 de las 76 estudiantes, correspondiente al 54%- Y el estilo de afrontamiento menos frecuente fue el estilo de referencia a otros presentado solo en 9 estudiantes.

Tabla 3

Frecuencias y porcentajes de Estilos de Afrontamiento en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca - 2023. Comparativo entre secciones

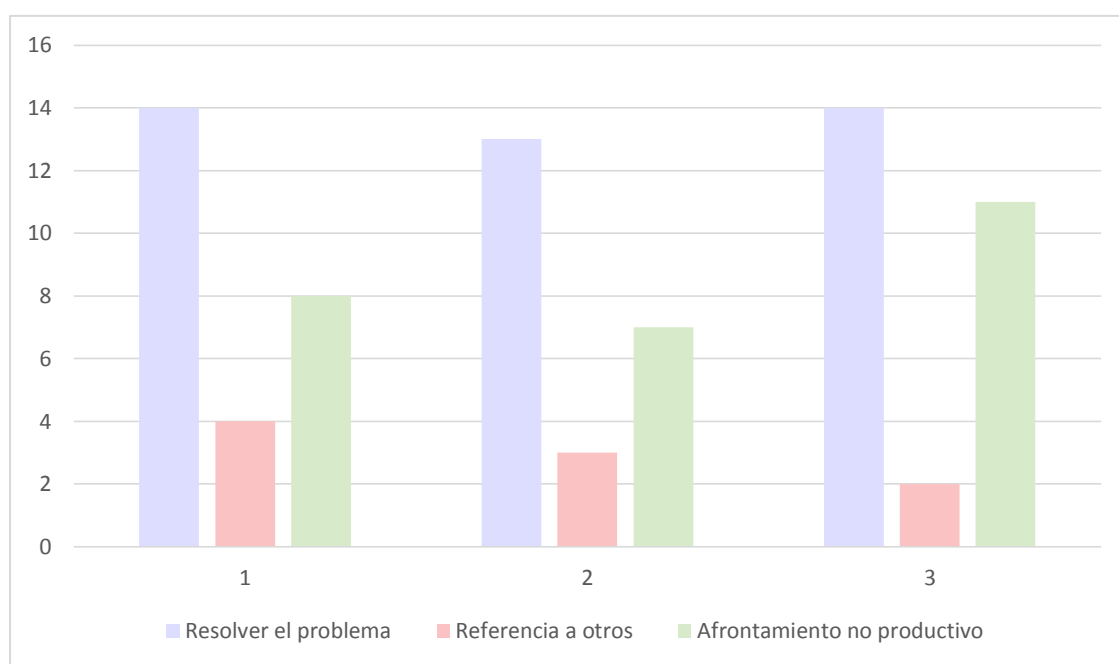
Estilo de Afrontamiento	Sección 1		Sección 2		Sección 3	
	f_i	%	f_i	%	f_i	%
Resolver el problema	14	54 %	13	57 %	14	52 %
Referencia a otros	4	15 %	3	13 %	2	7 %
Afrontamiento no productivo	8	31 %	7	30 %	11	41 %
Total	26	100	23	100	27	100

Fuente: cuestionarios aplicados

En las tres secciones se observa que el estilo más frecuente es el estilo centrado en resolver el problema. La sección 3 mostró una incidencia menor en el estilo de referencia a otros con un 7%

Figura 2

Gráfico comparativo entre secciones de los porcentajes de Estilos de Afrontamiento predominantes en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023



Fuente: cuestionarios aplicados

Para hacerle frente a las dificultades, las adolescentes usan más de una estrategia de afrontamiento, a continuación se presenta cuáles son las más utilizadas en la tabla número 4.

