

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO



Facultad de Psicología

**ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DEL 5TO
GRADO DE SECUNDARIA DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA.**

Bachiller

Chávez Quispe, María Milagros

Asesora

Cynthia Daniela Peña Muñoz

Cajamarca – Perú

2023

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO



Facultad de Psicología

**ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DEL 5TO
GRADO DE SECUNDARIA DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA.**

Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para optar el Título
Profesional de Licenciado en Psicología.

Bachiller

Chávez Quispe, María Milagros

Asesora

Cynthia Daniela Peña Muñoz

Cajamarca – Perú

2023

COPYRIGHT © 2023 by
CHÁVEZ QUISPE, MARÍA MILAGROS

Todos los derechos reservados.

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

APROBACIÓN DE TESIS PARA APROBAR EL TÍTULO PROFESIONAL

**“ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DEL 5TO
GRADO DE SECUNDARIA DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA”**

Presidente:

Secretario

Asesora:

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y NO PLAGIO

Por el presente documento, la alumna de la facultad de Psicología:

María Milagros Chávez Quispe, quien ha elaborado la tesis denominada:

“ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DEL 5TO GRADO DE SECUNDARIA DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA” , como medio para optar el título profesional de Licenciada en Psicología otorgado por la Universidad Privada Antonio Urrelo.

Declaro bajo juramento que, que el presente trabajo de tesis ha sido elaborado por mi persona y en el mismo no existe plagio de ninguna naturaleza, en especial copia de otro trabajo de tesis o similar presentado por cualquier persona ante cualquier otra institución o no.

Dejamos expresa constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo, por lo que no hemos asumido como nuestras las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos o del Internet.

Asimismo, asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento y soy consciente que este compromiso de fidelidad de la tesis tiene connotaciones éticas, pero también de carácter legal.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Facultad de Psicología y de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.

Cajamarca, enero de 2023.

Bach.
María Milagros Chávez Quispe
D.N.I: 47583589

A:

Este presente trabajo de investigación está dedicado a: Dios quien ha sido mi guía, fortaleza y su mano de fidelidad y amor que siempre me acompaña cada día y que gracias a su bendición he podido seguir adelante con la carrera. A familia quienes con su paciencia, apoyo y esfuerzo me han permitido llegar a culminar con mis estudios universitarios, agradezco sus consejos que me han brindado, y finalmente dedico este trabajo a los docentes de la facultad de Psicología de la Universidad Upagu por brindarnos sus conocimientos durante los ciclos académicos.

Agradecimiento

Quiero agradecer a Dios, porque con su bendición me ayudó a seguir adelante a pesar de los obstáculos, y mi familia más cercana por estar siempre presentes y por apoyarme durante mis estudios universitarios. Mi profundo agradecimiento a todas los docentes de la Universidad Antonio Guillermo Urrelo, especialmente a la facultad de Psicología por sus enseñanzas y dar a conocer sus experiencias durante cada ciclo académico, y así poder conocer más acerca de la carrera de Psicología.

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo principal describir los estilos de afrontamiento en adolescentes del 5to grado de secundaria de dos centros educativos de la ciudad de Cajamarca. Así mismo describir y comparar los estilos que más predomina y los que menos predominan en ellos, finalmente comparar los estilos de afrontamiento en los adolescentes de acuerdo a su sexo. Dicha investigación es de tipo no probabilístico por conveniencia, por lo que permitió poder seleccionar aquellos con características accesibles para dicho estudio. La población estuvo conformada por 60 estudiantes del sexo masculino y 60 del sexo femenino, siendo una muestra de 120 adolescentes, quienes fueron evaluados bajo el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento para Adolescentes, la cual encontraron adolescentes con edades de 16 a 18 años de edad. Dentro de dicho cuestionario se encontraron resultados con una gran diferencia donde un 80% de adolescentes mujeres suelen utilizar con mayor frecuencia el estilo de acción social, en cambio el 65% de adolescentes varones predomina el estilo de “resolver el problema”, por otro lado un 20% de adolescentes mujeres el estilo que menos usan es de “buscar diversiones relajantes”; en cuanto el 28,33% de los adolescentes varones usan con menos frecuencia el estilo de “Resolver el problemas; finalmente en los resultados en adolescentes de 5to año de secundaria tanto en mujeres como en varones existe un 115% que usan con mayor frecuencia el estilo “de resolver el problema”, a diferencia de un 40, 95% de adolescentes que no suelen usar el estilo de “referencia hacia otros”.

Palabras claves: Estilos de Afrontamiento, Adolescencia.

Abstract

The main objective of this study was to describe the coping styles in adolescents in the 5th grade of secondary school in two schools in the city of Cajamarca. Likewise, describe and compare the styles that predominate the most and those that predominate in them, finally compare the coping styles in adolescents according to their sex. This research is non-probabilistic for convenience, so it allowed us to select those with accessible characteristics for this study. The population consisted of 60 male and 60 female students, being a sample of 120 adolescents, who were evaluated under the Coping Styles Questionnaire for Adolescents, finding adolescents aged 16 to 18 years. Through the results it was obtained that 80% of female adolescents tend to use the "social action" style more frequently, On the other hand, 65% of male adolescents predominate the "solve the problem" style, on the other hand 20% of female adolescents the style they use the least is "looking for relaxing amusements"; meanwhile, 28.33% of adolescent boys use the style "Solve the problem"; Finally, the results in adolescents of 5th year of secondary school it was obtained that in both sexes there is a 115% who use more frequently the style "solve the problem", unlike 40, 95% who do not use the style "reference to others".

Keywords: Coping Styles, Adolescence.

Índice

A:	6
AGRADECIMIENTO:	7
RESUMEN:	8
ABSTRACT:	9
ÍNDICE	10
ÍNDICE DE TABLAS	11
INTRODUCCIÓN	13
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	15
1.1 Planteamiento del problema:	16
1.2 Enunciado del problema:	18
1.3 Objetivos de la investigación:	19
1.3.1 Objetivos general:	19
1.3.2 Objetivo específicos:	19
1.4. Justificación:	20
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	21
2.1 Antecedentes de investigación:	22
2.1.1 Antecedentes Internacionales:	22
2.1.2 Antecedentes Nacionales:	26
2.1.3 Antecedentes Locales:	31
2.2 Bases teóricas:	34
2.2.1 El afrontamiento:	34
2.2.2 La adolescencia:	41
2.2.3 El estrés:	46
2.3 Definición de términos básicos:	50

2.3.1 Estilos de Afrontamiento:	50
2.3.2 La adolescencia:	50
2.4 Definición operacional de variables:	50
CAPÍTULO III: MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	52
3.1 Tipo de investigación:	53
3.2 Diseño de investigación:	53
3.3 Población, muestra y unidad de análisis:	53
3.4 Instrumento de recolección de datos:	56
3.4.1 Escala de Afrontamiento para Adolescentes:	56
3.5 Procedimiento de recolección de datos:	57
3. 6 Análisis de datos:	58
3. 7 Consideraciones éticas:	58
CAPÍTULO IV: CAPÍTULO IV:ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	59
4.1 Análisis de resultados:	60
4.2 Discusión de resultados:	62
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	66
Conclusiones	65
Recomendaciones:.....	66
Referencias:	69
ANEXOS:	76
Anexo A:	77
Anexo B:	81
Anexo C:	82

ÍNDICE DE TABLAS

tabla 1: tabla de operacionalización de variables de investigación	51
Tabla 2: tabla sociodemográfica de adolescentes del 5to de secundaria de dos colegios de Cajamarca.....	54
Tabla 3: Afirmaciones contestadas por los adolescentes de 5to de secundaria.....	54
Tabla 4: Tabla de frecuencia para las afirmaciones contestadas por los adolescentes según su sexo.....	55
Tabla 5: Respuestas obtenidas para cada estilo de afrontamiento en ambos sexos.	55
Tabla 6: Estilo de afrontamiento que predomina en los adolescentes de ambos sexos del 5to grado de secundaria.....	60
Tabla 7: Estilo de afrontamiento que menos predominan en los adolescentes de ambos sexos del 5to grado de secundaria.....	60
Tabla 8: Resultados de los estilos de afrontamiento en adolescentes según su sexo.....	61
Tabla 9: Estilo de afrontamiento que más predominan en adolescentes mujeres de 5to de secundaria.....	61
Tabla 10: Estilo de afrontamiento que menos predomina en adolescentes mujeres del 5to grado de secundaria.....	62
Tabla 11: Estilo de afrontamiento que más predominan en adolescentes varones de 5to de secundaria.....	63
Tabla 12: Estilo de afrontamiento que menos predomina en adolescentes varones de 5to de secundaria	63
Tabla 13 : Confiabilidad de alfa de cronbach.....	64

Introducción

Se dice que la adolescencia es una etapa fundamental para el desarrollo de una persona, ya que dentro de ella se generan cambios físicos, cognitivos, como también ante la sociedad al expresar desarrollo de su personalidad, los adolescentes buscan ser aceptados dentro de un grupo: amigos de colegio, amigos de barrio, e incluso dentro de la familia, dando lugar a poder relacionarse con otros adolescentes de su misma edad, como también expresar sus opiniones frente a temas de interés, de esta manera dan a expresar sus emociones, actitudes o pensamientos ante aquellos problemas o dificultades que les lleguen a generar estrés .

Cabe mencionar que existen escasos estudios sobre los adolescentes de cómo manejan sus estilos de afrontamiento frente a situaciones que les generan estrés.

Por este motivo se desarrolló el presente trabajo de investigación

la cual tiene como objetivo general describir los estilos de afrontamiento en adolescentes del 5to grado de secundaria de dos centros educativos de la ciudad de Cajamarca.

La presente investigación se desarrolla de forma detallada en capítulos para un mejor entendimiento:

Capítulo I: El problema de investigación, está constituido por el planteamiento del problema, objetivo general y los específicos como también la justificación.

Dentro del Capítulo II: Marco teórico se encuentran antecedentes internacionales, nacionales y locales; fundamentación teórica, definición de términos básicos; hipótesis y la matriz de operacionalización.

En el Capítulo III: Método de investigación se menciona el tipo y diseño de la investigación; los instrumentos utilizados; población, muestra, unidad de análisis, procedimiento de recolección y análisis de datos.

Para el Capítulo IV: Análisis y discusión de resultados se encuentra el análisis y discusión de resultados.

Finalmente en el Capítulo V: conclusiones y recomendaciones se encuentran las conclusiones y recomendaciones, en la parte final se muestran los anexos de la matriz de consistencia, solicitudes, cuestionario, ficha técnica.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

La etapa del crecimiento es amplia y compleja de comprender, en este periodo se llega a constituir por cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales, etc. Por lo tanto en la adolescencia, las personas llegan a experimentar diversos acontecimientos con amigos, familiares, etc. (Papalia, Feldman y Olds, 2010). La OMS nos dice que es una de las etapas mayor cambios y que esto puede llegar a influenciar en cómo piensan, en la toma de decisiones, e incluso en la forma de cómo pueden llegar a relacionarse con personas de su entorno; de esta manera se generan diversas situaciones de la vida cotidiana, llegando a encontrar problemas psicológicos que afectan a la salud mental de los propios adolescentes, de tal forma que los adolescentes buscan una serie de alternativas de cómo poder afrontar aquellas situaciones que les genera estrés.

Existen investigaciones sobre los diversos factores que se ven influenciadas en el desarrollo de la adolescencia, para Lazarus (1966) en su teoría nos explica que los estilos de afrontamiento, pueden tomar varios campos de interés en la vida de un ser humano, es decir a adaptarse a diversas situaciones de la vida diaria; en las investigaciones de Lacunza, & Contini,(2016) realizados en Colombia demuestran que no siempre los adolescentes pueden lograr involucrarse de forma adecuada ante la sociedad pues existe riesgo de mantenerse alejado o aislado, tener sentimientos de soledad, abandono, debido a factores problemáticos, viéndose afectado su estado de ánimo, baja autoestima, rechazo del grupo y finalmente se podría desencadenar burlas hacia su persona.

Sin embargo, se dan casos en la que los propios adolescentes buscan la manera de poder manejar aquellas situaciones o factores estresantes (Halstead, Bennett, Cunningham, 1993), por lo que los estilos de afrontamiento pueden llegar a ser reguladores ante las perturbaciones emocionales.

Hallasi, L (2019) según sus estudios, nos dice que existe una relación significativa, entre violencia familiar y entre los estilos de afrontamiento en relación con otros; el afrontamiento no productivo la cual no se llega a encontrar relación con el estilo de resolver problema.

Así mismo en Perú existe un promedio de 3,2 millones de adolescentes, los cuales suelen llegar a tener afectos, preocupaciones y anhelos, como también algunos prejuicios que existen en torno en torno a ellos y generar las condiciones para su pleno desarrollo, finalmente son ellos que reconocen ser abandonados por su propia familia al no ser comprendidos y expresar temor ante las situaciones que llega a experimentar durante su vida cotidiana, dando lugar a que dicha etapa de la adolescencia no llegue a ser inestable emocionalmente; finalmente esto conlleva a que los padres no lleguen a tener una buena comunicación con sus propios hijos. (Diario la república, 2020).

Según Gonzáles y Pedraza (2017) nos habla que las interacciones de la persona que se dan de acuerdo a su entorno (familia, amigos, aula y compañeros escolares) pueden llegar a influir en los modelos de adaptación conductual del propio adolescentes; ya que a este modelo de adaptación conductual se considera dentro del desarrollo humano, pues constituye equilibrio emocional y de la propia identidad de la persona para lograr un ajuste entre sus características personales y demandas del entorno en la que se relaciona, la cual a su vez también permite lograr niveles de satisfacción adecuados con la familia, la escuela y la sociedad propiamente (Carrasco, 2018).

Finalmente en Cajamarca en algunos estudios realizados, dan a conocer que existe una serie de preocupación ante los problemas que se van dando a nivel afectivo, emocional e incluso familiar, evitando que los adolescentes puedan relacionarse con quienes los rodean; de tal forma que se verían afectadas al no tener un buen manejo de comunicación ante las personas que están cerca o conviven con ellos, como también no sienten el apoyo suficiente de las autoridades o aquellos centros de ayuda, por lo que esto generaría un bajo nivel académico,

baja autoestima, aislamiento, sentimiento de culpa, etc. y lo más importante se da cuando los adolescentes sienten la necesidad de atentar contra su propia vida.

Pues ellos perciben que no son el problema central de la discusión de sus padres, y pueden solucionar sus diferencias después de una discusión, y que se pueden mostrar menos afectados emocionalmente frente a problemas familiares, etc. Lazarus y Folkman (1984), Por ende aquellos adolescentes que llegan a experimentar diversas situaciones buscan alternativas de solución ante los acontecimientos que les generan estrés en lo personal y en lo social, como también buscan disminuir los pensamientos negativos evitando algunos acontecimientos que generen estrés.

Para la Unesco (2020) existe una falta de un acercamiento hacia aquellos adolescentes que aún se encuentran cruzando el nivel secundario, puesto que en algunas de las investigaciones sobre adolescentes están centrados en aquellos que ya han culminado sus estudios.

Por ende es importante conocer cómo las adolescentes llegan a manejar una situación estresante bajo sus propios estilos de afrontamiento y de esta forma poder afrontar sus problemas ante la sociedad.

1.2 Enunciado del problema

¿Cuáles son los estilos de afrontamiento en adolescentes del 5to grado de secundaria de dos centros educativos de la ciudad de Cajamarca?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Describir los estilos de afrontamiento en adolescentes del 5to grado de secundaria de dos centros educativos de la ciudad de Cajamarca.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar el estilo de afrontamiento que predomina en los adolescentes del 5to grado de secundaria de dos centros educativos de la ciudad de Cajamarca
- Identificar el estilo de afrontamiento que menos predominan en los adolescentes del 5to grado de secundaria de dos centros educativos de la ciudad de Cajamarca.

1.4 Justificación

Según la OMS nos dice que la adolescencia es una etapa fundamental ya que se generan cambios personales, cognitivos, al igual que en la sociedad, (Rodríguez, M 2017) puesto que buscan ser aceptados dentro de un grupo, dando lugar a relacionarse con otros adolescentes de su misma edad, a la vez dan a resaltar sus emociones o pensamientos.

En nuestro país existen escasos estudios sobre adolescentes del nivel secundario y de cómo estos pueden llegar a manejar los estilos de afrontamiento ante diversas situaciones o factores estresantes que se lleguen a generar en su vida cotidiana (UNESCO 2020), por lo que es necesario investigar sobre adolescentes que se encuentren en el nivel secundario, ya que dichos problemas llegan a afectar en el ámbito personal, académico y familiar; es por eso que al realizar este tipo de estudio nos permitirá obtener información acerca del comportamiento de los adolescentes frente a las situaciones que enfrentan día a día; dicha investigación podría tener utilidad en aportes académicos de aquellos estudios interesados en el mismo tipo de problemática en la ciudad de Cajamarca. Finalmente, con los resultados que se logren obtener se podrá involucrar a los estudiantes, docentes, padres de familia; etc para dar a conocer mediante algunas actividades de tutoría que ayuden a fortalecer los diferentes estilos de afrontamiento que usan los adolescentes según su sexo frente a las situaciones que les generan estrés.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Zuluaga, P (2022) realizó un estudio acerca de las “Estrategias de afrontamiento en adolescentes escolarizados con sintomatología depresiva”, la cual tuvo como objetivo principal describir las estrategias de afrontamiento utilizadas por adolescentes que presentan sintomatología depresiva, la población estuvo conformada por 160 estudiantes entre los 14 a 18 años, obteniendo como resultados sobre las estrategias de afrontamiento en coherencia con sus subdimensiones comenzando con las centradas en el problema, analizándolas según el sexo, la edad y el grado de escolaridad. Pasando luego a las centradas en la emoción, y observándolas según el sexo, la edad y el grado de escolaridad. Finalmente se presentan los niveles de sintomatología depresiva de acuerdo a las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y en la emoción; en cuanto a los resultados sobre las estrategias de afrontamiento centradas en el problema, se encontró en la muestra, que la estrategia más utilizada fue autonomía con una media de 3,37, seguida de solución de problemas ($\bar{X}= 3,13$), espera con $\bar{X}= 3,08$, reacción agresiva ($\bar{X}= 3,05$), con una media de 2,36 búsqueda de apoyo social, y en menor medida, con $\bar{X}= 1,58$ en la búsqueda de apoyo profesional.

Guadarrama, et al. (2019), realizaron un estudio acerca de las “Diferencias en la aplicación de estrategias de afrontamiento adolescente entre alumnos hombres y mujeres del nivel superior”, la muestra estuvo conformada por un total de 337 estudiantes de una preparatoria pública, la cual fue de tipo no probabilístico intencional, ya que la participación de los estudiantes fue voluntaria, la cual se tuvo el consentimiento y asentimiento informado de padres y alumnos respectivamente, por lo que obtuvo una muestra mayor a la requerida con un total de 635 alumnos, de los cuales 268 fueron hombres y 367 mujeres, el instrumento fue la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) Frydenberg y Lewis (1993), la cual consta de 80 reactivos con cinco opciones de respuesta, que van de Nunca lo hago a Lo hago

con mucha frecuencia, que permiten la evaluación de forma precisa de 18 estrategias diferentes de afrontamiento: Buscar apoyo social (As), Concentrarse en resolver el problema (Rp), Esforzarse y tener éxito (Es), Preocuparse (Pr), Invertir en amigos íntimos (Ai), Buscar pertenencia (Pe), Hacerse ilusiones (Hi), Falta de afrontamiento (Na), Reducción de la tensión (Rt), Acción social (So), Ignorar el problema (Ip), Autoinculparse (Cu), Reservarlo para sí (Re), Buscar apoyo espiritual (Ae), Fijarse en lo positivo (Po), Buscar apoyo profesional (Ap), Buscar diversiones relajantes (Dr) y distracción física (Fi). En cuanto a los resultados se muestra la comparación de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres. Con respecto al estilo de afrontamiento para resolver el problema se puede observar que ambos sexos lo usan a menudo, siendo inclusive el estilo más empleado, sobre todo por los hombres. Esto indica que si bien las mujeres pueden afrontar los problemas, mientras que los hombres lo hacen en mayor medida. Con respecto al estilo de afrontamiento no productivo, es empleado algunas veces y sobre todo por las mujeres, observando una diferencia estadística con respecto a los hombres, lo que permite determinar que las mujeres suelen evitar los problemas un poco más que los hombres. El estilo de afrontamiento con referencia a otros no mostro diferencias estadísticamente significativamente y que es empleado en algunas circunstancias, lo que da a conocer que los hombres como mujeres tienden a buscar ayuda en otros para solucionar el problema, muestra la comparación de las medias según sexo de las estrategias utilizadas por los adolescentes. Se encontró que existe diferencia estadísticamente significativa en el uso de las estrategias de acuerdo al sexo, en: preocuparse (Pr), falta de afrontamiento (Na), reducción de la tensión (Rt), acción social (So), autoinculparse (Cu), reservarlo para sí (Re), buscar apoyo espiritual (Ae), buscar apoyo profesional (Ap), buscar distracciones relajantes (Dr) y distracción física (Di). Con respecto a las estrategias Pr, Na, Rt, Cu, Re, Ae, fueron las mujeres quienes establecieron diferencias estadísticamente significativas, obteniendo medias que indican emplear rara vez a menudo preocuparse,

reservarlo para sí mismo, culparse a sí mismo, y en menor medida no afrontamiento, reducción de la tensión y ayuda espiritual, en comparación con los hombres, por su parte los hombres marcaron una diferencia estadística en acción social, buscar apoyo profesional, las diversiones relajantes y la distracción física, siendo estrategias de poder resolver el problema y el apoyo en otros. La estrategia de distracción física es a menudo empleada por los hombres en comparación con las mujeres, quienes la emplean a veces. El resto de las estrategias no mostró diferencias entre los sexos.

Coppari et al. (2019) los autores mencionados realizaron estudios sobre “Influencia del sexo, edad y cultura en las estrategias de afrontamiento de adolescentes paraguayos y mexicanos.” dicha estudio tuvo como objetivo aportar evidencia sobre los estilos y estrategias de afrontamiento de adolescentes escolarizados, paraguayos y mexicanos, a través del análisis del efecto principal y de interacción del sexo, edad y la cultura, fue de tipo comparativo con dos muestras independientes y con un diseño, con una muestra constituida por 2278 adolescentes estudiantes entre Uruguayos y Mexicanos que se encontraban entre las edades de 13 y 18 años, obteniendo como resultados que los adolescentes paraguayos y mexicanos difieren significativamente en cuanto a sus estilos de afrontamiento ante situaciones de riesgo y estrés; pues esto coincide con los hallazgos de Frydenberg et al. (2003), Omar (2013) y los de Barcelata et al. (2014); a su vez los resultados muestran que los mexicanos son quienes presentan estilos más productivos (Verdugo-Lucero et al., 2013), mientras que en los paraguayos se observan mayores puntajes medios en afrontamiento no productivo y con referencia a otros.

Espinoza et al. (2018) hicieron una investigación acerca de los “Estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios de la ciudad de Cuenca, Ecuador”, la cual tuvo como objetivo poder

asociar los perfiles de estilos de afrontamiento con las variables sexo y las etapas del ciclo vital de los adolescentes de instituciones particulares, fiscales y fiscomisionales de la zona urbana de Cuenca entre los años 2015 y 2017, así mismo fue un enfoque cuantitativo, no experimental, descriptivo y transversal, la población estuvo conformada por 18 777 adolescentes, entre 16 y 19 años de edad, dicha muestra se estableció de 1001 estudiante, calculada estadísticamente con error muestral, con una probabilidad de ocurrencia y no ocurrencia, con un nivel de confianza. Se empleó el método no probabilístico, por cuota y seleccionados intencionalmente, Los instrumentos utilizados fueron la ficha de recolección de datos sociodemográficos y la escala de afrontamiento en adolescentes. Como resultado fundamental se obtuvo el empleo de cuatro estrategias básicas y dos estilos de afrontamiento, por lo que se pudo concluir que predomina más la resolución de los problemas, por lo tanto los resultados de esta investigación, en relación con la edad, arrojan que los menores de 18 años emplean mayor variedad de estrategias que a su vez, están equilibradas entre los tres estilos, lo cual no coincide con los datos referidos en el trabajo realizado por García, López y Moreno (2008), pues se destaca que los adolescentes más jóvenes utilizan con menos frecuencia las estrategias que se corresponden al estilo de resolución de problemas, ya que aumentan con la edad. Donde sí existe coincidencia es en el empleo de las estrategias como es el de fijarse en lo positivo, buscar algunas diversiones relajantes, esforzarse y tener éxito, todas ellas presentan un estilo dirigido a la resolución de problemas. En el caso de preocuparse tiene una correspondencia con un estilo de afrontamiento improductivo.

Mendoza, V (2018) realizó un estudio sobre “ Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior de la UAEM” la cual tuvo como objetivo describir los estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior, dicha investigación se trabajó con una muestra de tipo no probabilística intencional, con un total de

635 en donde 268 fueron hombres y 367 mujeres, con rango de edad de 15 a 16 años; obteniendo como resultado que los hombres como mujeres hacen uso del afrontamiento no productivo y con referencia a otros, y mayor medida se concentran en resolver el problema. De acuerdo a los estilos de afrontamiento entre hombres regulares e irregulares tienden a resolver el problema de manera activa y algunas veces del afrontamiento en relación con los demás, en el caso de los regulares deciden no afrontar algunas veces, en cambio los irregulares sólo raras veces con tendencia a algunas veces.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Franco, C y Sandoval, J (2021) investigaron sobre “Estilos de afrontamiento en estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, lima 2020.” la cual tuvo como objetivo describir los estilos de afrontamiento en los estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria de una institución educativa pública, del distrito de San Juan de Lurigancho, 2020. La presente investigación fue de diseño no experimental transversal de tipo descriptivo simple, debido a que se observaron a los individuos en su ambiente natural sin tener la intención de manipular la variable. Transversal, porque se realizó una sola medición a la misma población en un momento dado. De diseño descriptivo simple, debido a que se buscó y recolectó información con el objetivo de estudio, para ello se utilizó el instrumento de escalas de afrontamiento para adolescentes (ACS), constituido por 18 escalas que se encuentran agrupadas en tres categorías, estando validada con un nivel de confiabilidad ítem-test mayor a 20. (Canessa, 2002), dicha investigación estuvo conformada por 115 estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria, de ambos sexos, varones y mujeres, entre 14 a 17 años de edad, los resultados muestran que los estudiantes de 3er grado de educación secundaria obtienen un valor elevado en el estilo de afrontamiento Resolver el problema ya que su nivel es de 23.48%, en el estilo Afrontamiento

no Productivo obtienen un valor de 11.30%, y por último en el estilo Referencia hacia otros obtienen un nivel de 6.09%, lo cual lo hace el estilo de menor valor entre los estudiantes de este grado. Los estudiantes del 4to grado de educación secundaria obtienen un valor elevado en el estilo Resolución del Problema con un nivel de 26.09%, seguido del Afrontamiento no Productivo con 12.17%, en este grado no se encontró resultados del estilo de afrontamiento Referencia a otros. Por último, los estudiantes del 5to grado de educación secundaria obtienen en el estilo Resolución del Problema un nivel de 13.04% lo cual lo hace el estilo más elevado en este grado, seguido del estilo Afrontamiento no Productivo con 6.09%, y por último el estilo con menos valor es el de Referencia a otros con 1.74%. Podemos ver en los resultados descritos que el estilo de afrontamiento predominante en los tres grados evaluados es el estilo Resolución del Problema.