Tabla 4

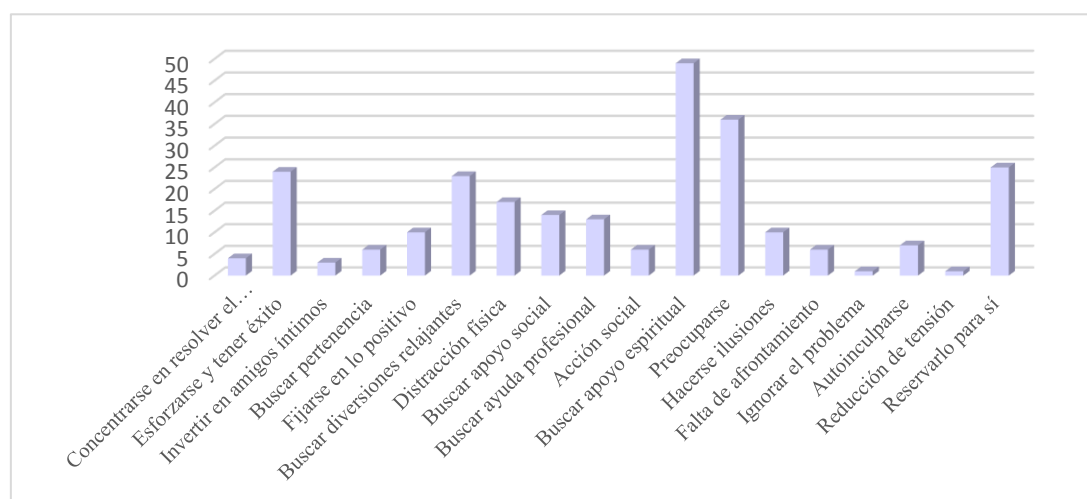
Frecuencias y porcentajes generales de Estrategias de afrontamiento en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023

Estrategia de Afrontamiento	fi	%
Concentrarse en resolver el problema	4	1.57
Esforzarse y tener éxito	24	9.41
Invertir en amigos íntimos	3	1.18
Buscar pertenencia	6	2.35
Fijarse en lo positivo	10	3.92
Buscar diversiones relajantes	23	9.02
Distracción física	17	6.67
Buscar apoyo social	14	5.49
Buscar ayuda profesional	13	5.10
Acción social	6	2.35
Buscar apoyo espiritual	49	19.22
Preocuparse	36	14.12
Hacerse ilusiones	10	3.92
Falta de afrontamiento	6	2.35
Ignorar el problema	1	0.39
Autoinculparse	7	2.75
Reducción de tensión	1	0.39
Reservarlo para sí	25	9.80
Total	255	

Fuente: cuestionarios aplicados

Figura 3

Predominancia de las Estrategias de Afrontamiento predominantes en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023



Fuente: cuestionarios aplicados

Las cinco estrategias más utilizadas por las estudiantes son: Buscar apoyo espiritual (49), Preocuparse (36), Reservarlo para sí (25), Esforzarse y tener éxito (24) y Buscar diversiones relajantes (23).

Tabla 5

Frecuencias y porcentajes comparativos de Estrategias de afrontamiento en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023

Estrategia de Afrontamiento	Sección 1		Sección 2		Sección 3	
	fi	%	fi	%	fi	%
Concentrarse en resolver el problema	3	3.3	1	1.3	0	0
Esforzarse y tener éxito	10	11.0	5	6.6	9	10.2
Invertir en amigos íntimos	3	3.3	0	0.0	0	0
Buscar pertenencia	0	0	2	2.6	4	4.5
Fijarse en lo positivo	3	3.3	2	2.6	5	5.7
Buscar diversiones relajantes	8	8.8	8	10.5	7	8.0
Distracción física	6	6.6	7	9.2	4	4.5
Buscar apoyo social	4	4.4	3	3.9	7	8.0
Buscar ayuda profesional	6	6.6	3	3.9	4	4.5
Acción social	3	3.3	2	2.6	1	1.1
Buscar apoyo espiritual	15	16.5	17	22.4	17	19.3
Preocuparse	12	13.2	14	18.4	10	11.4
Hacerse ilusiones	4	4.4	3	3.9	3	3.4
Falta de afrontamiento	2	2.2	2	2.6	2	2.3
Ignorar el problema	0	0	0	0	1	1.1
Autoinculparse	3	3.3	1	1.3	3	3.4
Reducción de tensión	1	1.1	0	0	0	0
Reservarlo para sí	8	8.8	6	7.9	11	12.5
Total	91	100	76	100	88	100.0