Llallahui, G (2019) realizó un estudio sobre “Estilos de afrontamiento en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa particular Albert Einstein del distrito de Ate Vitarte, durante el periodo 2019” , esta investigación fue de diseño no experimental –transversal; ya que el estudio se realizó sin la manipulación deliberada de las variables y solo se observaron los individuos en su ambiente natural, la cual tuvo como objetivo determinar el nivel de los estilos de afrontamiento en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa particular Albert Einstein del distrito de Ate Vitarte, durante el periodo 2019, la población estuvo constituida por 41 adolescentes de ambos sexos, varones y mujeres, entre 14-17 años de edad que se encuentran entre 4to y 5to de secundaria de la institución educativa particular Albert Einstein del distrito de Ate Vitarte, durante el periodo 2019, en sus resultados se evidenció que los estudiantes del 4to y 5to de secundaria presentan los estilos de afrontamiento en nivel moderado con 63%; bajo y con 24% en dicho sentido los estudiantes tienden a manejar una adecuada forma de afrontar las dificultades que

se les presente; así como el relacionarse asertivamente con sus pares, otros resultados obtenidos, en la dimensión resolución del problema, indicaron que los estudiantes del 4to y 5to grado de secundaria, presentan nivel alto con 44% y nivel moderado, Los resultados obtenidos en el presente estudio, referido a la dimensión referencia a otros, determinaron que los estudiantes 4to y 5to grado de secundaria presentan prioritariamente nivel bajo con 39%; moderado con 34%; se concluye que el estilo de afrontamiento al cual recurren más los adolescentes como una primera alternativa es el estilo referencia a otros, con la diferencia que en la presente investigación los estudiantes muestran una predisposición más a desarrollar niveles bajos en buscar apoyo en los demás frente a distintas situaciones adversas que se le presentan, lo cual puede resultar perjudicial para su desarrollo personal. En cuanto a los resultados obtenidos en el presente estudio, referido a la dimensión afrontamiento no productivo, los estudiantes de 4to y 5to de secundaria presentan predominantemente el nivel bajo con 54% y moderado con 34% muestran una predisposición más favorable; ya que optan por afrontar las dificultades y/o problemas de manera más flexible y positiva. En general, en la presente investigación con los resultados de las investigaciones de otros autores, se fortalece la necesidad de mejorar el desarrollo de los estilos de afrontamiento en los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de la Institución Educativa particular Albert Einstein del distrito de Ate Vitarte, para que desarrollen una personalidad más asertiva y exitosa en la vida.

Cortez, V (2018) “Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 5to año de secundaria de una institución educativa particular”, tuvo como objeto de estudio a alumnos de 5to año de educación secundaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo, durante el período de septiembre a diciembre de 2015. El diseño y tipo de investigación fue no experimental y descriptivo respectivamente. El método utilizado fue el hipotético deductivo.

Se empleó la técnica de la encuesta, seleccionando como instrumento la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS), La población estuvo constituida por adolescentes varones y mujeres entre 13 y 17 años, los resultados de esta investigación nos da a conocer cuales son las estrategias de afrontamiento, que los estudiantes de 5to año de secundaria de una Institución Educativa Particular de la ciudad de Trujillo que suelen usar son: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, fijarse en lo positivo, buscar diversiones relajantes y distracción física, ello hace referencia a que dichos adolescentes frente a eventos que le generan estrés, proponen alternativas de solución, prestando atención a aquella que pueda ser capaz de satisfacer sus demandas, así también, buscan alcanzar logros en el transcurso de su vida, planteándose metas, esto haciendo referencia a que próximamente harán frente a otra etapa que es el egresar del colegio y ello conlleva a pensamientos rumiativos como por ejemplo lo que sucederá después universidad, trabajo, encontraron que una de las mayores preocupaciones del estudiante entre 13 y 18 años, se centran en su futuro y su rendimiento escolar y que las estrategias de afrontamiento más usadas son el preocuparse y esforzarse, estrategias que también fueron encontradas en este estudio, estos estudiantes logran separar los aspectos negativos de los positivos, es decir proponen ventajas ante la circunstancia de estar fuera del colegio, del mismo modo practican actividades que les ayuda a continuar con sus tareas diarias como son los deportes, hacer ejercicios, ver TV, escuchar música, etc. Los resultados obtenidos sobre las estrategias utilizadas a menudo por los estudiantes, sirven como prueba de que es necesario ya que provee al organismo energía requerida para mantenerse con vida, conseguir las metas, comprometerse en relaciones y adaptarse a las influencias externas constantemente cambiantes, Es decir es preciso que el organismo cuente con una activación estrés para demostrar si es capaz de utilizar sus recursos o desarrollarlos en el transcurso y poder hacer frente a los eventos adversos.

Ccancece, R (2018) elaboró una investigación sobre “Afrontamiento en adolescentes en alumnos de 4to y 5to año de secundaria de un colegio nacional en el distrito del Rímac”, La presente investigación es de tipo descriptivo, así mismo el diseño que presenta es de no experimental al no existir manipulación intencional de las variables a estudiar, siendo a su vez transversal, debido a que la toma de información se realizó en un solo momento, determinar el nivel de Afrontamiento en adolescentes en alumnos de 4to y 5to año de secundaria de un colegio nacional en el distrito del Rímac, la población del presente estudio está conformada por 62 estudiantes de ambos sexos, en cuanto a sus resultados se tiene que en el estilo Resolver el problema, la estrategia con una frecuencia de uso muy frecuente inferior al 50% destaca la estrategia esforzarse y tener éxito con un (30,65%) de estudiantes que la utilizan con mucha frecuencia esta estrategia; la estrategia fijarse en lo positivo con un (29,03%) que indica que los estudiantes utilizan la estrategia en ocasiones, y finalmente la estrategia buscar diversiones relajantes con un (9,68%) de la muestra evaluada que la no utiliza nunca la estrategia. En el estilo Resolver el problema, la estrategia con una frecuencia de uso muy frecuente inferior al 50% destaca la estrategia esforzarse y tener éxito con un (30,65%) de estudiantes que la utilizan con mucha frecuencia esta estrategia; la estrategia fijarse en lo positivo con un (29,03%) que indica que los estudiantes utilizan la estrategia en ocasiones, y finalmente la estrategia buscar diversiones relajantes con un (9,68%) de la muestra evaluada que la no utiliza nunca la estrategia, Finalmente, para las estrategias del estilo afrontamiento no productivo, preocuparse fue la estrategia de mayor uso, con un 12,90%, así mismo como los estudiantes que la utilizan a menudo, en las estrategias, buscar pertenencia (22,58%), hacerse ilusiones (17,74%), auto inculparse (16,13%), preocuparse (14,52%) reservarlo para sí (8,06%). Además, se obtuvieron un alto porcentaje en estrategias no utilizadas por los estudiantes, en las estrategias no afrontamiento (40,32%), reducción de la tensión (48,39%) e ignorar el problema (38,71%).

Cabrera, G (2017) en sus estudios sobre “Estilos de afrontamiento y agresividad en los adolescentes del nivel secundario de las instituciones educativas estatales del distrito de Comas en el 2017”. la cual se elaboró con un diseño no experimental – transversal. Dicha investigación estuvo conformada por 25144 alumnos de instituciones educativas estatales entre hombres y mujeres del distrito de comas, los resultados fueron que un 60.1% de los adolescentes usan con más frecuencia el estilo referencia a otros, el 29.4% de los adolescentes usan el estilo resolver problema y el 10.6% utilizan el estilo afrontamiento no productivo, también en cuanto a sus resultados indican que el nivel del estilo afrontamiento no productivo según el sexo que más predomina es el nivel Bajo representado por un 33,3% para los hombres y para las mujeres un 30,2%, el siguiente resultado obtenido sobre el estilo de resolver problema según el sexo que más predomina es el nivel Alto representado por un 28,8% para los hombres y para las mujeres un 27,2%; otro resultado sobre el estilo referencia a otros según sexo el que más predomina por un 33,6% para los hombres y para las mujeres un 31,2%.

2.1.3 Antecedentes Locales

Tejada, A y Torres, S (2020) en su investigación realizada en el año 2020 “Estilos de afrontamiento en adolescentes de cuatro instituciones educativas de nivel secundario según el sexo en la ciudad de Cajamarca”; la cual fue una investigación nmo experimental, conformada por 247 estudiantes del sexo masculino y femenino de cuatro instituciones educativas de nivel secundario de la Ciudad de Cajamarca, en dicha investigación obtuvieron como resultado diferencias estadísticamente significativas entre los Estilos de afrontamiento según sexo, la cual indica el grado de diferencias entre los dos grupos de estudio ($T(137) = 2.0, p < .05, \xi = .196$). Del mismo modo, se encontraron diferencias significativas según sexo en el Estilo Dirigido al problema, con un tamaño del efecto moderado, es decir que este

estadístico indica el grado de diferencias entre los dos grupos de estudio ($T(145) = 3.88, p < .001, \xi = .361$). Así como también se encontraron diferencias significativas según sexo en el Estilo de Afrontamiento no Productivo, con un tamaño de efecto pequeño, este estadístico indica el grado de diferencias entre los dos grupos de estudio ($T(147) = 2.36, p < .020, \xi = .226$).

León, J y León, A (2020) “Estilos de afrontamiento en adolescentes albergados según modelos de acogimiento residencial: tipo familiar y tipo institucional en la ciudad de Cajamarca” cual tuvo como finalidad el poder determinar las diferencias entre los estilos de afrontamiento de los adolescentes, según el modelo aplicado en los centros de acogimiento residencial, tanto de tipo Institucional como de tipo Familiar, la cual generaron la hipótesis acerca de las diferencias en los estilos de afrontamiento de los adolescentes que residen en CAR de tipo familiar en comparación con los adolescentes que residen en el CAR de tipo institucional, por lo que dicha investigación fue de tipo descriptivo-comparativo, su población estuvo conformada por 49 adolescentes de los diferentes centros de institucionalización que comprenden edades entre 12 a 17 años; 29 adolescentes de CAR tipo residencial institucional y 20 adolescentes del CAR tipo residencial familiar, finalmente los resultados arrojan que sí existe diferencia significativa con respecto a los estilos de afrontamiento utilizados por cada casa de acogida residencial, por ejemplo se puede observar que los adolescentes de la aldea CAR tipo familiar suelen utilizar el estilo de afrontamiento “Buscar apoyo espiritual”, mientras que en el CAR tipo institucionalizado el estilo de afrontamiento más utilizado es “Distracción Física”, al aplicar la escala de estilos de afrontamiento se pudo explorar las diferencias entre los estilos de afrontamiento de los adolescentes evaluados según el tiempo de permanencia en su respectivo centro de acogimiento. Dando como resultado que, los adolescentes del CAR Modelo

institucionalizado prefirieron el estilo distracción física (Fi) como más frecuente 20,7%, seguido de los estilos esforzarse y tener éxito (Es) 17,2% y preocuparse (Pr) 17,2%; mientras tanto, los adolescentes del “CAR tipo familiar”, tuvieron como más frecuente al estilo buscar diversiones relajantes (Dr) 30%, seguido de la distracción física (Fi) 20%. Validando nuestra hipótesis donde se menciona que existe diferencia de estilos de afrontamiento en ambos centros, predominando en el CAR tipo institucionalizado el estilo de afrontamiento Distracción física, mientras que en el CAR tipo familiar el estilo predominante fue Diversiones relajantes.

Pérez, C y Ñontol, M (2018) investigaron acerca de “Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa de Cajamarca”, la cual tuvo como finalidad de determinar la relación entre los estilos de apego y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema y estrategias de afrontamiento centradas en la emoción en adolescentes del segundo grado de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Cajamarca, el estudio fue de forma empírico no experimental, estuvo conformada por 195 adolescentes varones y mujeres de segundo grado de educación secundaria, en cuanto a los resultados obtenidos arrojan que las estrategias de afrontamiento que son las más utilizadas fueron las centradas en la emoción con un porcentaje de 95.1 y un 7.2% centradas en el problema, se halló que los estilos de apego guardan una correlación significativa con 60 las estrategias de afrontamiento.

Góngora, P y Pajares, L (2018) realizaron estudios sobre las “Estrategias de afrontamiento e ideación suicida en mujeres adolescentes de una institución educativa particular en la ciudad de Cajamarca”, la cual tuvo como objetivo establecer la relación entre las estrategias de afrontamiento e ideación suicida en mujeres adolescentes, la cual estuvo conformada por 70

estudiantes mujeres que oscilaban entre los 12 y 17 años de edad, quienes se encontraban cursando entre el Primero y Quinto año, en los resultados se determinó que la estrategia, fijarse en lo positivo, es utilizada poco frecuente (42,1%) por las adolescentes, de igual manera, en la estrategia, resolver el problema, las alumnas utilizan en algunas ocasiones esta estrategia (45,6%).

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 El Afrontamiento

Según Halstead, Bennett, Cunningham (1993) los autores explican que el afrontamiento se logra entender como un esfuerzo cognitivo y a la vez de forma conductual la cual está orientado a poder manejar, reducir, minimizar, dominar o tolerar aquellas situaciones que pueden generar estrés. Los autores Lazarus y Folkman (1986) plantean dos estilos de afrontamiento: centrados en el problema y centrados en la emoción; de esta forma los autores Holroyd y Lázarus, en 1982 (citados por Alcoser A, 2012) nos dicen que la primera es poder modificar una situación problemática, para hacerla menos estresante para el propio sujeto; a este estilo se la considera como afrontamiento de aproximación; En cuanto al segundo afrontamiento centrado en la emoción busca modificar la manera en que la situación es tratada para reducir la tensión, la activación fisiológica y la reacción emocional negativa. de esta manera se busca poder regular la respuesta emocional que posiblemente pueda presentarse frente al estrés.

Aportes de Lazarus y Folkan, 1986; Moos y Shaefer, 1993; Thoits, 1995. describen que las habilidades sociales juegan un papel importante frente a la adaptación humana dentro de la actividad social.

2.2.1.1 Estilos y Estrategias de Afrontamiento

2.2.1.1.1 Los Estilos de afrontamiento

Según los autores Carver, Scheier y Weintraub (1989), Es una preposición personal para hacer frente a las diversas situaciones de la vida, de esta forma la propia persona llega a determinar el uso de las estrategias de afrontamiento ante los problemas que se presentan, y por ende el sujeto sabrá determinar cuál es el tipo de afrontamiento que domina ya sea de manera activo/ pasivo- evitativo o adaptativo/ desadaptativo.

Cabe resaltar que una persona puede llegar a usar las estrategias de afrontamiento dependiendo al tipo de estresores frente a una problemática e incluso el entorno en que se encuentra, (Forsythe y Compas, 1987). Y para ello se debe de tener varias estrategias de afrontamiento para las diversas situaciones

2.2.1.1.2 Las Estrategias del Afrontamiento

Son las acciones específicas para poder afrontar los problemas de la vida cotidiana, que pueden darse de forma adaptativa o desadaptativa; en donde las adaptativas tenemos al estrés y de cómo promover la salud a largo plazo, en cuanto a las desadaptativas nos habla de que reduce el estrés hasta un corto plazo y que a largo plazo puede ser nocivo para la salud.

Para los autores Casullo y Fernández Liporace (2001), explican que las estrategias de afrontamiento son un conjunto de respuestas específicas en la que el propio sujeto logra utilizar para resolver situaciones que pueden generar estrés frente a los problemas y de esta forma poder reducir la tensión que se genera dentro de dichas situaciones.

Para los autores Carver, Scheier y Weintraub, en 1989, de acuerdo a sus estudios nos dan a conocer quince estrategias: el afrontamiento activo, la planificación, la supresión de actividades competitivas, también se tiene la estrategia de postergación de afrontamiento, otra estrategia es el soporte social instrumental y emocional, la reinterpretación positiva, la aceptación, la negación, el acudir a la religión, los autores tomaron en cuenta a la expresión de las emociones, y finalmente se menciona la estrategia del uso de alcohol y drogas y el compromiso conductual y cognitivo (Cassaretto et al., 2003).

De acuerdo a estudios realizados por Frydenberg nos dice que las estrategias están mayormente relacionadas con conceptos de estrés y de afrontamiento que han sido desarrollado por Lazarus, quién se centró en los afrontamientos de los adolescentes, la autora menciona los estilos de afrontamientos tanto productivo o funcional, una de ella es denominado “Resolver el problema”, que refleja las dificultades de forma directa; el siguiente es “Referencia hacia los otros”, la cual implica el poder compartir algunas preocupaciones con quienes nos rodean para así tener una soporte emocional; y finalmente se tiene el “Afrontamiento no productivo” esto se debe a que las estrategias de afrontamiento nos permiten poder encontrar una posible solución ante los problemas por lo que mayormente se va orientando a la evitación con los demás.

Aquí se menciona los estilos de afrontamiento de acuerdo a su agrupación:

- El primer estilo es denominado “Resolver el problema”, por lo que las estrategias son:
 - 1) Concentrarse en resolver el problema, es una estrategia dirigida a resolver el problema estudiando sistemáticamente y analizando los diferentes puntos de vista u opciones;
 - 2) Esforzarse y tener éxito, esta estrategia comprende las conductas manifestando compromiso, ambición y dedicación;
 - 3) Invertir en amigos íntimos, esto se refiere al esfuerzo de tratar de comprometerse ante alguna relación personal;
 - 4) Buscar pertenencia, indica preocupación por el interés del sujeto ante sus relaciones con las personas que lo rodean,
 - 5) Fijarse en lo positivo, esta estrategia tiene como objetivo tener una visión óptima y positiva ante una situación actual;
 - 6) Buscar diversiones relajantes, se caracteriza por aquellas actividades que son de interés para el propio individuo;
 - 7) Distracción física, se relaciona con las actividades de interés en la que exista un esfuerzo físico por mantenerse en forma.
- El segundo estilo se denomina “Referencia a otros” en este grupo tenemos las estrategias de:
 - 1) Buscar apoyo social, donde el individuo puede compartir sus

problemas con otras personas de tal forma que busca un tener el apoyo ante una serie de alternativas de solución; 2) Buscar apoyo profesional, tener una opinión profesional ante los distintos problemas que se va teniendo; 3) Acción social, dar a conocer a los demás el problema similar que dos o más personas tienen y así poder conseguir ayuda dentro actividades, reuniones; 4) Buscar apoyo espiritual, buscar ayuda mediante oraciones, rezos, etc.

- En el último estilo tenemos el “ No productivo”, la cual comprende las siguientes estrategias: 1) Preocuparse, indican temor al futuro o por lo que actualmente está pasando; 2) Hacerse ilusiones, el individuo espera a que suceda algo mejor ante alguna situación que le cause estrés; 3) Falta de afrontamiento, incapacidad para enfrentar un problema; 4) Ignorar el problema, aquí el individuo evita el problema manteniendo su mente ocupada realizando algunas actividades; 5) Autoinculparse, el sujeto se muestra responsable ante sus propios problemas; 6) Reducción de la tensión, intentos por sentirse relajado mediante algún consumo de bebidas, etc para así mantenerse relajado ante sus problemas; 7) Reservarlo para sí, el sujeto huye de quienes los rodean por lo que no desea que se sepa sobre sus problemas, es decir no comenta con nadie sobre sus problemas.

2.2.1.2 Clasificación de afrontamiento

De acuerdo a las investigaciones (Instituto R. Coullaut de psiquiatría, 2020) que se han ido desarrollando, nos dice que cada persona tendrá un estilo de afrontamiento distinto dependiendo de su propia personalidad, experiencia, o algunas situaciones que generen estrés y la capacidad de gestión emocional, pero a grandes rasgos, existen dos formas fundamentales de afrontamiento: como es el afrontamiento evitativo y el afrontamiento activo.

Para Atlas Psicólogos 2020, nos dice que hay tres tipos de clasificación sobre afrontamiento: afrontamiento activo, afrontamiento pasivo y afrontamiento evitativo.

2.2.1.2.1 Afrontamiento activo

La persona se centra en el problema y realiza acciones para disminuirlo o eliminarlo.

2.2.1.2.2 Afrontamiento pasivo

La persona se centra en la emoción, y trabaja en ellas, para despejar su mente de los sentimientos negativos en los que se encuentra.

2.2.1.2.3 Afrontamiento Evitativo

(Instituto R. Coullaut de psiquiatría, 2020) Este tipo de afrontamiento no siempre tiene por que ser negativo, la evitación puede ser una respuesta adaptativa, es decir que cuando tratamos de evitar una situación en la que se pone en juego nuestra integridad física o si se evitan determinados ambientes cuando se padece una adicción; así mismo el afrontamiento evitativo puede llegar a convertirse en un problema incapacitante en aquellas ocasiones en las que, la tendencia evitativa, se extiende en el tiempo y afecta a múltiples ámbitos de la vida, de tal forma que Podemos distinguir 3 tipos fundamentales de evitación son:

- ❖ La primera es la evitación conductual que es la respuesta de la inacción.
- ❖ La segunda es la evitación cognitiva que evita pensar en aquello que causa incomodidad o malestar.
- ❖ La evitación experiencial en la que se evitan las emociones displacenteras, generalmente sustituyéndolas por alguna conducta compulsiva: deporte excesivo, comer compulsivamente etc.

Según Atlas Psicólogos 2020 se centra en evitar el problema y así evitar sentir emociones negativas no pensando en ello, este afrontamiento consiste en evitar algo. Por ello, actuamos de una manera para protegernos de un posible daño psicológico, puesto que ante algún

peligro se suele actuar de manera inmediata ante las situaciones de riesgo como tener diversas reacciones.

2.2.1.3 Importancia de los estilos de afrontamiento

Según para Lazarus y Folkman, 1986 (citado en Llallahui, 2019) explican que el estilo de afrontamiento regula y encauza las emociones, dando así una respuesta ante una situación demandante, siendo estas respuestas adecuadas según el contexto en la que se encuentren. Otra investigación de los autores Figueroa; Cotini; Lacunza; Levín y Estévez (2005) explican sobre la relación entre bienestar psicológico y afrontamiento, dio como resultado que los adolescentes utilizan distintos tipos de estrategias dependiendo de su nivel de bienestar psicológico. Los estudios indican que los adolescentes ponen en clara evidencia que aquellos adolescentes resuelven de manera satisfactoria producen rasgos positivos en su personalidad y que los llevará al éxito, Por otro lado, aquellos que evitan las situaciones estresantes o de riesgo son más propensos a caer en circunstancias peligrosas. De acuerdo a ello se debe potenciar el bienestar psicológico para lograr el interés y la utilidad con el objetivo de buscar un afrontamiento adaptativo y que sirva para su vida futura. Así mismo, se debe identificar las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes ante situaciones adversas que se les presente en el ámbito educativo, familiar y social; puesto que evitar dichas situaciones llevaría desarrollar conductas de riesgo como las drogas, pandillaje, etc. Por esa razón, se proporcionará programas de intervención con la finalidad de aprender a ser asertivos en la toma de sus decisiones, a fin de evitar recaer en situaciones peligrosas

2.2.1.4 Afrontamiento en la adolescencia

Mendoza, V (2018) Para los autores Lazarus y Folkman (1984) una de las principales fuentes del afrontamiento es la salud y con ello la energía, ya que ellos consideran que de esta manera se puede responder de una manera eficaz para el estrés que se esté presentando en el momento, además de esta, la autoeficacia permite la capacidad de soportar las demandas y las

consecuencias que llegue a provocar la situación estresante. Sin embargo, las 19 habilidades sociales que se relacionan con el apoyo social también son parte de esto debido a que dan afecto y valoración de los que rodean al sujeto sobre él.

El afrontamiento en los adolescentes contribuye a un bienestar integral (Snyder, 1999), además de que dan una idea más clara de la interpretación de la conducta adolescente ya que dice cómo es que controla las situaciones estresantes o los factores desencadenantes, además que de no hacerlo de manera positiva podría desarrollar una enfermedad somática o psicológica por falta de autocontrol o autorregulación (Del Barrio, 2003).

Castro de la Mata & Rojas, 1998; Martínez & Morote, 2001; Montenegro, 2001 (citado en Solís y Vidal, 2006) Para los autores la adolescencia es una etapa que presenta diversas situaciones las cuales podrían ser fuente de estrés ante aquellos problemas que se encuentran vinculados al colegio, a la incertidumbre respecto a su futuro, problemas familiares, presión social, problemas relacionados al uso del tiempo libre, problemas emocionales, dificultad en relación de pareja, y finalmente problemas propios; de la misma manera Cassaretto et al., 2003 (citado en Solís y Vidal, 2006), nos dice que el comportamiento del adolescente se encuentra inscrito dentro de un conjunto de tareas de desarrollo cuyo logro supone un bienestar subjetivo y salud mental; por otro lado el autor Peña-herrera, 1998 (citado en Solís y Vidal, 2006), describe algunas tareas que un adolescente ante distintas situaciones como el tener una nueva imagen corporal; lograr una independencia tanto económica, social y emocional de los padres; la incorporación de un sistema de valores; la perspectiva de futuro y el desarrollo de una identidad psicosexual.

Es importante mencionar que el afrontamiento ha empezado a tener mayor relevancia dentro del campo de la psicología, ya que existe un amplio interés por querer conocer de qué forma las personas llegan a afrontar sus preocupaciones pues el interés por conocer cómo las personas afrontan sus problemas y los factores que la generan, de esta forma se han realizado

investigaciones con adultos, para después poder continuar investigaciones con niños y adolescentes así lo describen los autores Lazarus y Folkman 1986; Ayers, Sandler y Thowey, 1998).

Sandín, 2003 (citado por Arispe, J y Ochoa, Y en 2019) Las personas en las diferentes etapas de la vida, constantemente se enfrentan a distintas situaciones problemáticas, causándoles un malestar muy significativo, que en la mayoría de las ocasiones, puede ser difícil de superar; sin embargo, en la etapa de la adolescencia las dificultades pareciera que se incrementaran, siendo aún más complejo el manejo de dichas situaciones, que para otras etapas. La etapa de la adolescencia es definida por diversos autores, quienes coinciden que es una de las etapas caracterizadas por una serie de conflictos personales y sociales, en la cual el individuo que carezca de recursos apropiados para hacer frente a las situaciones que se le presentan, se verán inmersos en situaciones de riesgo. Para Domenech (2015) mencionar que los adolescentes pueden aprender comportamientos de afrontamiento por, al menos, cuatro medios distintos: a) A través de experiencias previas en el afrontamiento de situaciones similares. b) A través de la observación de la experiencia ajena, especialmente procedente de modelos familiares. c) A través de la observación e inferencia sobre su propia fisiología y vulnerabilidad. d) A través de la persuasión social, especialmente la de los padres, compañeros y demás personas para ellos.

Finalmente los adolescentes se enfrentan a una gran variedad de demandas a nivel cognitivo y emocional, por lo que necesitan poder desarrollar habilidades cognitivas, motivacionales y emocionales. En algunos casos las conductas de riesgo llegan a responder la incapacidad de algunos adolescentes para afrontar sus preocupaciones, Gaeta y Martín, 2009 (citados por Perez y Ñontol 2018).

2.2.2 La Adolescencia

La OMS, nos dice que es una etapa que se da desde los 10 años hasta los 19 años, dicha etapa se divide en dos fases; la primera fase denominada: adolescencia temprana comprende desde los 12 años hasta los 14 años, la segunda fase denominada: adolescencia tardía la cual va desde los 15 años hasta los 19 años; en cada etapa se llega a presentar cambios fisiológicos, como también cambios de adaptación en lo cultural y en lo social; Coleman (1999), también describe a la adolescencia con características principales para el desarrollo de esta etapa, donde se evidencia los cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales, factores que nos llevan a tener una madurez propia, es decir tener la capacidad de optar por alternativas de solución ante cada problema.

Sin embargo para Aláez, Madrid, y Antona año 2003 (citado en Hallasi, L 2018) mencionan que la adolescencia se puede dividir en tres fases: la primera viene hacer la adolescencia Temprana que va desde los 10 hasta los 13 años de edad, la segunda nominada como la adolescencia Media que va desde los 14 hasta 17 años de edad y la tercera etapa llamada adolescencia Tardía que comprende entre las edades 17a 21 años de edad.

Así mismo Krauskopf (2010), nos habla que la adolescencia es una etapa vital ya que se aprecia la interacción entre personas que tengan la misma edad o los mismos intereses, también que la adolescencia según ERIKSON es una etapa en que se debe comprender al individuo que se encuentra en un crecimiento de alcanzar los logros posibles ante las personas que lo rodean.

En las investigaciones de Pérez, C y Ñontol, M (2018) afirman que la etapa de la adolescencia es la transformación de la niñez a la adultez. Este período biopsicosocial, abarca entre los 10 a 20 años, comprende gran cantidad de cambios corporales. Hay un rápido crecimiento, cambios en las proporciones, formas corporales, y la madurez sexual. Además se caracteriza por la búsqueda de identidad, necesidad de intelectualizar y fantasear, crisis

religiosas, desubicación temporal, fluctuaciones de humor, contradicciones de la conducta, tendencia grupal y separación progresiva de los padres .Los adolescentes enfrentan distintos 28 riesgos como embarazo y maternidad precoz, elevados índices de mortalidad por accidentes, homicidio y suicidio, condicionados por patrones conductuales como el consumo excesivo de alcohol, abuso de sustancias, actividad sexual y de pandillas (Awuapara y Valdivieso, 2013)

2.2.2.1 Adolescencia Temprana

Para Sedra, 2016 (Hallasi, L citado en 2018) Los cambios físicos como el cambio de voz, vellos faciales, entre otros. Estos cambios modifican la imagen corporal de cuando se era niño (a), generando preocupación y curiosidad por los cambios físicos

Finalmente al desarrollo psicosocial en esta fase hay un menor interés en las actividades de padre e hijo, e inician los intentos de tener independencia y de priorizar su propia intimidad (Sedra, 2016). Hay Intensas relaciones con amigos del mismo sexo y así una poderosa influencia de estos. También, la capacidad de pensamiento es totalmente concreta, no perciben consecuencias futuras de sus actos y de sus decisiones presentes (Aláez, et al., 2003).