Fuente: cuestionarios aplicados

En la sección 1, las estrategias más frecuentes son: buscar apoyo espiritual, preocuparse y esforzarse y tener éxito. En la sección 2 las estrategias más frecuentes son buscar apoyo espiritual, preocuparse y buscar diversiones relajantes. En la sección 3 buscar apoyo espiritual, reservarlo para sí y preocuparse.

Tabla 6

Frecuencias y porcentajes comparativos de estrategias según estilos de afrontamiento en adolescentes de primero de secundaria de una I.E de la ciudad de Cajamarca – 2023

Estilos	Estrategia de Afrontamiento	fi	%
Estilo de afrontamiento centrado en resolver el problema	Concentrarse en resolver el problema	4	5 %
	Esforzarse y tener éxito	24	28 %
	Invertir en amigos íntimos	3	3 %
	Buscar pertenencia	6	7 %
	Fijarse en lo positivo	10	11 %
	Buscar diversiones relajantes	23	26 %
Estilo de afrontamiento en Referencia a otros	Distracción física	17	19 %
	Buscar apoyo social	14	17 %
	Buscar ayuda profesional	13	16 %
	Acción social	6	7 %
Estilo de afrontamiento no productivo	Buscar apoyo espiritual	49	60 %
	Preocuparse	36	42 %
	Hacerse ilusiones	10	12 %
	Falta de afrontamiento	6	7 %
	Ignorar el problema	1	1 %
	Autoinculparse	7	8 %
	Reducción de tensión	1	1 %
	Reservarlo para sí	25	29 %

Fuente: cuestionarios aplicados

En el estilo de afrontamiento menos frecuente, la estrategia más utilizada, llegando al 60 % del total de la puntuación de este estilo. Aunque no es el estilo predominante, contiene la estrategia más frecuente.

4.2. Contrastación de hipótesis general

Se asume la primera hipótesis general, dado que los resultados obtenidos indican que el estilo de afrontamiento más frecuente es el estilo centrarse en resolver el problema.

Se rechaza la segunda hipótesis general, pues la estrategia predominante de afrontamiento en las estudiantes no es la estrategia de buscar apoyo social.

4.3. Contrastación de hipótesis específicas

Hipótesis Nula: se acepta la hipótesis nula, el estilo de afrontamiento no productivo no es el menos utilizado por las estudiantes.

4.4. Discusión de resultados

La estrategia de afrontamiento más marcada (buscar apoyo espiritual) no corresponde con el estilo de afrontamiento predominante (centrado en resolver el problema); pero si con el menos frecuente; sin embargo guarda relación con las estrategias más resaltantes dentro del estilo predominante. En este estilo algunas de las estrategias más resaltantes se asocian a buscar distraerse y tranquilizarse cuando tienen algún problema, lo cual puede tener relación también con buscar ayuda espiritual, pues su fe podría ser percibida por las estudiantes como una fuente de tranquilidad.

Los resultados obtenidos fueron diferentes a los que obtuvieron Tejada y Torres (2020), pues el estilo menos frecuente fue el no productivo y también hubo diferencias con lo que mencionan otros estudios sobre adolescentes en los cuales hablan

de que las adolescentes mujeres socializan más sus emociones y sus problemas (Vidal y Solís, 2006), pues en este estudio se encontró que las estrategias que menos se usan están relacionada a hablar del tema con otras personas, este resultado abrir una línea de investigación a futuro.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- El estilo de afrontamiento predominante en las estudiantes de primer grado de educación secundaria es el estilo centrado en resolver el problema.
- Las estrategias de afrontamiento predominantes son buscar apoyo espiritual, esforzarse y tener éxito, preocuparse y reservarlo para sí.
- El estilo de afrontamientos menos frecuente, a diferencia del obtenido en otras investigaciones, es estilo de afrontamiento en referencia a otros.