2.2.2.2 Adolescencia Media

Según la OMS, menciona que esta fase va comprendida desde los 14-17 años lo cual permitirá al adolescente fijar su imagen corporal y desarrollar más fácilmente una imagen de sí mismo. En esta fase adquieren vital importancia los cambios psicológicos y sociales. (Yanez, F 2022)

En esta fase los cambios se dan lentos, hay cierta preocupación por hacer del cuerpo más atractivo. Por otro lado, dentro de la capacidad cognitiva el adolescente es capaz de utilizar el pensamiento abstracto, aunque este vuelve a ser completamente concreto durante distintos periodos y sobre todo llega a ser cambiante cuando hay estrés; así también, son capaces de

percibir futuras consecuencias de sus actos y decisiones, aunque sus decisiones sean cambiantes. Casas y Ceñal, 2005; Aláez et al., 2003. (citado por Hallasi., 2018).

2.2.2.3 Adolescencia Tardía

En esta etapa nos habla que el crecimiento corporal ha concluido y físicamente son maduros y son capaces de aceptar su imagen corporal (Casas y Ceñal, 2005) su pensamiento abstracto está establecido, aunque no necesariamente todos los adolescentes lo consiguen, están más orientados a su futuro, son capaces de percibir y actuar según a consecuencias futuras de sus actos. Los intereses profesionales, las citas románticas y la exploración de la identidad suelen predominar más en la adolescencia tardía que en la temprana (Santrock, 2004).

2.2.2.4 Cambios emocionales en la adolescencia

La OMS menciona que el adolescente desarrolla una euforia de sentirse como si estuvieran en la cima del mundo en un momento dado y estar deprimido al siguiente. Estos cambios emocionales afectan el desempeño escolar, la apariencia, la elección de amigos y la capacidad de tomar decisiones adecuadas en la vida. (Yanez, F 2022)

2.2.2.5 Desarrollo Físico en la Adolescencia

Papalia, Olds y Feldman (2010), señalan que en esta etapa se da a notar los cambios del adolescente como el crecimiento de estatura, peso, formas corporales y la adquisición para una madurez sexual, por lo que dichos cambios se da desde la etapa del nacimiento y continúa hasta la etapa de la adultez.

Así mismo las autoras mencionan que dentro de la etapa de la pubertad está relacionada con el desarrollo de la sexualidad, ya que es en esta etapa que se encuentra los procesos de la adrenarquia la cual viene hacer la maduración de las glándulas suprarrenales, es decir existe el aumento de la producción de las hormonas sexuales, la cual tiene lugar entre los ocho años en las niñas y a los nueve años aproximadamente en los niños y finalmente se tiene la etapa

de la gonadarquia en la que consiste en el aumento de la secreción de hormonas sexuales que se va dando desde inicios de la pubertad.

2.2.2.6 Teorías del desarrollo de la adolescencia

2.2.2.6.1 Desarrollo Psicosocial

Durante el desarrollo de la persona se van ganando experiencias y algunos conocimientos de acuerdo a las etapas del ser humano como: Vergüenza y duda (2 años) Iniciativa vs culpa (3 a 5 años), Laboriosidad versus inferioridad (etapa de lactancia), identidad versus confusión de la identidad (adolescencia y juventud, integridad versus desesperación (madurez).

Para Erikson 1972 y Santrock 2004, (citado por Hallasi, 2019) dentro de estas etapas la que mayor significado tiene es la etapa de identidad versus confusión de la identidad, puesto que la adolescencia pasa por una fase crítica debido a algunas condiciones biológicas, psicológicas o sociales; las cuales se encuentran la madurez sexual, ya que se enfrenta al descubrimiento de una identidad, es decir; quien es, que es lo que hace, por tal motivo los adolescentes se deben de diferenciar de los adultos, adquiriendo su propio yo; es decir que los padres deben dejar que sus hijos explores roles diferentes, de tal forma que sean roles saludables y positivos, de esta manera se logrará desarrollar una identidad más positiva en ellos mismos, en cambio si los padres imponen el desarrollo propio, no será posible que ellos logren explorar diferentes roles generando una confusión de identidad.

2.2.2.6.2 Desarrollo Cognitivo

Hallasi., 2018 Nos habla dice que Piaget, El desarrollo cognitivo se comprende que es la capacidad de pensar y razonar, en el caso de la adolescencia viene hacer un desarrollo más complejo ya que es esta etapa se enfatiza el pensamiento abstracto, es decir que se empieza a tener la capacidad poder buscar alternativas de soluciones, como también tienen la capacidad de poder razonar y generar sus propias ideas, dicho desarrollo se va dando desde los 12 hasta

los 18 años, por lo que de un pensamiento concreto se comienza a generar operaciones lógicas, es decir a tener diferentes criterios de lo que va experimentando a su alrededor.

2.2.2.6.3 Teoría del desarrollo Cognoscitivo

El desarrollo cognoscitivo se divide en cuatro etapas, en la que se relacionan con la edad y que implica en una forma de pensar, aquí se mencionan dichas etapas: a) la etapa sensoriomotora, b) la etapa preoperacional, c) la etapa de las operaciones concretas, d) etapa de las operaciones formales, cabe mencionar que dentro de la adolescencia entre los once y doce años en adelante, en esta etapa el pensamiento se vuelve más abstracto; es decir que pueden usar la imaginación a través de ideas acerca de eventos distintos que pueden ir dándose de acuerdo a entorno y de quienes los rodean, Meece 1997, Santrock, 2004. citado por Hallasi., 2018.

2.2.2.6.4 Teoría de la Recapitulación

El desarrollo de la adolescencia está controlado por factores genéticos, es decir los comportamientos, no siempre llegan a cambiar y no dependen de la misma sociedad, ni de la misma cultura; si no que la adolescencia se llega a caracterizar por la rebeldía y la crisis personal, Lozano 2024; Santrock, 2004 (citados por Hallasi., 2018).

2.2.3 El estrés

Para los autores Lazarus y Folkman en 1986 (citado por Hallasi, 2018) definen el concepto de estrés ante situaciones en la que se llegue a producir entre el individuo y su contexto. Este estrés se produce cuando la persona siente que no puede superar los recursos que tiene y pone en riesgo su bienestar personal.

El estrés viene hacer un conjunto de reacciones del propio organismo. Estas reacciones son debidas a situaciones de contrariedad a las cuales está sometido el cuerpo. El organismo reacciona cuando siente una amenaza, agresión o presión y pone en práctica respuestas apropiadas para hacer frente a estas situaciones. (Francois, J 2017).

En las investigaciones sobre Mendoza, V (2018) Nos habla que en 1936 Hans Selye publicó un libro llamado *The stress of life*, donde definió al estrés como la suma de los efectos inespecíficos de factores de la actividad normal, drogas, agentes que producen enfermedades, etc. que actúan sobre el organismo (Selye,1960; citado por Oblitas, 2010). Con ello la exposición continua al estrés produce un debilitamiento en el organismo y por tanto su capacidad defensiva haciendo al cuerpo más propenso a adquirir enfermedades (Kiecolt-Glaser y Glaser, 1986; Schneiderman, 1983; citado por Martínez y Díaz, 2007).

2.2.3.1 Respuestas del estrés

2.2.3.1.1 Respuesta a nivel cognitivo del estrés

Mendoza, V (2018) nos habla en su investigación acerca de las distintas respuestas acerca del estrés como son: a) Respuesta a nivel cognitivo del estrés, b) Respuesta fisiológica al estrés, c) Respuesta a nivel motor: conductas de afrontamiento del estrés; Pues para Lazarus (Citado por Crespo y Labrador, 2003) la respuesta del nivel cognitivo del estrés se da mediante la evaluación y valoración constante de las situaciones estresantes. Así mismo la evaluación cognitiva de los acontecimientos se diferencia en tres tipos básicos de valoración, con una interdependencia:

- a) Evaluación primaria: esta supone la categorización de una situación, en función de su significado.
- b) Evaluación secundaria: implica la consideración de los recursos, habilidades y capacidades para afrontar la situación estresante.
- c) Organización de la acción: a partir de la evaluación de la situación y de los recursos se comienza a establecer un plan de actuación o comportamiento.

2.2.3.3.2 Respuesta fisiológica al estrés

Everly (1989; citado por Crespo y Labrador, 2003) diferenció tres ejes básicos de actuación:

- Eje neural: es a partir de una activación del Sistema Nervioso Autónomo y del Sistema Nervioso Somático, que lleva a la activación de situaciones que hay un peligro de forma repentina.

- Eje neuroendocrino: da un valor de supervivencia ya que prepara al organismo para una intensa actividad corporal.

- Eje endocrino: Suele asociarse a una situación de estrés más crónica, se dispara cuando la persona considera que no puede afrontar la situación que le provoca estrés.

2.2.3.1.3 Respuesta a nivel motor: conductas de afrontamiento del estrés

Está constituida por las estrategias y estilos de afrontamiento con respuestas que atienden a las demandas internas o externas, se trata de un proceso dinámico que va 25 entre el enfrentamiento y la huida (Lazarus y Folkman, 1986; citado por Crespo y Labrador, 2003).

2.2.3.2 Tipos de estrés

2.2.3.2.1 Estrés positivo (Eustrés): Convive con el estresor de una manera óptima que deriva en el placer, alegría, bienestar y equilibrio, así el individuo se expresa y manifiesta de acuerdo a su personalidad que le permite afrontar y resolver sus problemas ya que provee de una motivación excitante con el mejoramiento del conocimiento, ejecuciones cognoscitivas y de comportamiento. Lopategui, 2000 (citado por Nuñez, 2008).

2.2.3.2.2 Estrés negativo (Distrés): Produce un desequilibrio físico y psicológico que reduce la productividad del individuo, además de una serie de enfermedades psicosomáticas y envejecimiento, por lo que es perjudicial (Lopategui, 2000; citado por Nuñez, 2008). Así mismo, está produce una serie de síntomas:

- Físicos: Palpitaciones, sensación de ahogo, hiperventilación, sequedad en la boca, náuseas, malestares digestivos, diarrea, estreñimiento, tensión y/o dolor muscular, calambres, inquietud, hiperactividad, temblor en las manos, fatiga, mareos, dificultades en el sueño,

dolores de cabeza, sudoración, sofocos, manos y pies fríos, aumento o disminución del apetito, mayor ingestión de sustancias (alcohol, tabaco) y disminución del deseo sexual.

- Psicológicos: Angustia, preocupación, desesperanza, introversión, depresión, impaciencia, irritación, hostilidad, agresividad, frustración, aburrimiento, inseguridad, sentimiento de culpa, desinterés por la apariencia, desinterés por la salud, desinterés por el sexo, incapacidad de finalizar una tarea antes de comenzar otra, dificultad para pensar con claridad, dificultad para concentrarse y tomar decisiones, fallas en la memoria, falta de creatividad, disminución de la atención, inflexibilidad, hipercrítica, comportamiento irracional y pérdida de eficacia de productividad.

2.2.3.3 Fases del estrés

El síndrome de adaptación general planteado por Selye (1975; citado por Oblitas, 2010) está comprendido por tres fases:

2.2.3.3.1 Etapa de alarma

El organismo sufre alteraciones fisiológicas provocadas de la activación del hipotálamo, hipófisis y las glándulas suprarrenales, liberan adrenalina y adrenocorticotrópica, las cuales son responsables de las reacciones orgánicas.

2.2.3.3.2 Etapa de resistencia

El individuo tras ser sometido a una amenaza prolongada de agentes lesivos físicos, químicos, biológicos o sociales, deja de mantener su reacción original y comienza la persistencia dependiendo de la resistencia del organismo. Cuando disminuye o se agota la capacidad de resistir, continúa a la siguiente fase:

2.2.3.3.3 Etapa de agotamiento

La prolongada exposición a los agentes nocivos, la adaptación adquirida se ve perdida.

2.3 Definición de Términos Básicos

2.3.1 Estilos de afrontamiento

Conjunto de estrategias cognitivas y conductuales que la persona utiliza en la vida cotidiana frente a diversas situaciones que causen estrés. (Lazarus y Folkman 1984)

2.3.2 La adolescencia

Krauskopf (2010), la adolescencia es una etapa vital, donde se aprecia las relaciones que se dan en personas con la misma edad o con los mismos intereses.

2.4 Definición Operacional de la Variable

En la siguiente tabla se presenta la operacionalización de las variables del propio estudio:

tabla 1: tabla de operacionalización de variables de investigación

Operacionalización de las variables	Definición Conceptual	Tipo de Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Estilos de Afrontamiento	<p>Son aquellas predisposiciones de una persona que hace frente a diferentes situaciones siendo los responsables de las preferencias individuales en el uso de diversos tipos de estrategias de afrontamiento.</p> <p>(Lazarus y Folkman (1986))</p>	Variable Independiente	Resolver el problema	<ul style="list-style-type: none"> _ Concentrarse en resolver el problema _ Esforzarse y tener éxito _ Invertir en amigos íntimos _ Buscar pertenencia _ Fijarse en lo positivo _ Buscar diversiones relajantes _ Distracción física 	<p>Escalas de Afrontamiento para adolescentes (ACS). Frydenberg y Lewis 1993. Adaptado en Lima Metropolitana por Beatriz Canessa en el año 2002.</p>
			Referencia a otros Buscar	<ul style="list-style-type: none"> _ Apoyo social _ Buscar apoyo profesional _ Acción social _ Buscar apoyo espiritual 	
			Afrontamiento no productivo	<ul style="list-style-type: none"> _ Preocuparse Hacerse ilusiones _ Falta de afrontamiento _ Ignorar el problema _ Autoinculparse Reducción de la tensión Reservarlo para sí. 	