5.2. Sugerencias

- Realizar actividades de promoción de la comunicación en la familia y/o la comunicación en general, pues son algunos de los puntos más bajos y en ocasiones puede ser de utilidad tener desarrolladas esas estrategias.
- Promover la realización de actividades de promoción de estrategias de afrontamiento centradas en la resolución de problemas de forma proactiva, que implique el trazado de planes y metas.
- Realizar actividades que promuevan alternativas más amplias de estrategias de afrontamiento relacionadas con expresión de emociones, como por ejemplo, la pintura, la escritura, el buscar ayuda profesional etc.

REFERENCIAS

- Arteaga, A. (2015). El Estrés En Adolescentes. *Casa abierta al tiempo, Universidad Autónoma Metropolitana* 1-13. Doi: http://inpsiquiatria.inteliglobe-mex.com/portal/saludxmi/biblioteca/estres/002_ESTRES_enla_Adolescencia.PDF
- Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana. *Persona*. 2002 (5). 191-233. Doi: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118132008>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017). *Código de ética y deontología*
- Condori, J. (2020). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa El Salvador*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Doi: <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1030>
- Condorimay, M. y Quiro, Y. (2020). *Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de 1ro a 5to. Grado de secundaria de una institución educativa estatal de Juliaca, 2019*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Doi: <https://hdl.handle.net/20.500.12840/3672>
- Córdoba, L. (2020). *Adolescencia: estrés diario, dificultades interpersonales y estrategias y estilos de afrontamiento*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Pontificia Comillas]. Doi: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/55619/TFM001473.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- De Vera, M. (2004). La teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y los moldes cognitivos. *Los Moldes de la mente: Psicología del pensamiento y de las emociones*. 2(5). Doi: <http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm>
- Flores, D. (2019). *Estilos de Afrontamiento y depresión en Adolescentes de Institución Educativa Pública de Lima Metropolitana*. [Tesis de Bachillerato, Universidad de San Martín de Porres]. Doi: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/5372/FLOREZ_PD.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- García, G. (2023). *Procrastinación académica y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular de Chiclayo*. [Tesis de Licenciatura,

Universidad Señor de Sipán]. Doi:
<https://hdl.handle.net/20.500.12802/11479>

García, J. (2017). *Clima social familiar y estilos de afrontamiento al estrés en adolescentes víctimas de violencia en instituciones educativas de Lima Metropolitana 2017*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Doi: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/3254>

Guevara, G., Hernández, H. y Flores, T. (2001). Estilos de afrontamiento al estrés en pacientes drogadependientes. *Revista de investigación en Psicología*. 4(1). 53-65. Doi: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/articloe/view/5007/4776>

Góngora, P. y Pajares, L. (2018). *Estrategias de Afrontamiento e Ideación suicida en Mujeres Adolescentes de un Institución Educativa Particular en la Ciudad de Cajamarca*. . [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Doi: <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/677>

Gonzales, S., Palomera, R. y Lázaro, S. (2021). Empatía, estilos de afrontamiento y actitudes hacia el consumo como factores de protección del consumo intensivo de alcohol y el policonsumo en la adolescencia. *Behavioral Psychology / Psicología conductual*. 29(2) 313-330. Doi: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/23611/EmpatiaEstilosAfrontamiento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

León, J. y León, A. (2019). *Estilos de afrontamiento en adolescentes albergados según modelos de acogimiento residencial: tipo familiar y tipo institucional en la ciudad de Cajamarca*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Doi: <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1214>

Moreno, M. y Olivos, L. (2021). *Estilos de Afrontamiento en Adolescentes de una Institución Educativa de Nuevo Chimbote, Ancash, 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Doi: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/65790>

Neira, E. (2018). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa José María Eguren- barranco, 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Doi: <https://hdl.handle.net/11537/22438>