CAPÍTULO III
METODO DE INVESTIGACION

3.1 Tipo de Investigación

El presente estudio será de tipo descriptivo, ya que se centrará en detallar, y poder recolectar algunas de las características de la población objetivo. Pues las investigaciones que son de tipo descriptivo buscan poder medir u obtener información específica de las personas, grupos, e incluso de las mismas comunidades, las cuales puedan ser sometidas a un análisis, y poder ser detalladas de cómo son y de cómo se manifiestan. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

3.2 Diseño de Investigación

El diseño de investigación, no será experimental ya que al no existir ninguna manipulación intencional de las variables a estudiar, por lo tanto el diseño será transversal, pues para la toma de información se realizó sin evaluaciones o mediciones. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

3.3 Población, Muestra y Unidad de Análisis

3.3.1 Población de estudio

La población del presente estudio estuvo conformada por 60 estudiantes del sexo masculino y 60 del sexo femenino, siendo un total de 120 estudiantes la cual se encuentran en 5to año del nivel secundario de dos colegios de la ciudad de Cajamarca.

3.3.2 Muestra de estudio

La muestra estuvo conformada por 120 adolescentes del 5to año de secundaria de dos colegios de la ciudad de Cajamarca.

El tipo de muestreo es no probabilístico por conveniencia, por lo que permite poder seleccionar aquellos con características accesibles para dicho estudio. (Otzen y Manterola 2017).

3.3.3 Unidad de análisis

La unidad de análisis viene a los adolescentes que se encuentren en 5to año en el nivel secundario de dos centros educativos en la ciudad de Cajamarca, la cual se encontraron edades de 16 a 18 años de edad.

Tabla 2: tabla sociodemográfica de adolescentes del 5to de secundaria de dos colegios de Cajamarca.

Adolescentes Varones	Edad	Cantidad	Porcentaje
	16	20	33%
	17	25	42%
	18	15	25%
	Total	60	100%
Adolescentes mujeres	Edad	Cantidad	Porcentaje
	16	26	43%
	17	23	38%
	18	11	18%
	Total	60	100%

En la siguiente se muestran las frecuencia de cada afirmación contestada por los adolescentes de 5to año de secundaria; donde la afirmación con más realce es “lo hago raras veces” con un porcentaje de 26, 70% y la poco frecuente es la afirmación “lo hago algunas veces” con un porcentaje de 16, 95%.

Tabla 3: Afirmaciones contestadas por los adolescentes de 5to de secundaria.

Adolescentes 5to de sec.		
Afirmaciones	frecuencia	Porcentaje
Nunca lo hago	2371	24,70%
Lo hago raras veces	2579	26,86%
Lo hago algunas veces	1627	16,95%
Lo hago a menudo	1771	18,45%
Lo hago con mucha frecuencia	1252	13,04%
total	9600	100,00%

Como siguiente tabla se observa la frecuencia por cada afirmación contestada según en la cual se visualiza que en los varones la afirmación “Lo hago raras veces ” tiene la frecuencia más alta con un 23%, en cuanto la afirmación con menos frecuencia en varones es “Lo hago con mucha frecuencia” con un 6%; sin embargo en el caso de las mujeres la afirmación con más frecuencia es la afirmación es “Lo hago a menudo” con un 24%; en cuanto a las afirmaciones con menos frecuencia es “Lo hago algunas veces” con un porcentaje de 8%.

Tabla 4: Tabla de frecuencia para las afirmaciones contestadas por los adolescentes según su sexo.

Adolescentes varones			Adolescentes mujeres		
Afirmaciones	frecuencia	Porcentaje	Afirmaciones	frecuencia	Porcentaje
Nunca lo hago	1123	23,40%	Nunca lo hago	1105	23,02%
Lo hago raras veces	1141	23,77%	Lo hago raras veces	1154	24,04%
Lo hago algunas veces	1122	23,38%	Lo hago algunas veces	394	8,21%
Lo hago a menudo	1102	22,96%	Lo hago a menudo	1178	24,54%
Lo hago con mucha frecuencia	312	6,50%	Lo hago con mucha frecuencia	969	20,19%
total	4800	100,00%	total	4800	100,00%

En cuanto a los resultados de estilos de afrontamiento, se obtuvo que en ambos sexos el estilo de afrontamiento con un porcentaje alto de 44% es “el resolver el problema”, seguido del estilo “no productivo” con un porcentaje de 24% y finalmente el estilo con menos intensidad es “referencia a otros” con un porcentaje de 24%.

Tabla 5: Respuestas obtenidas para cada estilo de afrontamiento en ambos sexos.

Estilo de Afrontamiento	Respuestas	Porcentaje
resolver el problema	53	44,17%
referencia a otros	29	24,17%
no productivo	38	31,67%
total	120	100,00%

3.4 Instrumento de recolección de datos

3.4.1 Ficha: Escala de Afrontamiento para Adolescentes

FICHA TÉCNICA

Nombre Original : Adolescent Coping Scale (ACS)

Autores : Frydenberg y Lewis

Año de Creación : 1993

Adaptación Peruana : Beatriz Canessa

Año de Adaptación : 2002

N° de Ítems : Consta de 79 ítems cerrados más uno abierto

Objetivo : Identificar las estrategias de afrontamiento más comunes utilizadas por los adolescentes. Los ítems se distribuyen en 18 escalas, cada una de las cuales refleja una respuesta de afrontamiento diferente y contiene entre 3 y 5 ítems.

- Escalas del instrumento: Tres Estilos y 18 estrategias. 1) Resolver el problema (Solve the problem): Concentrarse en resolver el problema (Rp). Esforzarse y tener éxito (Es). Invertir en amigos íntimos (Ai). Fijarse en lo positivo (Po). Buscar diversiones relajantes (Dr). Distracción física (Fi). 2) Referencia a otros (Reference to others): Buscar Apoyo social (As). Acción social (So).- Buscar apoyo espiritual (Ae). Buscar ayuda profesional (Ap).Y 3) Afrontamiento no productivo (Non-productive coping), Preocuparse (Pr). Buscar pertenencia (Pe). Hacerse ilusiones (Hi). Falta de atontamiento (Na). Ignorar el problema (Ip). Reducción de la tensión (Rt). Reservarlo para sí (Re). Autoinculparse (Cu).
- **Validez y Confiabilidad**

La validez realizada por los autores del ACS, se ejecutaron tres análisis factoriales mediante la técnica de los componentes principales con rotación Oblimin para cada ítem, por lo que las 18 escalas tenían validez de 71 constructos, sustentando la coexistencia de las dimensiones. Asimismo, en relación con la confiabilidad, se realizó un análisis de correlación test – retest y se encontró que once ítems no proyectaban correlaciones significativas, no obstante, alcanzaron en dos aplicaciones, respuestas alejadas en un 70% de los individuos, ante ello, autores llegaron a la terminación que todos los elementos cumplen las normas de estabilidad. Además, los coeficientes test – retest para las subescalas estuvieron entre .49 y .82 para la forma específica y entre .44 y .84 para la forma general.

Así como también, la prueba reporta coeficientes de consistencia interna entre .62 y .87 para la forma específica y entre .54 y .84 para la forma general.

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

En cuanto a la validez, se utilizaron tres análisis factoriales exploratorios de los ítems, consiguiendo 6 factores en cada análisis, que manifestaron el 50.2 %, 50.3 % y 49.7 % de la varianza total respectivamente. En cuanto a las escalas, por medio de un análisis factorial se establecieron seis factores que explicaron el 67.6 % de la varianza total, determinando así la validez del constructo. 72 En relación con la confiabilidad (Alfa de Cronbach) se determina que las escalas que conforman la prueba oscilan entre .01 y .89., debido a una baja consistencia interna de algunas escalas, por lo cual se estableció no tomar en cuenta para posteriores análisis estadísticos aquellas escalas cuyo coeficiente de confiabilidad sea menor a .40. Las escalas con sus respectivos coeficientes de confiabilidad son: Preocuparse .20, Hacerse ilusiones .26, No afrontamiento .38 y Buscar diversiones relajantes .01. Por último, la mayoría de los ítems que conforman la prueba obtuvieron índices ítem-factor corregido superiores a .20; a excepción de los ítems 2, 4, 8, 9, 12, 18, 22, 23, 29, 33, 36, 41, 44, 46, 54, 58, 62, 64, 66, 75, 77, 78 y 79

3.5 Procedimiento de recolección de datos

Para la realización del estudio de investigación, se redactó una solicitud para las instituciones de tal forma que puedan estar informados acerca del estudio que se desea realizar en dichas instituciones para la aplicación de la escala (ACS) , en dicha solicitud se adjuntará un consentimiento informado para los/las directores(as) y alumnado para la realización de dicho estudio.

3.6 Análisis de datos

Para la investigación se utilizó el programa de Microsoft Excel para la elaboración de las tabulaciones y cálculos numéricos y verificación del alfa de cronbach.

3.7 Consideraciones Éticas

Para la investigación se tomaron en cuenta los siguientes aspectos éticos:

- **Beneficencia y no maléfica:** Dicha investigación será para conocer la calidad de vida de la población.
- **Respetar los derechos y la dignidad de las personas:** se respetarán los derechos de privacidad de los estudiantes que decidan participar en la investigación de tal forma que la encuesta será de manera anónima.
- **Investigación y publicación:** Se solicitará autorización a los directores de las instituciones educativas (consentimiento informado) y estudiantes (consentimiento informado) para realizar dicha investigación.

CAPÍTULO IV:ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1 Análisis de resultados

De acuerdo al cuestionario que se aplicó a los alumnos de 5to de secundaria se obtuvo que el 24% de adolescentes del 5to año de secundaria utilizan con mayor frecuencia el estilo de resolver el problema, ya que la gran mayoría se relacionan con las actividades de interés en donde exista el esfuerzo físico por mantenerse en forma. (ver tabla 5).

Tabla 6: Estilo de afrontamiento que predomina en los adolescentes de ambos sexos del 5to grado de secundaria.

Estilo de Afrontamiento que más predomina en adolescentes de 5to de secundaria	Respuestas	Porcentaje
resolver el problema	53	44,17%

En la segunda tabla, se observa que de acuerdo al cuestionario que se aplicó a los alumnos de 5to de secundaria se obtuvo que el 23% de adolescentes del 5to año de secundaria utilizan con menor frecuencia el estilo de referencia a otros, ya que prefieren no dar una opinión profesional ante los distintos problemas que van teniendo. (ver tabla 5)

Tabla 7: Estilo de afrontamiento que menos predominan en los adolescentes de ambos sexos del 5to grado de secundaria.

Estilo de Afrontamiento que menos predomina en adolescentes de 5to de secundaria	Respuestas	Porcentaje
Referencia a otros	29	24,17%

A continuación se presenta la tabla de resultados obtenidos de los estilos de afrontamiento usado por los adolescentes del 5to año de secundaria según su sexo, la cual se muestra mayor diferencia entre cada estilo ya que; en el caso de los varones encabeza el estilo de “referencia a otros” con un 48%, seguido del estilo “no productivo” con un porcentaje de 26% , en tercer lugar está el estilo de “resolver el problema” con un 24 %; a diferencia de las adolescentes

mujeres que obtuvieron un resultado de 46% para el estilo de afrontamiento “resolver el problema” luego se continúa con el estilo “no productivo” con un porcentaje de 32% y finalmente el estilo con menor intensidad es “referencia a otros” con un 21 %.

Tabla 8: Resultados de los estilos de afrontamiento en adolescentes según su sexo.

Estilo de Afrontamiento	Respuestas adolescentes varones	Porcentaje	Estilo de Afrontamiento	Respuestas adolescentes mujeres	Porcentaje
resolver el problema	11	24,44%	resolver el problema	35	46,67%
referencia a otros	22	48,89%	referencia a otros	16	21,33%
no productivo	12	26,67%	no productivo	24	32,00%
total	45	100,00%	total	75	100,00%

De acuerdo a los resultados obtenidos se observa que el 46% de adolescentes mujeres utilizan con mayor frecuencia el estilo “Resolver el problema” pues buscan poder concentrarse en resolver el problema, suelen analizar los diferentes puntos de vista u opciones; se esfuerzan en tener éxito, muestran actitud de compromiso, ambición y dedicación; invierten en amigos íntimos con la finalidad de comprometerse ante alguna relación personal; muestran preocupación con las personas que las rodean, se fijan en lo positivo frente a una situación actual, como también buscan algunas diversiones para relajarse como actividades de interés propio la cual exista un esfuerzo físico para mantenerse en forma. (ver tabla 8).

Tabla 9: estilo de afrontamiento que más predominan en adolescentes mujeres de 5to de secundaria.

Estilo de Afrontamiento más predominante	Respuestas	Porcentaje
resolver el problema	35	46,67%

Por otro lado un 21% de adolescentes mujeres que usan menos el estilo de “Referencia a otros” indica que no suelen buscar apoyo social, es decir que el individuo no logra compartir sus problemas con otras personas, por lo tanto no se le es fácil tener una serie de alternativas de solución; poco interés en buscar apoyo profesional; también no dan a conocer a los demás el problema similar que dos o más personas tienen; no son capaces de buscar apoyo espiritual mediante oraciones, rezos, etc. (ver tabla 8)

Tabla 10: Estilo de afrontamiento que más predominan en adolescentes mujeres de 5to de secundaria..

Estilo de Afrontamiento menos predominante	Respuestas	Porcentaje
referencia a otros	16	21,33%

De acuerdo a los resultados de estilos de afrontamiento en varones existe un 48% que suelen utilizar con frecuencia el estilo “Referencia a otros” esto indica que buscan el apoyo social, es decir que el individuo puede compartir sus problemas con otras personas y así tener una serie de alternativas de solución; buscar apoyo profesional, buscan tener una opinión profesional ante los distintos problemas que se va teniendo; Acción social, dan a conocer a los demás el problema similar que dos o más personas tienen y así poder conseguir ayuda dentro actividades, reuniones; Buscan apoyo espiritual mediante oraciones, rezos, etc. (ver tabla 8)

Tabla 11: Estilo de afrontamiento que más predominan en adolescentes varones de 5to de secundaria.