Palomar, G. y Ávalos, M. (2019). Funcionalidad Familiar y estrategias de

- afrontamiento en adolescentes de bachillerato. *Uaricha*, vol. 16(1), 27-36. Doi: <http://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/249/207>
- Pérez, C. y Ñontol, M. (2018). *Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una Institución Educativa de Cajamarca*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Doi: <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/661>
- Quiles, M. y Terol, M. (2008). Afrontamiento y trastornos de la conducta alimentaria: un estudio de revisión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(2), 259-280. Doi: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80500205.pdf>
- Solís, C. y Vidal, A. (2006). Estilos y Estrategias de Afrontamiento en Adolescentes. *Revista de Psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizan*. 7(1) 33-39. Doi: http://www.hhv.gob.pe/wp-content/uploads/Revista/2006/I/3-ESTILOS_Y ESTRATEGIAS_DE_AFRONTAMIENTO.pdf
- Sucapuca, Z. (2021). *Agresividad y estilos de afrontamiento en adolescentes estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional San Agustín de Arequipa]. Doi: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/854699eb-17d0-4fab-865a-c9832ca0142e/content>
- Tejada, A. y Torres, S. (2020). *Estilos de afrontamiento en adolescentes de cuatro instituciones educativas de nivel secundario según el sexo en la ciudad de Cajamarca*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Doi: <https://hdl.handle.net/11537/24663>
- Tibán, A. y Tisalema, A. (2022). *Estilos de afrontamiento en adolescentes que retornan a clases presenciales de una unidad educativa de Tungurahua*. [Trabajo de integración curricular para obtener Licenciatura, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Doi: <https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/4501>
- Veloso, C., Caqueo, W., Caqueo, A., Muñoz, Z. y Villegas, F. (2010). Estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Fractal: revista de psicología*. 22(1), 23-34. Doi: <https://www.scielo.br/j/fractal/a/xLc9HtJS8PdgdRhCvRf7MNM/>
- Vidal, E. (2019). *Autoestima y estilos de afrontamiento en estudiantes de*

3° de secundaria de la Institución Educativa 2095 Herman Busse de la Guerra -Los Olivos, 2018. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Doi: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29261/Vidal_GEK-SD.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Viejo, C., y Ortega-Ruíz. R. (2015). Cambios y riesgos asociados a la adolescencia. *Psychology, Society & Education*, 7(2), 109-118. Doi: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6360213.pdf>

Zambrano, A. (2023). *Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de secundaria de un colegio privado*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Doi: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/12599>

Zuluaga, P. (2022). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes escolarizados con sintomatología depresiva*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Antonio Nariño]. Doi: http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/6859/1/2022_Paola%20Vanessa%20Zuluaga.pdf

ANEXOS

ANEXO A



GOBIERNO REGIONAL - CAJAMARCA
DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION CAJAMARCA
I.E.P. "JUAN XXIII" - CAJAMARCA
Jr Juan XXIII N° 130 - Telef. 076-283676



"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

EL QUE SUSCRIBE, DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE MUJERES "JUAN XXIII" DE CAJAMARCA, CON CÓDIGO MODULAR 0390609.

HACE CONSTAR:

Que, la Señorita: **MARIELA ARACELY PAREDES AYALA**, bachiller de la Universidad Privada "Antonio Guillermo Urrelo" de esta ciudad, de la Carrera de Psicología, ha aplicado en esta Institución Educativa, un test psicológico: "Escala de Afrontamiento para Adolescentes", dirigido a estudiantes del primer grado, secciones A, D y H de educación secundaria; realizándolo de forma responsable.

Se otorga la presente, a solicitud de la interesada, para los fines que estime conveniente.

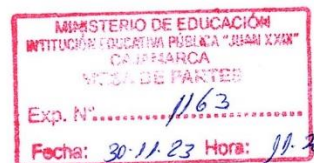
Cajamarca, 06 de diciembre del 2023



MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
UGEL CAJAMARCA
I.E. JUAN XXIII

Pro. Renan Lino Pérez Estrada
DIRECTOR

ANEXO B



Solicito autorización para desarrollo de investigación

Sr.