Estilo de Afrontamiento más predominante	Respuestas adolescentes varones	Porcentaje
referencia a otros	22	48,89%

Otro la lado un 24% el estilo que es menos usado por los adolescentes varones es el estilo “Resolver el problema” los estudiantes no buscan resolver el problema, poco interés para analizar los diferentes puntos de vista u opciones; poco esfuerzo para tener éxitos, compromiso, ambición y dedicación; falta de compromiso e invertir en amigos íntimos tratando de comprometerse ante alguna relación personal; poco pertenencia e indica preocupación por el interés del sujeto ante sus relaciones con personas que lo rodean, fijarse en lo positivo, lograr tener una visión óptima y positiva ante una situación actual; buscar diversiones relajantes participaciones en actividades que son de interés para el propio individuo; y el esfuerzo físico por mantenerse en forma. (ver tabla 8)

Tabla 12: Estilo de afrontamiento que menos predomina en adolescentes varones de 5to de secundaria

Estilo de Afrontamiento menos predominante	Respuestas adolescentes varones	Porcentaje
resolver el problema	11	24,44%

Finalmente el alfa de cronbach aplicado a los ítem, se obtuvo un resultado de 0.72, la cual según Oviedo & Campo (2005) tiene confiabilidad aceptable, ya que se encuentra dentro del rango 0.70 - 0.90, dando como resultado al uso aceptable y al procedimiento de su aplicación.

$K = N^{\circ}$ de ítem; $V_i =$ Varianza por ítem; $V_t =$ Varianza total.

Tabla 13 : Confiabilidad de alfa de cronbach

Resultados y Verificación de alfa de cronbach	
k =	80
$V_i =$	140,9058333
$V_t =$	488,3697222
$\alpha =$	0,7204831707

4.2 Discusión de resultados

La presente investigación tuvo como objetivo principal describir los estilos de afrontamiento en adolescentes del 5to grado de secundaria de dos centros educativos de la ciudad de Cajamarca, así mismo identificar el estilo que más predomina y el estilo que menos predomina, y finalmente poder describir y comparar los estilos de afrontamiento en los adolescentes de acuerdo a su sexo.

Como resultado se identificó que existe una gran diferencia entre los estilos de afrontamiento tanto en adolescentes varones como en adolescentes mujeres de 5to año de secundaria de dos colegios de Cajamarca, como primer resultado se obtuvo que el estilo de afrontamiento que más predomina en adolescentes de ambos sexos es “Resolver el problema” con un 44,17%, por otro lado el estilo que menos predomina en los adolescentes de ambos sexos es el estilo de “referencia a otros” con porcentaje de 24,17%; estos resultados se corrobora con los resultados obtenidos de Guadarrama, et al. (2019), estudios realizados en Buenos Aires, en donde los resultados muestran la comparación de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres. Como primer resultado se obtuvo que el afrontamiento más usado en ambos sexos es “resolver el problema”; y en cuanto al estilo que menos usan es el estilo de “referencia a otros” ; También se encuentran resultados similares en las investigaciones de Carmona, V (2018) que realizó un estudio sobre “ Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior de la UAEM” teniendo como resultados obteniendo que los hombres como mujeres hacen uso a menudo de los estilos de afrontamiento “no productivo” y con “referencia a otros”, pero el estilo que usan con mayor medida es el estilo de “resolver el problema”; así mismo en las investigaciones de Franco, C y Sandoval, J (2021) investigaron sobre “Estilos de afrontamiento en estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública, lima 2020” muestran resultados de 5to grado de educación secundaria en la que el estilo “Resolución del Problema” tiene un nivel de

13.04% lo cual lo hace el estilo más elevado, seguido del estilo Afrontamiento no Productivo con 6.09%, y por último el estilo con menos valor es el de Referencia a otros con 1.74%. Podemos ver en los resultados descritos que el estilo de afrontamiento predominante en los tres grados evaluados es el estilo Resolución del Problema, en este resultado también se encuentran diferencias significativas del estilo “referencia a otros”.

En cuanto a los resultados según el sexo, se obtuvo lo siguiente; un 46% de adolescentes mujeres utilizan con mayor frecuencia el estilo “Resolver el problema”, mientras que en adolescentes varones el estilo que predomina es “referencia a otros” con un 48%; a diferencia de los resultados de los estilos que menos predominan se obtuvo que el estilo que menos predomina en adolescentes mujeres es “referencia a otros” con un 21%, en cuanto a los adolescentes varones el estilo que menos predomina es “resolver el problema”; Estos resultados se pueden corroborar con investigaciones de Mendoza, V (2018) realizó un estudio sobre “ Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior de la UAEM” de la cual se obtuvo que los adolescentes varones tienden a usar el estilo “resolver el problema” y algunas veces del afrontamiento en relación con los demás; por otro lado las mujeres se concentran en “resolver el problema” y algunas veces utilizan el estilo de afrontamiento “no productivo”, aquí se llega a tener un resultado diferencial ya que no coincide con los resultados esperados de dicho cuestionario aplicado, esto se puede deber a que las adolescentes mujeres no siempre buscan tener un apoyo social o profesional, rara vez realizan acciones sociales y poco interés de buscar apoyo espiritual.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- Se halló diferencias y similitudes entre los resultados de los antecedentes como en la investigación propia de la investigación referente a los estilos de afrontamiento tanto en mujeres como en varones
- El estilo que más predominan en adolescentes de 5to de secundaria es el estilo de “resolver el problema” obteniendo un 44,17%
- El estilo que menos predomina en adolescentes es “referencia a otros" obteniendo un 24,17%
- En cuanto a la comparación de sexos se obtuvo que el 46,67% de adolescentes mujeres utilizan con mayor frecuencia el estilo de “resolver el problema” a comparación de un 48,89% de adolescentes varones que usan el estilo de “referencia a otros”
- El estilo que menos predomina en mujeres es el “referencia a otros” con un 21,33% y en el caso de los adolescentes varones un 24,44% “resolver el problema”

Recomendaciones

- Se recomienda que a las próximas investigaciones volver a realizar estudios sobre los Estilos de Afrontamiento en Adolescentes de nivel secundario.
- Se recomienda a los docentes, tutores y/o padres , mayor comunicación con los adolescentes para así conocer los problemas que les generan estrés y lograr mejorar sus alternativas de solución ante cada situación.
- Así mismo se recomienda que los adolescentes puedan recibir talleres, charlas y/o ayuda profesional para mejorar sus alternativas de solución ante las diversas situaciones de la vida cotidiana.

Referencias

- Aguilar, J. (2015, septiembre 27). *Manual de escala de afrontamiento para adolescentes*. Retrieved agosto 19, 2022, from <https://vdocument.in/manual-de-afrontamiento-para-adolescentes-1.html?page=2>
- Aquije, D. (2018). *Estilos de afrontamiento en estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria en un colegio nacional del distrito de Barranco en el año 2017*. <http://repositorio.uigv.edu.pe/>. Retrieved julio 12, 2022, from http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2700/TRAB.SUF.PROF_Danica%20Rocio%20Aquije%20Casafranca.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Arrispe, J., & Ochoa, Y. (2019). *Estilos de socialización parental y estrategias de afrontamiento en estudiantes de secundaria de una I. E. Pública del distrito de la Joya*. 1library. Retrieved julio 15, 2022, from <https://1library.co/document/yj7jp36y-estilos-socializacion-parental-estrategias-afrontamiento-estudiantes-secundaria-publica.html>
- Cabrera, G. (2017). *Estilos de afrontamiento y agresividad en los adolescentes del nivel secundario de las instituciones educativas estatales del distrito de Comas en el 2017*. repositorio U.C.V. Retrieved agosto 15, 2022, from https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/3187/Cabrera_GGL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Caipo, G., & Villar, T. (2015, Julio). *Relación entre los estilos de afrontamiento y rasgos de personalidad en adolescentes de la I. E. Andrés Avelino Cáceres de Cajamarca*. repositorio UPAGU. Retrieved agosto 20, 2022, from <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/220/TESIS%202%20CAIPO%20-%20VILLAR.pdf?sequence=1&id Allowed=y>

- Ccancece, R. (2018). *Afrontamiento en adolescentes en alumnos de 4to y 5to año de secundaria de un colegio nacional en el distrito del Rímac*. Repositorio U.I.G. V. http://intra.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/3303/TRAB.SUF.PROF_Rut%20Betsaida%20Ccancece%20Chambi.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Coppari, N., Barcelata, B., Bagnoli, L., Cudas, G., López, H., & Martínez, Ú. (2019, febrero 20). Influencia del sexo, edad y cultura en las estrategias de afrontamiento de adolescentes paraguayos y mexicanos. *Universitas Psychologica*. *18*(1), 1-13. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy18-1.isec>
- Castedo, A. L., & López, M. E. (2015). Estrategias de afrontamiento en adolescentes gallegos. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, (05), 038-042. <https://doi.org/10.17979/reipe.2015.0.05.167>
- Cortez, M. (2018). Estrategias de afrontamiento en estudiantes de 5to año de secundaria de una institución educativa particular. *SCIÉENDO*, *21*(3), 355-362. <https://doi.org/10.17268/sciendo.2018.039>
- Espinoza, A., Guamán, M., & Sigüenza, W. (2018). Estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios de la ciudad de Cuenca. *Revista Cubana Educación Superior*, *2*, 45_62. <http://scielo.sld.cu/pdf/rces/v37n2/rces04218.pdf>
- Fierro, A. (n.d.). *ESTRES, AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN*. Retrieved Octubre 11, 2011, from https://www.uma.es/psicologia/docs/eudemon/analisis/estres_afrontamiento_y_adaptacion.pdf
- Franco, C., & Sandoval, J. (2021, agosto 20). *Estilos de afrontamiento en estudiantes del tercero, cuarto y quinto grado de secundaria de una institución educativa pública*,

Lima 2020. repositorio institucional. Retrieved agosto 11, 2022, from <https://hdl.handle.net/20.500.12848/2528>

Figuroa, M. I., Contini, N., Betina Lacunza, A., Levín, M., & Estévez Suedan, A. (2005). Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina). *Anales de Psicología*, 21(1), 66-72.

Gómez, J. A., Luengo, A., Romero E., Villar, P. y Sobral, P. (2006). Estrategias de afrontamiento en el inicio de la adolescencia y su relación con el consumo de drogas y la conducta problemática. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, vol. 6 (3), 581-597.

Guadarrama, R., Mendoza, V., Márquez, O Veytia, M., & Padilla Gutiérrez, I. M. (2018). Diferencias en la aplicación de estrategias de afrontamiento adolescente entre alumnos hombres y mujeres del nivel medio superior. *Interdisciplinaria*, 35(1), 205-216.

Gabinete de Psicología de Catalunya. (2016, agosto 12). La adolescencia en la actualidad. *Terapia adultos y adolescentes*. <https://psicologiacatalunya.es/adolescencia-actualidad/>

García, R. (2010). *Estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria: estudio comparativo en una muestra Uruguaya. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología*. academia. Retrieved agosto 19, 2021, from <https://www.aacademica.org/000-031/930.pdf>

Gutierrez, K. (2019). *Estrategias de afrontamiento en adolescentes de quinto de secundaria de Lima Metropolitana*. repositorio U.R.P. Retrieved octubre 11, 2021, from <https://hdl.handle.net/20.500.14138/2462>

Hallasi, L. (2019, agosto). *Violencia familiar y estilos de afrontamiento en adolescentes de la Institución Educativa Secundaria San Martín de la ciudad de Juliaca*. 1Library.Co. Retrieved agosto 19, 2021, from <https://1library.co/document/yngvpwkz-violencia-familiar-afrontamiento-adolescentes-institucion-educativa-secundaria-martin.html>

Instituto Coullaut de Psiquiatría. (2020). *Estilos de afrontamiento: actuación o evitación*. Salud Mental Madrid. Retrieved noviembre 11, 2021, from <https://coullautdepsiquiatria.es/estilos-de-afrontamiento#:~:text=Cada%20persona%20tendrá%C3%A1%20un%20estudio%20de%20afrontamiento%20distinto,afrontamiento%3A%20el%20afrontamiento%20evitativo%20o%20el%20afrontamiento%20activo>

Krauskopf, D. (n.d.). *Adolescencia y Educación* (2nd ed ed.). Editorial Universidad Estatal a Distancia San José, Costa Rica, 2007.

Llallahui, G. (2019). *Estilos de afrontamiento en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la institución educativa particular Albert Einstein del distrito de Ate Vitarte, durante el periodo 2019*. repositorio U.I.G.V. Retrieved junio 19, 2022, from http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/5010/TRSUFICIENCIA_LLALLAHUI%20TAPAHUASCO.pdf?sequence=1&id%20Allowed=y

Martínez, P., & Morote, R. (2001). *Revista de Psicología de la PUCP. Preocupaciones de adolescentes de Lima y sus estilos de afrontamiento, XIX(2), 213 - 220*. http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/2388/2001_Mart%c3%adnez_Preocupaciones%20de%20adolescentes%20de%20Lima%20y%20sus%20estilos%20de%20afrontamiento.pdf?sequence=1&id Allowed=y

Mendoza, V. (2018, mayo). *Universidad Autónoma del Estado de México Facultad de Ciencias de la Conducta ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN*

- ADOLESCENTES Y SU RELACION CON LA FAMILIA EN EL PERÚ*. RIUAEMX. Retrieved agosto 19, 2021, from http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/95233/Tesis_Vanessa_Mendoza_Carmona.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Moreno, M., & Olivos, L. (2021). *FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD*. FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD. Retrieved agosto 19, 2021, from https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/65790/Moreno_TMY-Olivos_ALE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Palomar, G. (n.d.). *Estudio de las estrategias de afrontamiento en adolescentes y su ...* 1Library.Co. Retrieved octubre 19, 2021, from <https://1library.co/document/zk7e278q-estudio-estrategias-afrontamiento-adolescentes-relacion-funcionamiento-familiar-social.html>
- Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2010). *Desarrollo Humano - Papalia 11 Edición 2010 | PDF | Adultos | Conceptos psicológicos*. Scribd. Retrieved octubre 19, 2021, from <https://es.scribd.com/document/461884282/Desarrollo-Humano-Papalia-11%C2%AA-Edicion-2010#>
- Pérez, C., & Ñontol, M. (2018, marzo). *UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO Facultad de Psicología ESTILOS DE APEGO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES*. Repositorio. Retrieved agosto 11, 2021, from <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/661/%c3%91ONTOL%20Y%20PEREZ%202018%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Reimagina un Perú mejor para cada adolescente*. (n.d.). UNICEF. Retrieved January 19, 2023, from <https://www.unicef.org/peru/media/9271/file/Ser%20adolescente%20en%20el%20Per%C3%BA.pdf>