Renán Lino Pérez Estrada

Director

I.E. "JUAN XXIII"

Estimado director, le saluda Mariela Aracely Paredes Ayala, bachiller de la carrera de psicología, egresada de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, con la finalidad de solicitar su autorización para la aplicación de un test psicológico "Escala de afrontamiento para adolescentes", de manera anónima a las estudiantes del primer grado de secundaria de la Institución que usted preside, con la finalidad de realizar mi investigación de tesis con el título "ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO PREDOMINANTES EN ESTUDIANTES DE PRIMER GRADO DE SECUNDARIA".

De antemano le manifiesto mi sincero agradecimiento y consideración por su apoyo a la realización de esta investigación

Atentamente

Cajamarca, 30 de Noviembre de 2022

Mariela Aracely Paredes Ayala

Bachiller de Psicología

DNI 47412999

*Atendido
con cortesía*

ANEXO C



Consentimiento informado

La bachiller en psicología **Mariela Paredes Ayala**, egresada de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, le hace llegar el presente consentimiento informado con el objetivo de informar a usted como padre de familia sobre la investigación de tesis titulada: ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO PREDOMINANTES EN ESTUDIANTES DE PRIMER GRADO DE SECUNDARIA que se estará realizando en la institución educativa Juan XXIII con la participación de las estudiantes de primer grado de secundaria. Para lo cual se requiere su autorización, de acuerdo con la ética, para la participación de su menor hija.

La participación de su menor hija en este estudio de tesis requerirá que desarrolle la “Escala de afrontamiento para adolescentes” la cual evalúa las estrategias que las jóvenes utilizan para afrontar las dificultades de su vida cotidiana. Su participación es voluntaria. La información obtenida será de carácter confidencial y anónimo y será utilizada únicamente para esta investigación.

De antemano se agradece su autorización

Si requiere más información puede comunicarse al correo electrónico:

00023287@upagu.edu.pe

Yo..... en mi condición
de..... (padre/ madre/ tutor) autorizo la
participación de mi hija /apoderada
estudiante del primer grado en esta investigación de tesis.

Firma

ANEXO D

Escala de Afrontamiento para adolescentes

Instrucciones

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre diferentes temas, como la escuela, trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de diferentes formas en las que los jóvenes de tu edad suelen afrontar esas dificultades o preocupaciones.

En cada afirmación debes marcar con una “x” sobre la letra A, B, C, D o E según creas que es tu manera de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o incorrectas. No dediques mucho tiempo a cada frase, simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

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

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

1	Hablo con otros para saber lo que ellos harían si tuviesen el mismo problema	A	B	C	D	E
---	--	---	---	---	---	---

X

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

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

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

ANEXO E

MATRIZ DE CONSISTENCIA					
Problema	Objetivo general	Objetivos específicos	Hipótesis	Hipótesis específica	Metodología
<p>¿Cuáles son los estilos y estrategias de afrontamiento predominantes en las estudiantes del primer grado de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca?</p>	<p>Identificar los estilos y estrategias de afrontamiento predominantes en las estudiantes del primer grado de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca.</p>	<p>Identificar los estilos de afrontamiento predominantes en las estudiantes del primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca.</p> <p>Identificar las estrategias de afrontamiento predominantes en las estudiantes del primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca.</p>	<p>El estilo de afrontamiento predominante en las estudiantes de primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca es el estilo de concentrarse en resolver el problema.</p> <p>Las estrategias de afrontamiento predominantes de las estudiantes de primer grado de secundaria de una institución educativa de Cajamarca son buscar apoyo social</p>	<p>El estilo de afrontamiento no productivo es el menos utilizado por las estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa de Cajamarca</p>	<p>No experimental, cuantitativa de alcance descriptivo y corte transversal</p>