- Romero, F., & Palacio, J. (2011). *Estilos de afrontamiento y vida académica en Jóvenes Estudiantes de Secundaria*. Boletín Electrónico de Salud Escolar. Retrieved junio 11, 2022, from https://www.researchgate.net/publication/253953367_Estilos_de_Afrontamiento_y_Vida_Academica_en_Jovenes_Estudiantes_de_Secundaria_-_Coping_Styles_and_Academic_Life_in_Secondary_School_Students
- S, W. (2022). ¿Qué es la adolescencia según la OMS? *legalix4u.es*. <https://legalix4u.es/deporte/que-es-la-adolescencia-segun-la-oms/>
- Servicios profesionales. (2021, mayo 14). *¿Qué son los estilos de afrontamiento?* Retrieved julio 11, 2022, from <https://www.sandracienfuegos.com/post/qu%C3%A9-son-los-estilos-de-afrontamiento>
- Solis, C., & Vidal, A. (2006, junio). (PDF) *ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES* | *maria fernanda*. Academia.edu. Retrieved octubre 19, 2021, from https://www.academia.edu/28407684/ESTILOS_Y ESTRATEGIAS_DE_AFRONTAMIENTO_EN_ADOLESCENTES
- Sucapuca, Z. (2021). *Agresividad y estilos de afrontamiento en adolescentes estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública*. repositorio U.N.S.A. Retrieved setiembre 5, 2021, from <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12432/PSsucazf.pdf?sequence=1&id%20Allowed=y>
- Tejada, A., & Torres, S. (2020). *Estilos de afrontamiento en adolescentes de cuatro instituciones educativas de nivel secundario según el sexo en la ciudad de Cajamarca*. repositorio U.P.N. Retrieved junio 5, 2021, from

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24663/Tejada%20Anduaga%2c%20Andrea%20Jimena%20-%20Torres%20Casta%2c%20Sharon%20Pri%20scyla.pdf?sequence=7&isAllowed=y>

Yanez, F. (2022, septiembre 25). Concepto de adolescencia según la Unicef. *artículo filosofía y concepto de adolescencia.*

<https://filosofia.co/faq/concepto-de-adolescencia-segun-la-unicef/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20adolescencia%20OMS%202021%3F%20La%20adolescencia,para%20sentar%20las%20bases%20de%20la%20nueva%20salud.>

Zuluaga, P. (2022). Estrategias de afrontamiento en adolescentes escolarizados con sintomatología depresiva. extraído de: http://repositorio.uan.edu.co:8080/bitstream/123456789/6859/1/2022_Paola%20Vanessa%20Zuluaga.pdf

ANEXOS

Escala de Afrontamiento para Adolescentes

Instrucciones

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontrarás una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele encarar una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades.

En cada afirmación debes marcar con una "X" 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 dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

Cada letra indica lo siguiente:

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

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

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

A continuación se te presentará una serie de preguntas, recuerda responder de forma correcta, tus respuestas serán de forma anónima; es decir no se te pedirá colocar tu nombre solo deberás de dar información sobre: nombre del colegio, edad y sexo.

Escala de Afrontamiento para Adolescentes

Colegio: _____

Edad: _____ Sexo: Hombre () Mujer ()

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	Organiza una acción en relación con mi problema	A	B	C	D	E
11	Escribo una carta a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema	A	B	C	D	E
12	Ignoro el problema	A	B	C	D	E
13	Ante los problemas, tiendo a criticarme	A	B	C	D	E
14	Guardo mis sentimientos para mí solo(a)	A	B	C	D	E
15	Dejo que Dios me ayude con mis problemas	A	B	C	D	E
16	Pienso en aquéllos 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

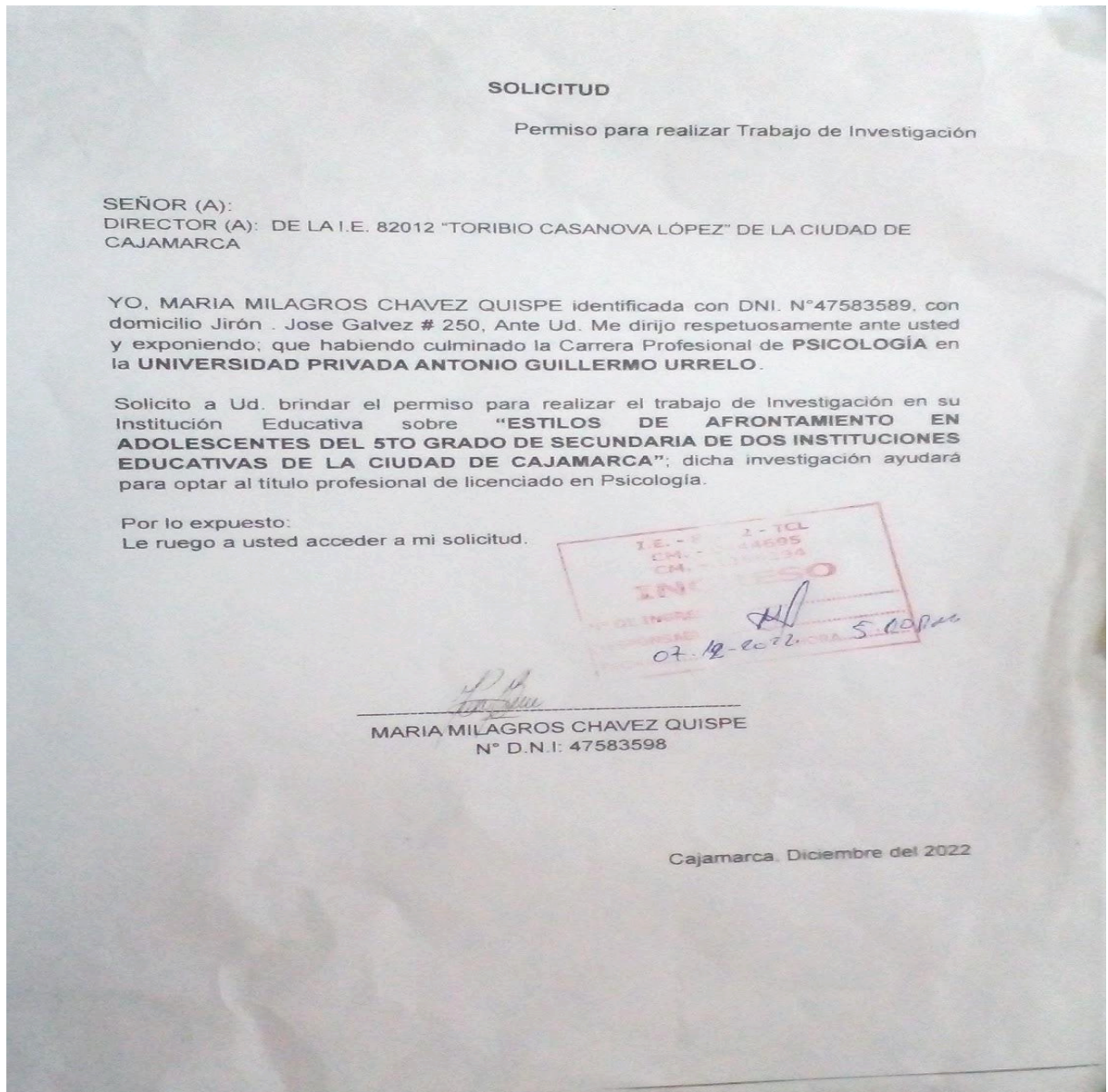
27	Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)	A	B	C	D	E
28	Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando o tomando drogas	A	B	C	D	E
29	Organizo un grupo que se ocupe del problema	A	B	C	D	E
30	Decido ignorar conscientemente el problema	A	B	C	D	E
31	Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas	A	B	C	D	E
32	Evito estar con la gente	A	B	C	D	E
33	Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas	A	B	C	D	E
34	Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas	A	B	C	D	E
35	Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas	A	B	C	D	E
36	Salgo y me divierto para olvidar mis dificultades	A	B	C	D	E
37	Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud	A	B	C	D	E
38	Busco ánimo en otras personas	A	B	C	D	E
39	Considero 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)	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 amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica	A	B	C	D	E
61	Trato de mejorar mi relación personal con los demás	A	B	C	D	E
62	Sueño despierto que las cosas van a mejorar	A	B	C	D	E
63	Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos	A	B	C	D	E
64	Ante los problemas, cambio mfs 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 aislo 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

GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN

Anexo B

Solicitud presentada al colegio Toribio Casanova



Anexo C

Solicitud presentada para el colegio la Florida

**MINISTERIO DE EDUCACION
GOBIERNO REGIONAL DE CAJAMARCA
DIRECCION REGIONAL DE EDUCACION
I.E. N° 82019 - "LA FLORIDA" CAJAMARCA
TRAMITE DOCUMENTARIO
SECRETARIA**

Sup. N° 411 Folios: 01
Mes 12-2022 Fecha: 12-2022

SOLICITUD

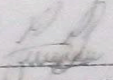
Permiso para realizar Trabajo de Investigación

SEÑOR (A):
DIRECTOR (A) DE LA I.E. 82019 "LA FLORIDA" DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA

YO, MARIA MILAGROS CHAVEZ QUISPE identificada con DNI. N°47583589, con domicilio Jirón . Jose Galvez # 250, Ante Ud. Me dirijo respetuosamente ante usted y exponiendo; que habiendo culminado la Carrera Profesional de **PSICOLOGIA** en la **UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**.

Solicito a Ud. brindar el permiso para realizar el trabajo de Investigación en su Institución Educativa sobre **"ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DEL 5TO GRADO DE SECUNDARIA DE DOS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA"**; dicha investigación ayudará para optar al título profesional de licenciado en Psicología.

Por lo expuesto:
Le ruego a usted acceder a mi solicitud.



MARIA MILAGROS CHAVEZ QUISPE
N° D.N.I: 47583598

Cajamarca, Diciembre del 2022

16.3%

Fecha: 2023-12-24 04:09 UTC

★ Todas las fuentes 50 | 🌐 Fuentes de internet 46 | 📄 Documentos propios 4

- [0] [1library.co/document/yjedookq-estilos-afrentamiento-adolescentes-albergados-acogimiento-residencial-institucional-cajamarca.html](#)
4.3% 60 resultados
- [1] [scielo.sld.cu/pdf/rces/v37n2/rces04218.pdf](#)
4.0% 40 resultados
1 documento con coincidencias exactas
- [3] [www.grafati.com/en/literature-selections/instituciones-educativas-estatales/](#)
2.3% 30 resultados
- [4] [revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UPSY/18-1 \(2019\)/64757831011/](#)
2.6% 31 resultados
- [5] [www.hhv.gob.pe/wp-content/uploads/Revista/2006/I/3-ESTILOS_Y ESTRATEGIAS_DE_AFRONTAMIENTO.pdf](#)
2.7% 37 resultados
- [6] [1library.co/document/zxlmk9dz-satisfaccion-estrategias-afrentamiento-adolescentes-encuentran-conflicto-programa-restaurativa.html](#)
2.3% 30 resultados
- [7] [1library.co/article/caracteristicas-estilos-de-afrentamiento.yngvpwkz](#)
2.1% 28 resultados
- [8] [1library.co/article/clasificación-del-afrentamiento-estrategias-del-afrentamiento.yj7jp36y](#)
1.9% 29 resultados
- [9] [www.grafati.com/en/literature-selections/instituciones-educativas-estatales/dissertation/](#)
1.6% 21 resultados
- [10] [www.ijspsy.com/volumen10/num2/260/estrategias-de-afrentamiento-del-estr-ES.pdf](#)
1.4% 9 resultados
- [11] [www.grafati.com/en/literature-selections/instituciones-educativas-estatales/journal/](#)
0.8% 1 resultados
- [12] [scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282015000100024](#)
1.0% 7 resultados
- [13] [1library.co/document/zlmnm6y-prevalencia-consumo-alcohol-estudiantes-educacion-secundaria-ciudad-cajamarca.html](#)
0.5% 7 resultados
- [14] [www.elsevier.es/es-revista-ansiedad-estres-242-articulo-estres-estrategias-afrentamiento-personas-con-S1134793716300501](#)
1.0% 4 resultados
- [15] [1library.co/document/z1d9lrdz-factores-comportamentales-psicologicos-asociados-hipertension-arterial-pacientes-atendidos.html](#)
1.1% 5 resultados
- [16] [coullautdepsiquiatria.es/estilos-de-afrentamiento](#)
1.0% 6 resultados
- [17] [www.academia.edu/36323909/ESCALA_DE_AFRONTAMIENTO_PARA_ADOLESCENTES_Escalas_de_Afrontamiento_para_Adolescentes](#)
0.8% 0 resultados
- [18] [repsi.org/index.php/repsi/article/view/92](#)
0.4% 0 resultados
- [19] [repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/33083/1/2021_estrategias_afrentamiento.pdf](#)
0.7% 7 resultados
- [20] [scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272002000500019](#)
0.8% 3 resultados
- [21] ["19. Auino y Huaman.pdf" fechado del 2023-12-24](#)
0.3% 2 resultados
- [22] [www.imbiomed.com.mx/articulo.php?id=99552](#)
0.7% 5 resultados
- [23] [pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/lil-721919](#)
0.7% 5 resultados
- [24] ["20. TESIS \(FELINA BARDALES JULCAMORO -- NATALY ISAMAR DAVILA VIGO\).pdf" fechado del 2023-12-24](#)
0.2% 1 resultados
- [25] [fundaciondelcorazon.com/blog-impulso-vital/2434-distres-afecta-salud-cerebrovascular.html](#)
0.7% 2 resultados
- [26] [todoesmente.com/estrategias-de-afrentamiento](#)
0.6% 9 resultados
- [27] [redie.mx/librosyrevistas/libros/competencias_y_educacion.pdf](#)
0.5% 9 resultados
- [28] ["4. Informe de tesis completo - engagement laboral y comunicación interna 13-11-2023.pdf" fechado del 2023-12-06](#)
0.1% 7 resultados
- [29] [view.genial.ly/64221d079edfe70018bc74a0/interactive-content-aspectos-biopsicosociales-y-factores-predisponentes-de-la-psicopatolog](#)
0.3% 2 resultados
- [30] ["17. Jaramillo y Orrillo.pdf" fechado del 2023-12-24](#)
0.0% 4 resultados
- [31] [context.reverso.net/translation/spanish-english/objetivo general de esta investigación fue describir](#)
0.1% 2 resultados
- [32] [repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/604869](#)
0.2% 5 resultados
- [33] [kibbutzpsicologia.com/orientaciones-teoricas-sobre-el-estres/](#)
0.2% 3 resultados
- [34] [context.reverso.net/translation/spanish-english/Objetivo general Describir](#)
0.1% 2 resultados

